

OMGAAN MET PESTEN



Vrije Lagere School

Onze-Lieve-Vrouwinstituut

Kloosterweg 1

1640 Sint-Genesius-Rode

0: Inhoudstabel

0. Inhoudstabel	p 2
1. Inleiding	p 3
2. Wat is plagen en wat is pesten?	p 4
3. Ruzie maken, mag dat?	p 5
4. Waar en wanneer wordt gepest?	p 5
5. Hoe gebeurt pesten?	p 5
6. Vanaf welke leeftijd?	p 6
7. Wie zijn de betrokkenen?.....	p 7
8. Vooroordelen rond pesten	p 8
9. Signalen van slachtoffers en pestkoppen	p 8
10. Gevolgen van pesten voor slachtoffer en pester	p 9
11. Waarom een concreet plan uitgewerkt?	p 10
12. Onze aanpak	p 11
13. Adviezen aan de ouders	p 14
14. Concrete tips voor de ouders	p 15
15. No-blame methode	p 16
16. Websites/lectuur	p 17
17. Bijlagen	p 18

Hartelijk dank aan de directie en het schoolteam van de gemeentelijke basisschool De Pagadder uit Lichtaart voor het gebruik van hun pestactieplan als basis voor de opmaak van dit document.

1. Inleiding

- Elke ouder droomt ervan om iedere morgen zijn kind met enthousiasme naar school te zien vertrekken.
- Elk kind droomt ervan om naar een school te gaan waar het zich goed en welkom voelt.
- Elke leerkracht droomt ervan om kinderen in de klas te hebben die gemotiveerd zijn om te ontwikkelen op cognitief, sociaal – emotioneel en motorisch vlak.
- Elke school droomt ervan om elk kind optimale groeikansen te bieden.

Een kind komt maar tot leren wanneer het zich goed voelt!

Samen (kind, ouder en schoolteam) staan we elke dag opnieuw voor deze uitdaging!

Toch loopt het spijtig genoeg niet altijd zoals wij het hadden gedroomd. En dan spreken we in het ergste geval over pesten.

Slachtoffers van pesten hebben het in de school erg moeilijk. Angst, verdriet en eenzaamheid zijn voor hen terugkerende dagelijkse gevoelens. Soms wordt het voor hen onhoudbaar, worden kinderen depressief, ziek, ... Als ouder wil je dat dit jouw kind nooit overkomt.

Toch is het evenmin een pretje als je hoort dat je kind **een pestkop** is. Het doet pijn als anderen je kind beschuldigen, hoe lastig je kind thuis ook mag zijn. Je krijgt als ouder het gevoel dat je gefaald hebt. En hoezeer je ook je best hebt gedaan, hoe pak je zo 'n probleem dan best aan?

Vergeet ook niet dat kinderen die als **toeschouwers** worden beschouwd, onder pesten zullen lijden. Uit angst voor pesters gaan ze meedoen aan de pesterijen. Er ontstaat een klimaat van onveiligheid, waarin kinderen zich onoprecht en asociaal gedragen. Spontaan en vrij spelen is er niet meer bij.

Onmiddellijk willen we ook wel duidelijk stellen dat we **voorzichtig moeten omgaan met de term “pesten”**. Te makkelijk nemen kinderen en ouders deze term in de mond. **Vaak gaat het om plagen of ruzies**. Niet dat we dit niet ernstig moeten nemen, maar we moeten toch een beetje nuanceren.

Pesten komt helaas op iedere school voor, dus ook bij ons. **Het is een probleem dat wij onder ogen zien en serieus willen aanpakken met alle betrokkenen**. Zowel leerkrachten, ouders als kinderen zijn medeverantwoordelijk opdat het welbevinden van ieder kind optimaal is en blijft.

Vandaar dit draaiboek: “Omgaan met pesten.”

Dit draaiboek is ook bedoeld om **informatie te geven over pesten**:

Dit draaiboek zien wij als een laatste stap.

Belangrijker is het voorkomen van pesten. Met de ganse school werken we hierover een beleidsplan uit met drie onderdelen:

- algemene preventie: werken aan een positieve schoolcultuur waarbij empathie en sociale vaardigheden ontwikkeld worden
- specifieke preventie i.v.m. pesten : werken rond het herkennen en verwerpen van pestgedrag
- interventie = draaiboek: Omgaan met pesten

Het OLV-team

2. Wat is plagen? Wat is pesten?

PLAGEN ...	PESTEN...
is onschuldig en ongepland	is doelbewust en gepland
is maar tijdelijk	is systematisch en langdurig
gebeurt tussen gelijken	gebeurt met een duidelijk machtsverschil
is te verdragen	gebeurt met het doel om te kwetsen
is vaak één tegen één	is vaak een groep tegen één
doet iedereen wel eens	gebeurt vaak door dezelfde

Pesten is dus berekend iemand pijn willen doen, iets vernielen of iemand laten merken dat hij waardeloos is. En dat gebeurt telkens opnieuw! De pestkoppen zijn meestal dezelfde, de slachtoffers ook ... Pesten is een herhaaldelijk en langdurig blootstaan aan negatieve handelingen, verricht door één of meerdere personen en gericht tegen één of meerdere personen.

3. Ruzie maken mag dat?

Ruzie maken mag ... hoe raar dit ook klinkt.

Het helpt kinderen om sociale vaardigheden te ontwikkelen. Hoe ga je om met agressie, hoe onderhandel je, wanneer ga je te ver? Terwijl ze ruzie maken, zoeken ze immers hun positie in de samenleving en geven ze zin aan hun leven. Kinderen worden alleen maar sterker als ze het zelf kunnen oplossen.

Onze taak bestaat er wel in dat we onze kinderen moeten leren hoe ze met conflicten kunnen omgaan en/of oplossen.

Er moet dus een zone blijven waarbinnen ze kunnen plagen en ruzie maken.

Tip: Op de website van Klasse vind je informatie over ruziemaken en hoe er mee om te gaan: www.klasse.be. Klik door naar 'thuis': Maak je kind weerbaar tegen pesten.

4. Waar en wanneer wordt gepest?

Pesten komt vooral voor op **momenten** dat de klasgroep **ontsnapt aan het toezicht van de volwassenen**: tijdens de speeltijd, in de gangen, in de kleedkamers, refter, op weg naar school, op weg naar huis,...



5. Hoe gebeurt pesten?

- **Verbaal:** woorden worden als wapens gebruikt, uitschelden of afdreigen, een grote mond opzetten of vernederende opmerkingen maken, roddelen of leugens verspreiden ...
- **Fysiek:** slaan en duwen, krabben en schoppen, vechten ...
- **Uitsluiten of negeren.**
- **Materieel:** stelen of vernietigen, iets gooien of laten verdwijnen ...
- **Steaming:** iemand intimideren totdat zij/hij geld voor een voorwerp afgeeft.
- **Cyberpesten:** via de media zoals sms, e-mail, sociale media. De anonimiteit laat zich verleiden tot grove beledigingen of zware dreigementen.

6. Vanaf welke leeftijd wordt er gepest?

Vanaf een jaar of zes gaan kinderen stilaan leren dat hun gedrag gevolgen heeft voor de anderen. Ze ontdekken dat hun „ik“-je deel uitmaakt van een grotere sociale context. Op dat moment start de ontwikkeling van de empathie, het verantwoordelijkheidsbesef en de zelfreflectie.

Anderzijds ontstaan op dat moment ook vormen van sociale agressie, zoals pesten en het uitsluiten van kinderen. Sommigen noemen hier de leeftijd van 6 jaar, anderen spreken over de leeftijd van 8 jaar. **Uit onderzoek blijkt dat pesten het meest voorkomt bij kinderen tussen 10 en 14 jaar.**



7. Wie zijn de betrokkenen?

- **Het slachtoffer of de gepeste**

Hij of zij:

- ✓ is meestal fysiek zwakker
- ✓ is introverter
- ✓ is minder zelfzeker
- ✓ is geneigd zich gediensig te gedragen
- ✓ is verbaal wat zwakker
- ✓ is onzeker
- ✓ heeft een uiterlijk kenmerk dat aanleiding tot pestgedrag kan geven
- ✓ vertoont soms ook provocerend gedrag
- ✓ zoekt soms de veiligheid van de leerkracht op
- ✓ kan een concurrentiële bedreiging zijn voor de pester (populariteit)

- **De pester**

Hij of zij:

- ✓ wil stoer doen en imponeren
- ✓ is fysiek vaak sterker dan het slachtoffer
- ✓ wil overheersen en zichzelf bewijzen
- ✓ is impulsief en reageert agressief
- ✓ heeft een groot idee van zichzelf
- ✓ omringt zich met meelopers die zorgen voor zijn aanzien
- ✓ is eerder gevreesd dan geliefd in de groep

- **De meeloper/ de toeschouwer**

Hij of zij:

- ✓ reageert onverschillig of zelfs niet
- ✓ steunt de pester(s) niet, maar helpt ook het slachtoffer niet
- ✓ pest mee om bij de groep te horen
- ✓ doet mee uit angst zelf gepest te worden
- ✓ steunt soms in persoonlijke contacten het slachtoffer, maar zwijgt in de grote groep



8. Vooroordelen rond pesten

- **Pesten gaat vanzelf over.** Fout! Het wordt alleen maar erger als er niets aan gedaan wordt.
- **Het slachtoffer lokt het vaak zelf uit.** Ja en nee. Dit is soms het geval, maar het mag zeker niet veralgemeend worden.
Lokt een kind met “ander” sociaal gedrag, doorheen de jaren soms pestgedrag uit?
Kan het een reactie zijn van andere kinderen op dit gedrag?
- **Van pesterijen word je hard.** Fout! Plagerijen leiden tot enige hardheid maar pesterijen „breken“ slachtoffers. De gepesten worden overtuigd van hun minderwaardigheid en onzekerheid. Het pesten is dus geen stimulans maar een belemmering voor hun ontwikkeling.

9. Signalen van slachtoffers en pestkoppen

- **Signalen van slachtoffers**
 - ✓ Ze lijken niet echt vrienden te hebben
 - ✓ Ze worden vaak als laatste gekozen
 - ✓ Ze geven een onzekere indruk
 - ✓ Ze zien er ongelukkig uit
 - ✓ Ze worden vaak uitgelachen
 - ✓ Hun bezittingen worden beschadigd
 - ✓ Ze komen niet graag naar school
 - ✓ Ze vertonen thuis vaak compenserend gedrag naar broers, zussen of ouders
 - ✓ Ze geven vaak een overdreven nonchalante indruk: “Het kan me niets schelen!”
 - ✓ Ze zoeken op de speelplaats veiligheid op door in de nabijheid van de opzichter te blijven
- **Signalen van pestkoppen**
 - ✓ Ze proberen te overheersen in allerlei situaties
 - ✓ Ze zijn vaak tegendraads
 - ✓ Ze aanvaarden geen tegenwerking
 - ✓ Ze doen heimelijk
 - ✓ Ze spotten, lachen iemand uit
 - ✓ Ze intimideren
 - ✓ Ze maken dingen stuk
 - ✓ Ze roddelen
 - ✓ Ze sluiten iemand uit
 - ✓ Ze komen vaak populair over
 - ✓ Ze voelen zich beter dan de ander

10. Gevolgen van pesten voor slachtoffer en pester

Als we beseffen wat de gevolgen kunnen zijn, gaan we zeker onze ogen niet sluiten voor de signalen. Het blijft niet bij blauwe plekken of een nachtje piekeren. De pesterijen kunnen een leven lang iemand achtervolgen!

De gevolgen voor beide partijen zijn niet te onderschatten: iedereen gaat lijden onder de pesterijen, omdat de groepsgeest bedorven is.

Pestgedrag moet aangepakt worden. Daar zijn we van overtuigd!

- **Het kan dat het slachtoffer:**

- ✓ vaak een negatief beeld krijgt van zichzelf en zich erg onzeker gedraagt
- ✓ overdreven voorzichtig wordt in zijn doen en laten
- ✓ zich eenzaam voelt en in de steek gelaten
- ✓ een plotselinge of geleidelijke verslechtering toont in de schoolresultaten of net een verbetering omdat hij/zij zich extreem op school toelegt aangezien er geen ander tijdverdrijf is
- ✓ zich terugtrekt en geïsoleerd geraakt
- ✓ concentratiestoornissen ontwikkelt
- ✓ niet meer durft opkomen voor zichzelf
- ✓ iedereen gaat wantrouwen
- ✓ geen initiatief meer durft nemen
- ✓ spanningen op lichamelijk vlak gaat uiten: buikpijn, braakneigingen, diaree, ...
- ✓ in het ergste geval depressief wordt en later zelfmoordneigingen vertoont
- ✓ ...

“De ernst van pesten kan alleen worden gemeten aan het effect op het slachtoffer.”

- **Het kan dat de pester:**

- ✓ op lange termijn geen echte vrienden meer overhoudt
- ✓ zich vastwerkt in de pestrol en ondanks een positieve verandering in zijn gedrag vanuit zijn verleden als pester de grootste moeilijkheden ondervindt om een andere rol aan te nemen
- ✓ op latere leeftijd in botsing komt met de maatschappij (crimineel gedrag, ontslag, ...)
- ✓ moeite blijft ondervinden voor een positieve omgang met anderen
- ✓ ...

11. Waarom een concreet uitgewerkt plan?

Kinderen durven vaak niet de stap te zetten naar volwassenen om te zeggen dat ze **gepest worden**.

Veel voorkomende drempels zijn:

- ze schamen zich voor wat ze overkomt
- ze zijn bang dat ze niet geloofd zullen worden
- ze vrezen nog ergere pesterijen uit wraak
- ze denken dat ze zelf de schuld krijgen
- ze kunnen moeilijk inschatten welke handelingen of uitspraken accepteerbaar zijn.

Bij vermoeden van pesten dienen wij als opvoeders onze aandacht te verhogen, nog beter te observeren. Vaak wordt bijlange niet alles verteld.

Dan rijst de vraag hoe we het best tot een oplossing komen. Duidelijke afspraken op de school zijn nodig. **Een uniforme aanpak geeft de beste resultaten.**



12. Onze aanpak

Stap 1. Elke leerkracht heeft met de kinderen in het begin van het schooljaar een **kringgesprek**.



Volgende onderwerpen komen dan aan bod:

- Klasafspraken
- Schoolafspraken (zie schoolbrochure)
- Wat is pesten? Wat is plagen? Wat is ruzie? Wat is klikken?
- Wat doe je als je gepest wordt/ als je ziet dat er gepest wordt?
- Hoe kan je reageren als je gepest wordt/ als je ziet pesten?
- Hoe los je een ruzie of conflict op?
(methode "Sterren aan de Hemel"- de jakhals en de giraf)



De leerkracht laat duidelijk voelen dat **pesten niet thuishoort op onze school** en dat hij/zij **niet zal nalaten de nodige maatregelen te nemen**.

In dit gesprek maakt de leerkracht de kinderen duidelijk dat ze met hun **problemen altijd bij de leerkracht terecht kunnen**. Hulp vragen aan een leerkracht is niet hetzelfde als klikken. Iets melden aan de leerkracht doe je omdat je hoopt dat het probleem wordt opgelost. Klikken doe je als je hoopt dat iemand straf zal krijgen!!

Alle kinderen zijn verantwoordelijk voor de sfeer in de groep. Dus iedereen draagt mee de verantwoordelijkheid om een probleem aan te kaarten. Kinderen die dit liever anoniem willen doen, kunnen ongemerkt een briefje posten in de daarvoor voorziene brievenbus in de klas. Toch prefereren we de mondelinge communicatie omdat een probleem door vraagstelling meteen veel beter in kaart kan gebracht worden.

Stap 2. Bij melding van een probleem proberen we eerst om **dader en slachtoffer de kans te geven om het zelf uit te praten**. Ze worden verplicht om een vijftal minuten met elkaar te praten en nadien terug naar de leerkracht te komen. Als er een oplossing is, dan vraagt de leerkracht om zichtbaar handen te schudden en sorry te zeggen. In deze gevallen gaat het meestal om een ruzie of een conflict.

Tijdens het gesprek spreken de kinderen elkaar aan met de voornaam!!

Stap 3. Op het moment dat beide partijen er niet uitkomen, gaat de betrokken **leerkracht een verhelderingsgesprek aan en probeert het probleem op te lossen en/of afspraken te maken**. De kinderen krijgen een kans om zonder straf terug een positieve relatie op te bouwen. Werden in het conflict duidelijk afgesproken regels overtreden dan wordt er dan al een zinnige straf gegeven.

Stap 4. Bij **herhaaldelijk ruzie/pestgedrag** kan de leerkracht een zinnige straf geven (zie schoolbrochure p 53). Hij/zij oordeelt hierbij in eer en geweten.

De leerkracht die op de speelplaats staat, vertelt aan de betrokken klasleerkrachten wat er gebeurd is op de speelplaats.

De klasleerkracht houdt een klasgesprek met de hele klas of een gesprek met de betrokken kinderen om **afspraken te maken**. Indien nodig worden de afspraken op papier gezet. De leerkracht gaat deze **gericht observeren**.

Indien nodig worden de collega 's ingelicht en observeren mee.

Regelmatig wordt er feedback gegeven. De klasleerkracht houdt de betrokken kinderen op de hoogte.

Stap 5. Levert dit geen resultaten op, dan **neemt de school duidelijk stelling in**. Samen met de klasleerkracht(en), de zorgcoördinator en de directie worden volgende stappen gezet.

- **De pester:**
 - ✓ De pester wordt geïsoleerd uit het groepje.
 - ✓ We gaan een gesprek aan met de pester en gaan na of hij/zij zich bewust is van zijn/haar daden.
 - ✓ De pester moet inzien dat hij de negatieve gedragingen moet ombuigen naar positief gedrag.
 - ✓ We maken de pester duidelijk dat een verandering in zijn/haar gedrag zal opgemerkt worden en eventueel beloond worden met een schouderklop of een aanmoedigend woord, tenminste als hij/zij zich aan de afspraken kan houden!

- **De gepeste:**
 - ✓ De gepeste probeert te verwoorden wat voor hem de wenselijke situatie is.
 - ✓ De gepeste vertelt/ tekent over het gebeurde en verwoordt zijn gevoelens hierbij.
 - ✓ Stop-methode= Hand stop pesten (zie bijlage)
 - ✓ Hoe kan je reageren?

- **De ouders van de gepeste en de pester** worden ingelicht.

- **Klasgroep:**

Bevraging (zie bijlage) over pesten invullen. A.d.h.v. de resultaten volgt een gesprek en er worden afspraken gemaakt met de ganse groep. De afspraken worden op papier gezet en het document wordt ondertekend door alle betrokkenen.

- **Schoolteam:**

Alle leerkrachten worden ingelicht (mededeling en/of personeelsvergadering) en observeren mee.

Stap 6. Bij **onophoudelijk pestgedrag** wordt het **CLB** op de hoogte gebracht. Er wordt een overleg georganiseerd met de klasleerkracht(en), de zorgcoördinator, de directeur, de ouders en de CLB-medewerker.

Mogelijke beslissingen :

- ✓ no-blame methode opstarten: zie punt 15
- ✓ begeleiding starten door het CLB
- ✓ sociale vaardigheidstraining voor de pester of de gepeste
- ✓ hulp zoeken bij externen
- ✓

Stap 7. In **extreme gevallen** kan een kind **geschorst of verwijderd** worden. (zie schoolreglement)

13. Adviezen aan de ouders (algemeen)

Advies 1. School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Toch moet iedere partij waken over haar eigen grenzen. Het kan nooit de bedoeling zijn dat ouders op school (en ook niet aan de poort of op weg naar school of thuis) eigenhandig het probleem willen oplossen. Er moet overleg zijn met de leerkracht en/of directie.

Advies 2. Voor een pestgedrag op school blijft de inbreng van de ouders bij voorkeur beperkt tot het aanreiken van informatie en tot het ondersteunen van de aanpak van de school. Neem daarom steeds contact op met de school. De emotionele betrokkenheid bij uw eigen kind kan soms te groot zijn om een juist inzicht te krijgen!

Advies 3. Ouders maken thuis tijd om met hun kinderen over het probleem te praten en laten het kind duidelijk aanvoelen dat ze achter de aanpak van de school staan. Geloof samen met uw kind dat er gewerkt wordt aan het probleem.

Advies 4. Indien u erachter komt dat uw kind zijn probleem niet durft melden op de school, vragen wij u om uw kind in eerste instantie toch te stimuleren om naar de leerkracht toe te stappen of een e-mail te sturen. Pas als dit niet lukt, neemt u zelf contact op met de school.

Advies 5. Als pesten **niet** op school gebeurt, maar op straat of in een hobbyclub, of via de sociale media, probeert u contact op te nemen met de ouders van de andere partij om het probleem bespreekbaar te maken. Een school mag immers niet voor conflicten buiten haar eigen muren verantwoordelijk gesteld worden. Toch kan het geen kwaad om ook hiervan de school op de hoogte te brengen. Vaak breiden broeihaarden zich uit naar andere locaties.

Advies 6. Ouders geven zelf het goede voorbeeld hoe een conflict kan opgelost worden.

Advies 7. Moedig uw kind aan om voor zichzelf op te komen, maar ook voor anderen. Het melden van pestgedrag is niet gelijk aan klikken. Stimuleer je kind niet om het recht in eigen handen te nemen en zeker niet op een gewelddadige manier.

Advies 8. Geloof niet steeds alles wat uw kind zegt, maar tracht door gerichte vraagstelling en het aanhoren van alle partijen een mening te vormen vooraleer u uw oordeel uitspreekt over uw zoon of dochter of andere leerlingen.

Advies 9. Indien uw kind op school reeds bestraft werd voor zijn daden, is het niet nodig om thuis nog een extra straf op te leggen. Wijs wel in een gesprek op de gevolgen van zijn pestgedrag en laat duidelijk uw afkeuring blijken. Reageer ook positief op elke gedragsverbetering, hoe bescheiden ook.

14. Concrete tips aan de ouders

Tips voor ouders van gepeste kinderen

- ✓ Luister naar het verhaal van je kind.
- ✓ Zoek samen naar geweldloze manieren om te reageren.
- ✓ Bespreek het probleem met de klasleerkracht.
- ✓ Steun je kind in de gedachte dat er een eind aan het pesten komt.
- ✓ Lees samen met je kind literatuur over pesten. (zie literatuurlijst)
- ✓ Help je kind zijn/haar zelfrespect terug te krijgen.
- ✓ Stimuleer je kind tot het beoefenen van een sport of andere hobby.
- ✓ Blijf in gesprek met je kind.
- ✓ Laat je kind opschrijven wat het meemaakt.
- ✓ Laat je kind een sociale vaardigheidstraining volgen.
- ✓ Schakel eventueel deskundige hulp in.

Tips voor ouders van pesters

- ✓ Neem het probleem van uw kind serieus.
- ✓ Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- ✓ Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- ✓ Maak je kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- ✓ Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport of andere hobby.
- ✓ Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- ✓ Maak je kind duidelijk dat u achter de beslissing van de school staat.
- ✓ Laat je kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining.
- ✓ Schakel eventueel deskundige hulp in.

Tips voor ouders van meelopers/toeschouwers

- ✓ Vraag na wat er precies gebeurt.
- ✓ Stimuleer je kind om de leerkracht op de hoogte te brengen. Maak een verschil tussen klikken en melden. Klikken doe je omdat je wil dat iemand een straf krijgt. Melden doe je omdat je wil dat iets ophoudt.
- ✓ Maak je kind duidelijk dat het pesten moet stoppen. Bedenk samen oplossingen. Steun je kind om iets te ondernemen.
- ✓ Neem contact op met de school.

Tips voor alle ouders

- ✓ Neem het probleem serieus: het kan ieder kind overkomen.
- ✓ Neem ouders van het gepeste kind serieus.
- ✓ Neem ouders van het pestende kind serieus.
- ✓ Praat met je kind over school, over de relaties op school.
- ✓ Streef naar een goede communicatie.
- ✓ Stimuleer je kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
- ✓ Corrigeer je kind bij ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag.

- ✓ Geef zelf het goede voorbeeld.
- ✓ Leer je kind voor anderen op te komen.
- ✓ Leer je kind voor zichzelf op te komen.

15. No blame-methode (vanaf het 3de leerjaar)

Dit is een methode waarbij de kinderen en de groep worden betrokken bij het zoeken naar een oplossing bij een pestprobleem. Het is een **niet-bestrafende en probleemoplossende methode**.

- **Stap 1: Gesprek tussen het doelwit (= gepeste) en de leerkracht**

De leerkracht houdt een gesprek over beleving en gevoelens met de gepeste en geeft uitleg over de methode. Hij legt vooral de nadruk op het niet-bestrafende en vraagt of de gepeste akkoord gaat met de aanpak. De leerkracht stelt samen met het doelwit een groep samen die het probleem gaat aanpakken en spreekt duidelijk af wat niet en wat wel mag gezegd worden in die groep.

- **Stap 2: Groep wordt samengeroepen.(Het doelwit is niet bij de groep!)**

De groep bestaat uit 6 à 8 personen en wordt vertegenwoordigd door:

- ✓ de pester
- ✓ eventueel meelopers
- ✓ positief ingestelde kinderen
- ✓ een leerkracht en/of de begeleider van het CLB

De leerkracht vraagt hen om samen een probleem op te lossen.

- **Stap 3: Het gesprek en een plan voor 1 week opstellen**

Het probleem wordt duidelijk geschetst door de leerkracht. Hij maakt de groep duidelijk dat we niet op zoek zijn naar schuldigen, maar wel naar oplossingen. De gevoelens van het doelwit worden benadrukt. Iedereen binnen de groep moet met concrete voorstellen op de proppen komen. Alle positieve voorstellen worden aanvaard. Ik-boodschappen zijn hier heel belangrijk!

“Ik ga proberen om”

“Ik wil wel eens kijken of”

enz.

Maak een afspraak om elkaar na een week weer opnieuw te spreken en benadruk nog eens dat ze ook daadwerkelijk moeten doen wat afgesproken is. Vertel ook dat ze altijd raad mogen komen vragen. En...sluit het gesprek positief af.

- **Stap 4: Individuele korte gesprekken na 1 week**

Waarom individueel? Om te voorkomen dat er een competitieve sfeer gecreëerd wordt. Is het gestopt? Ben je tevreden? Ook met het doelwit wordt even gesproken. Indien deze nog niet tevreden is, kan de groep opnieuw samengeroepen worden.

- **Stap 5: Bijkomende evaluatiemomenten**

Afhankelijk van de situatie of op vraag van het doelwit. Belangrijk is in ieder geval dat het doelwit nadien geregeld bevraagd wordt of de pesterijen al dan niet gestopt zijn.

16. Websites/lectuur

- **Lectuur**

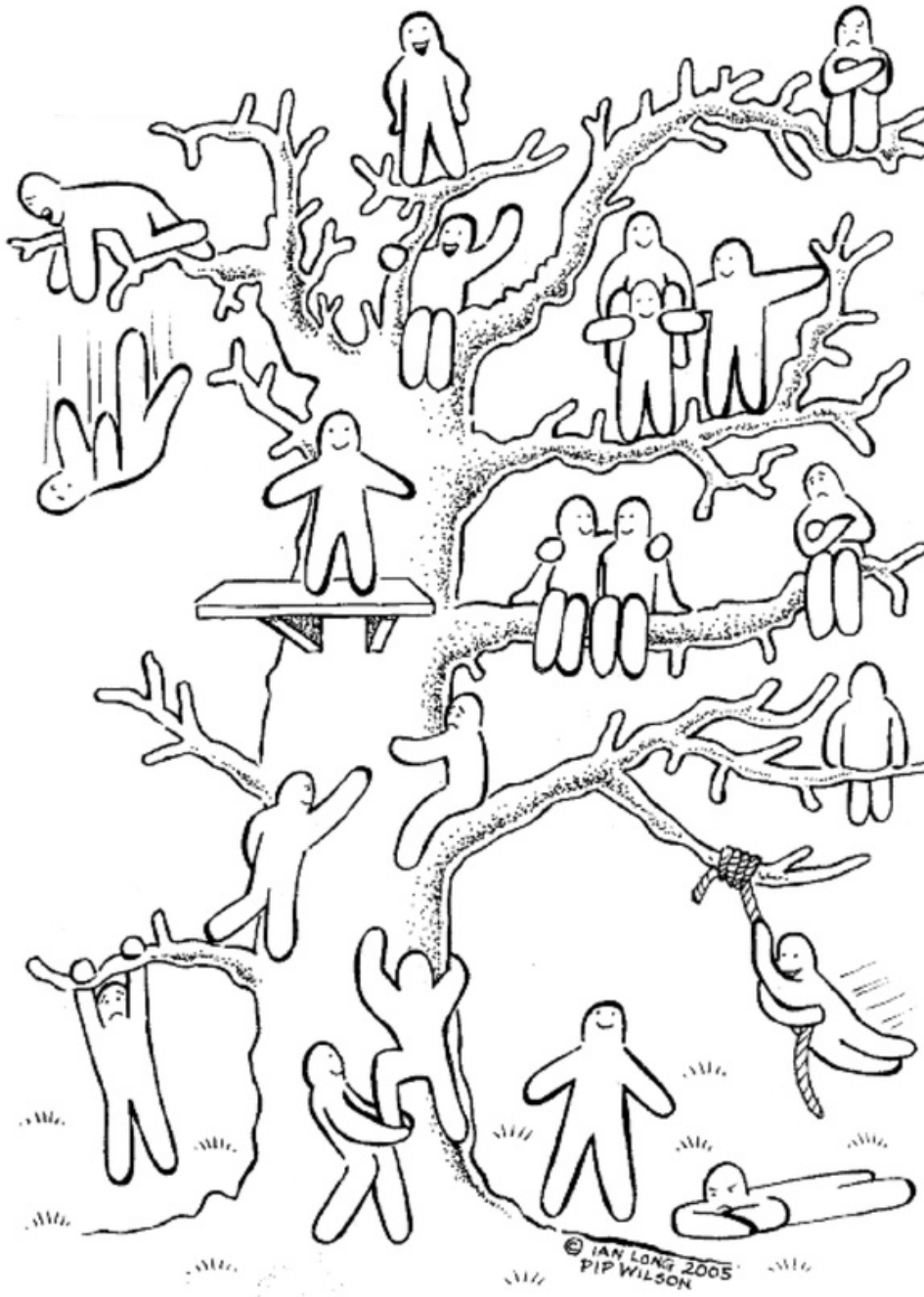
Deze boeken rond het thema pesten zijn aanwezig in de bibliotheek van Sint-Genesius-Rode:

Hippo	<i>Marc De Bel</i>
Juffrouw Verdorie	<i>Patricia David</i>
Pudding Tarzan	<i>Ole Lund Kirkegaard</i>
Kwelduivels	<i>Guy Didelez</i>

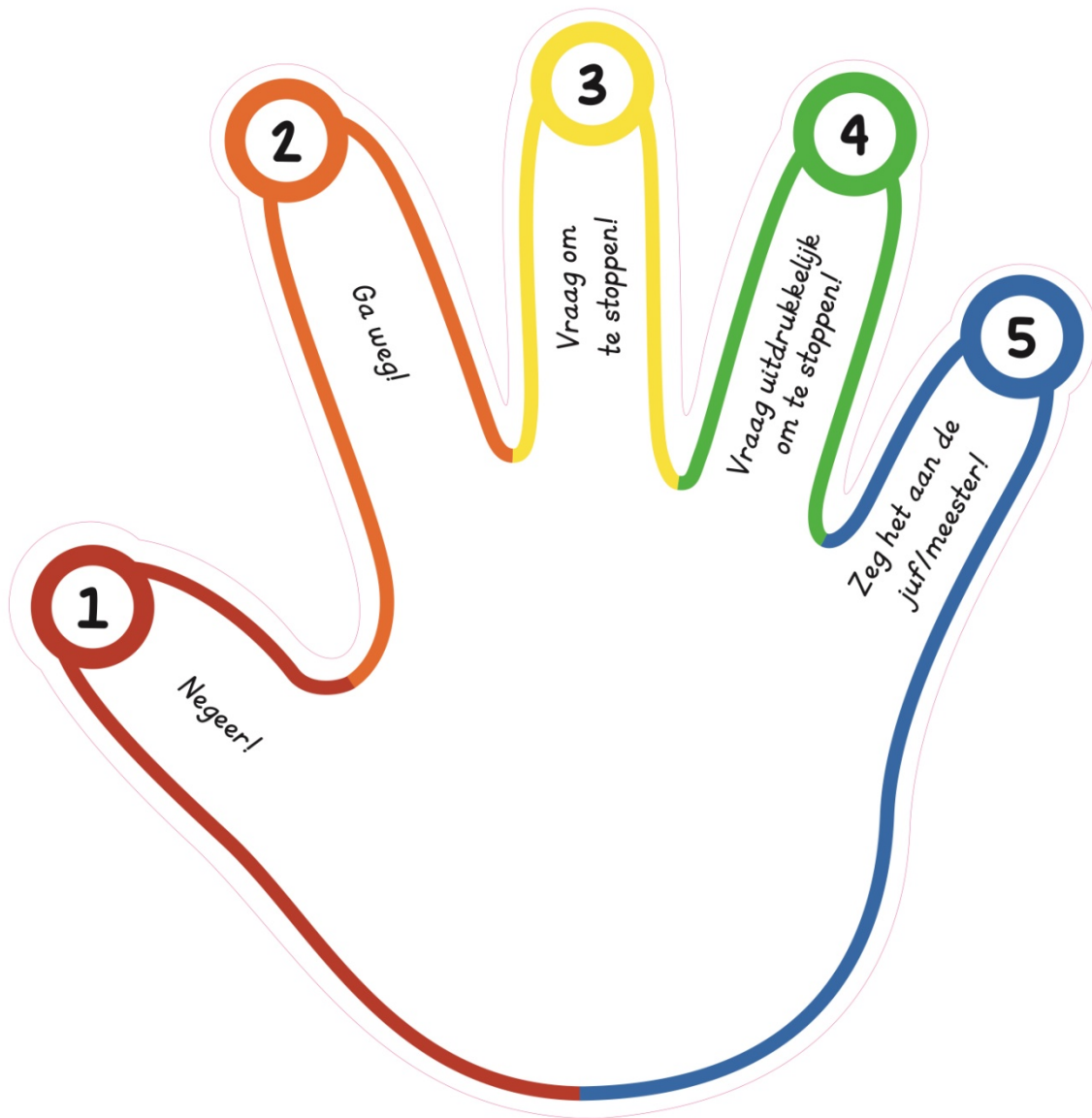
- **Nuttige websites**

pesten.be
weerbaar.info
omgaanmetpesten.nl
kieskleurtegenpesten.be
tumult.be
iswlimits.be
zitdazo.be/pesten
klasse.be
tele-onthaal.be

17. Bijlagen



STOP pesten!

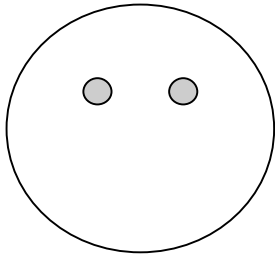


Wat is er gebeurd?

.....
.....
.....



Hoe voelde je je daarbij?



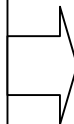
.....
.....
.....

Wat dacht je toen?

.....
.....
.....
.....

Wat deed je toen?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Wat zal je de volgende keer doen?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....