



**Elk een vinger in 'het'
Pest Actie Plan
samen sterker tegen pesten**



De symboliek van ons schoollogo
als visietekst
voor ons positief schoolklimaat (anti-pestbeleid):



- De boom stelt de rijkdom aan natuur en het leven op school voor. Hij blijft dezelfde, maar verandert qua uitzicht doorheen elk seizoen.	Onze school verandert voortdurend door de nieuwe leerlingen-personeelsleden en ouders die er leven, leren en werken en dit vraagt op regelmatige basis om af te stemmen of ons schoolklimaat positief is/blijft (enquêtes, bedenkingen, ervaringen, ...).
- De voetstappen wijzen op beweging , zij zijn ook een herkenningspunt aan onze schoolpoort	We scholen ons bij om een positief schoolklimaat zoveel mogelijk te bekomen.
- Het geheel wilden we ook doen lijken op spetterend vuurwerk; dynamiek .	Wat we in het schoolklimaat ervaren, is een aanzet om initiatief te nemen en om bij te sturen waar nodig, om te herhalen, ...
- De SHP (Sint-Hendrik Petegem) – initialen zijn herkenbaar in de stam: onze naam wilden we behouden, want we houden vast aan onze katholieke wortels .	Wij willen de waarden uit onze katholieke achtergrond als uitgangspunt nemen om met mensen om te gaan: respectvol, voortdurend nieuwe kansen biedend, hoopvol, ...
- De open houding van de figuren wijst op onze open naar de wereld en het omringende. Eens elk figuurtje groot genoeg is, zie je de kans om uit te vliegen .	Wij hebben een luistergerichte houding naar leerlingen, personeelsleden, ouders en externen om dit positief schoolklimaat zo optimaal mogelijk te maken zodat mensen sterk genoeg worden om alleen verder te gaan.
- De grootste figuur staat voor het schoolteam en onze lichtende voorbeelden , namelijk Jezus, Sint-Hendrik, geleerden zoals pedagogen, theologen, wetenschappers, ... die ondersteunen, doen groeien, maar ook veranderen door de groei en veranderingen van de boom.	Jezus toonde ons oog voor zwakkeren te hebben, op te komen voor rechtvaardigheid en eerlijkheid. Als personeelslid geven we zelf het goede voorbeeld, ontmoetingen met mensen op school, verrijken onze kijk en verfijnen onze visie.
- De grotere figuren, de kinderen van het lager, omringen en zorgen voor de kleinere; onze peuters en kleuters.	Op onze school zijn er kinderen die volgende taken hebben: - Bemiddelaars - Helpers L56 op kleuterspeelplaats - in de kleuterklas helpen vlinders de rupsen, kevertjes en bijtjes.
- Alle figuurtjes zijn allemaal H-tjes: Hendrikjes-Hendrikaatjes. Ze dragen de eigenheid van de school in zich.	- ieder kind is anders, vraagt een eigen benadering.
- De figuren hebben verschillende kleuren (deze die je ook aan de muur en raamomlijsting van onze gebouwen herkent: geel en grijs), maar sommigen zijn nog niet ingekleurd , omdat we ook nog veel kans willen geven tot het zelf inkleuren van persoonlijkheid .	- We hebben plan hoe we een positief schoolklimaat willen bevorderen, maar dit wordt ingekleurd door de leerkrachtenstijl, de leerlingeneigenheid en samenwerking met ouders en externen.
- En met een citaat uit het boek 'Brida' van Paulo Coelho zou ik willen eindigen: 'Wie plant, krijgt te maken met stormen en met seizoenen. Uitrusten is er zelden bij. Anders dan een gebouw, groeit een tuin altijd door. Hij vraagt om voortdurende zorg, maar tegelijkertijd biedt hij zijn tuinman een leven dat zijn zin behoudt, een leven als een groot avontuur.' Wij willen groeistof zijn voor het leven op onze school.	- We hebben een beleid voor een positief schoolklimaat, maar sturen dit bij naar gelang de evolutie en ervaringen die we opbouwen.



Inleiding

Wat is plagen en wat is pesten?

Ruzie maken mag?

Waar en wanneer wordt gepest?

Hoe gebeurt pesten?

Beeld van de betrokkenen

Vooroordelen rond pesten

Signalen van slachtoffers en pestkoppen: hoe identificeren?

Gevolgen van pesten voor slachtoffer en pester

Concreet uitgewerkt plan

Adviezen aan ouders

Tips voor in de klas: documentatie, websites

Elk kind draagt er de sporen van

Slachtoffers van pesten hebben het in de school erg moeilijk. Angst, verdriet en eenzaamheid zijn voor hen dagelijks terugkerende gevoelens. Soms wordt het voor hen onhoudbaar, worden kinderen depressief, ziek, ...

Als ouder wil je dat jouw kind dit nooit overkomt. Toch is het evenmin een pretje als je hoort dat je kind zelf 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 – hoe zeer je ook je best hebt gedaan – hoe pak je zulk probleem dan best aan?

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

Zowel leerkrachten, ouders als kinderen zijn medeverantwoordelijk opdat het welbevinden van ieder kind optimaal blijft. Daarom is het belangrijk binnen onze school het pesten een halt toe te roepen.

Dit document is een overzicht van wat we noemen het actieplan tegen pesten. Het is een regelgevend systeem dat:

- duidelijk omschrijft wat we verstaan onder pesten,
- expliciet aanduidt dat we pesten niet tolereren,
- alle betrokkenen wil sensibiliseren door bewustmaking van de gevolgen van pestgedrag,
- beschrijft hoe het pestprobleem kan aangepakt worden,
- de rol van iedere betrokkene kadert.



Is plagen ook pesten?

Vervelend doen/ plagen	Ruzie maken	Pesten
- is onschuldig, gebeurt onbezonnen of spontaan, gaat soms gepaard met (al dan niet geslaagde...) humor.	- incidenteel	- gebeurt berekend (men weet vooraf goed wie, hoe en wanneer men zal pesten), men wil bewust iemand kwetsen of kleineren.
- Is van korte duur of gebeurt slechts tijdelijk.	- tijdelijk	- is duurzaam: het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig (stopt niet vanzelf na korte tijd).
- speelt zich af tussen gelijken ('twee honden die vechten om hetzelfde been').	- gelijke machtsverhouding	- ongelijke strijd: 'de pester ligt altijd boven' (de onmachtgevoelens van het slachtoffer staan tegenover het almachtgevoel van de pester).
- is meestal te verdragen of zelfs plezant, maar kan evenzeer kwetsend of agressief zijn.	- beide partijen zijn negatief	- de pester heeft geen positieve bedoelingen, wil pijn doen, vernielen of kwetsen.
- meestal één tegen één	- tweerichtingsverkeer	- meestal een groep (pester, meelopers, supporters) tegenover één geïsoleerd slachtoffer.
- wie welk kind plaagt, ligt niet vast; de tegenpartijen wisselen keer op keer.	- meestal wisselend	- neiging tot vaste structuur: pesters zijn meestal dezelfde, net zoals de slachtoffers (al gebeurt het dat zij door omstandigheden wisselen).
Gevolgen		
- 'schaafwonde' of korte draaglijke pijn (hoort bij het spel); wordt soms ook als prettig ervaren (plagen is kusjes vragen).	- hoort bij vriendschap...	- indien niet tijdig wordt ingegrepen, kunnen de gevolgen (zowel lichamelijk als geestelijk) heel pijnlijk en ingewikkeld zijn en ook heel lang aanslepen.
- de vroegere relaties worden weer vlug 'in orde' gebracht.	- de ruzie of het geschil wordt gemakkelijk bijgelegd	- het is niet gemakkelijk om tot betere relaties te komen; het herstel verloopt moeizaam en moet worden begeleid.
- men blijft opgenomen in de groep.	- men blijft opgenomen in de groep.	- isolement en grote eenzaamheid bij het gekwetste kind; aan de basisbehoefte om 'bij de groep te horen' wordt niet voldaan.
- de groep lijdt er niet echt onder; ze vindt vlug haar vroegere draai.	- de groep lijdt er niet echt onder; ze vindt vlug haar vroegere draai.	- de groep lijdt onder een dreigend en onveilig klimaat



Ruzie mag?

Pesten is dus berekend iemand pijn willen doen, iets vernielen of iemand laten denken dat hij waardeloos is. En dat gebeurt telkens opnieuw! De pestkoppen zijn meestal dezelfde, de slachtoffers ook.

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. Kinderen worden sterker als ze het zelf kunnen oplossen. Er moet dus een zone blijven, waarbinnen ze kunnen plagen en ruzie maken.

Waar en wanneer wordt vooral gepest?

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

Hoe gebeurt pesten?

Vooraf bij kinderen tussen 10 en 12 jaar komt pesten voor, maar dit sluit niet uit dat zelfs kleuters betrappt worden.

Een overzicht van enkele wijzen waarop pesterijen voorkomen:

- woorden gebruiken als wapens: schelden, vernederen, vernederende opmerkingen maken, ... Wie een grote mond opzet, krijgt vaak respect. Verbaal pesten is ook makkelijk te gebruiken en laat geen bewijzen na.
- vechten, slaan, schoppen, ...
- stelen en vernieling aanrichten
- uitsluiten of negeren
- steaming: een groep kinderen die een individu afdreigen, vernederen totdat hij geld of een voorwerp afgeeft
- cyberpesten: pesten via internet, sms of e-mail

Beeld van de betrokkenen

Het slachtoffer of de gepeste:

- staat afkerig tegenover agressie en geweld
- is meestal fysiek zwakker
- is eerder in zichzelf gekeerd
- is vaak angstiger dan andere kinderen
- durft niet voor zijn mening opkomen
- heeft een lage dunk van zichzelf
- voelt zich eenzaam
- zoekt vaak de leerkracht op, wat dan weer de pesters provoceert



De pestkop:

- is vaak fysiek sterker dan het slachtoffer
- wil stoer doen en imponeren
- wil zichzelf bewijzen
- is impulsief en agressief
- kan moeilijk met de regels omgaan
- heeft een groot idee van zichzelf
- kan zich moeilijk inleven
- geniet respect maar in hoofdzaak uit angst, niet uit waardering
- zoekt aandacht op van de omgeving op een negatieve manier

De meelopers:

- doen mee om bij de groep te horen
- doen mee uit angst om zelf gepest te worden
- steunt soms het slachtoffer in persoonlijke contacten, maar zwijgt in de groep

Enkele vooroordelen rond pesten

Pesten zou vanzelf wel over gaan

Fout! Wanneer er niets aan gedaan wordt, zal het enkel maar erger worden.

Je zou van pesterijen harder worden

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 van hun ontwikkeling.

Slachtoffers lokken het meestal zelf uit

Ja en nee. Dit is soms het geval; maar het mag zeker niet veralgemeend worden.

Signalen herkennen van slachtoffers en pesters

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

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

Mogelijke gevolgen van het pesten

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 over een kwetsend woord. 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.

Het slachtoffer kan:

- een minderwaardigheidsgevoel krijgen en zich daardoor onzeker gedragen
- amper nog voor zichzelf durven opkomen
- zijn vertrouwen verliezen tegenover andere mensen
- schoolangst hebben, maar ook andere angsten kunnen de kop op steken later in het leven
- concentratiestoornissen ontwikkelen
- geen initiatieven meer durven nemen
- in het ergste geval depressief worden en later zelfmoordneigingen vertonen
- minder goed presteren op school
- ...

Het kan dat de pester:

- op lange termijn geen echte vrienden meer over houdt
- zich vastwerkt in de pestrol en ondanks 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 komen met de maatschappij (crimineel gedrag, ontslag, ...)
- moeite blijft ondervinden voor een goede omgang met anderen
- ...

Waarom een concreet uitgewerkt pestactieplan noodzakelijk is

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 zullen krijgen
- ze kunnen moeilijk inschatten welke handelingen of uitspraken accepteerbaar zijn
- ze vertellen niets aan de ouders of leerkracht omdat ze niet willen dat die zich zorgen maken.

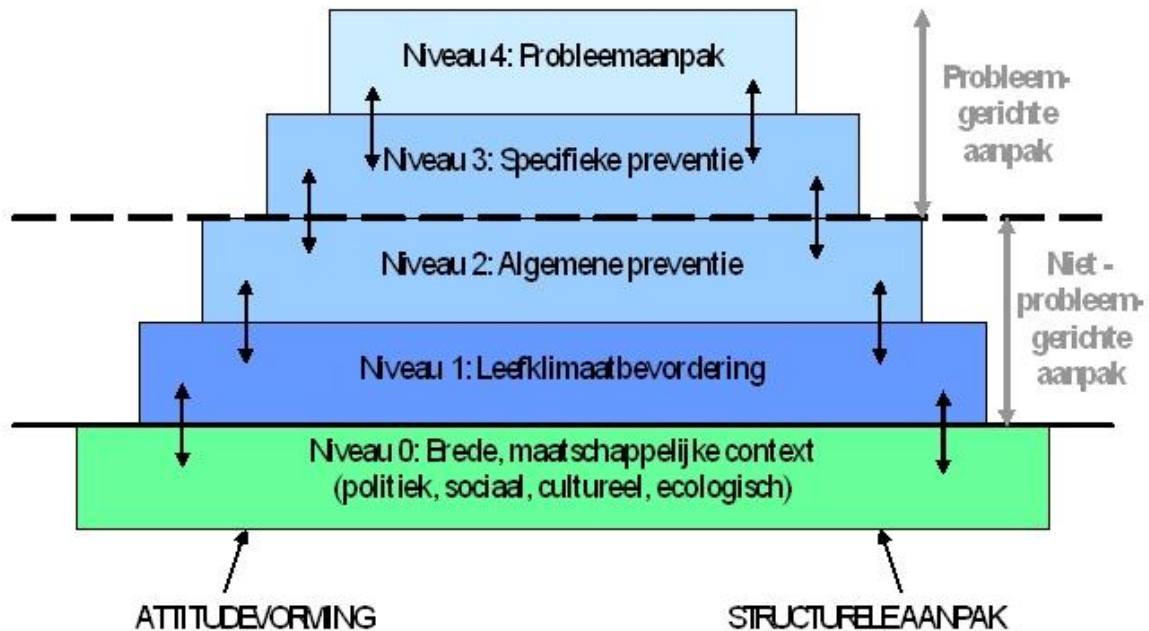
Bij vermoeden van pesten, dienen wij als opvoeders onze aandacht te verhogen, nog beter te observeren. Vaak wordt bijlange niet alles verteld.



De aanpak op onze school ...

We werken vanuit de preventiepiramide aan een positief schoolklimaat op onze school:

Schema: de preventiepiramide (Johan Dekkerck)



Voor elk niveau hebben we dit concreet bestudeerd voor onze school (zie **preventiepiramide** + **SWOT SHP**).

Dit krijgt z'n uitwerking in dit Pest Actie Plan.

De aanpak op onze school als leerkracht...

10 vingers in de pap

Afspraak 1



Elke leerkracht heeft met de kinderen in het begin van het schooljaar een kringgesprek over **groepsafspraken** (b.v. respectvol omgaan met elkaar) die worden genoteerd in een **klasreglement** (7à8 positief geformuleerde regels). De meester of de juf laat duidelijk voelen dat negatief gedrag (o.a. pestgedrag) op onze school niet thuis hoort en dat hij of zij het niet zal nalaten de nodige maatregelen te nemen. Alle leerkrachten zullen pestgedrag afkeuren en signaleren aan de klastitularis en aan de directie.

In onze school worden de zorgcoördinatoren aangeduid als 'groene leerkracht'; vertrouwenspersoon. Ze kunnen bemiddelen als leerkrachten een tweede opinie willen of ook wanneer leerlingen wensen te praten met een andere leerkracht. De leerlingen worden bij de start van het schooljaar geïnformeerd dat de zorgcoördinatoren de vertrouwenspersonen zijn op school.

Voor ouders zijn deze vertrouwenspersonen ook een duidelijk aanspreekpunt in de school bij pestgedrag. Dit wordt aan de ouders meegedeeld op de eerste ouderavond.



Afspraak 2

Bij de jaaropening met de ganse lagere school (in september) komt aan bod dat alle leerkrachten negatief gedrag sterk afkeuren.

Kinderen van de onderbouw en dan van de bovenbouw komen in de eetzaal samen.

De directie licht de leefregels toe.

Het opvoedingsproject 'Er zit een schat verborgen in jezelf' wordt doorheen het ganse schooljaar als een nuttig instrument in de klas en school gebruikt. Er wordt hiermee aandacht geschonken aan verschillende thema's. Elke klas heeft hiervoor een map met allerlei doe-tips. De thema's zijn vriendschap, verbondenheid, beleefdheid, eerlijkheid, vrede, evenwaardig en respect voor alles en iedereen. Er wordt afgesproken met het team welke thema's in welke maand aan bod komen.

Er is een leerlingenraad, waar leerlingeninspraak op school mogelijk is, en waar leerlingbemiddelaars worden aangesteld. Zij zijn actief tijdens de speeltijd om te bemiddelen bij ruzie.

Er zijn allerlei projecten die het positief klimaat bevorderen: kennismakingsspelen met klasgroep, het vieren van een verjaardag, een praatronde, in het 1^{ste} leerjaar komt Victor en de goed gevoelmachine, in het 3^{de} Bram en de OK-brigade, we nemen deel aan de Move tegen Pesten, er wordt een klastermometer/ humeurmeter in de klas gebruikt, ...



Afspraak 3

Tijdens het klasgesprek in september maken we duidelijk dat kinderen altijd bij de leerkracht terecht kunnen met hun problemen. Hulp vragen is zeker niet hetzelfde als klikken.

Alle kinderen zijn verantwoordelijk om een pestprobleem aan te kaarten. Kinderen die dit willen doen, kunnen dit door onopgemerkt een briefje in de brievenbus aan de zorgklas te stoppen. Toch prefereren we de mondelinge communicatie, omdat het probleem door vraagstelling meteen veel beter in kaart kan gebracht worden.



Afspraak 4

Bij melding van ruzie proberen we eerst om dader en slachtoffer de kans te geven het zelf bij te praten. Ze worden verplicht om vijf 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.

Waarschijnlijk gaat het in zulke gevallen niet om echt pestgedrag, eerder om een ruzie. In de kleuterklasjes kan dit vaak opgelost worden door een handje te geven of een knuffel. Bij kleuters zal zulk een gesprekje waarschijnlijk ook moeten gestuurd worden.

Tip: Laat kinderen tijdens het gesprek elkaar steeds aanspreken met hun voornaam.



Besteed bvb. in de godsdienstles tijd aan de wijze waarop je op een zorgzame manier met elkaar kan praten (niet schreeuwen, de ik-boodschap gebruiken, niet verwijtend, ...): zie picto-kaart bemiddelaars.



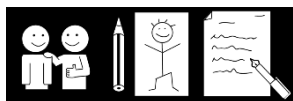
Afspraak 5

Op het moment dat beide partijen er niet uit komen of als het om werkelijk pestgedrag gaat, gaat de leerkracht of zorgcoördinator een verhelderingsgesprek aan en probeert nieuwe afspraken te maken. Deze afspraken worden genoteerd en opgevolgd vanaf afspraak 6. De kinderen krijgen de kans om zonder straf terug een positieve relatie op te bouwen.



Afspraak 6

Bij pestgedrag wordt altijd de directie op de hoogte gebracht, alsook de zorgcoördinator. Er wordt in het boek van de leraarszaal een foto betrokken kind(eren) + beschrijving van melding gekleefd om dit bij het toezicht houden in de gaten te houden. Is er iets gebeurd tijdens de speeltijd, dan meldt de toezichthoudende dit meteen nadien aan de klastitularis. Het zorgteam neemt contact op met een ouder via telefoon en/of met een briefje in gesloten omslag (met een gedragskaart). De ouders handtekenen dit briefje als bewijs dat ze dit gelezen hebben.



Afspraak 7

Bij herhaaldelijk ruzie/ pestgedrag neemt de klasleerkracht duidelijk stelling en treedt bestrafning in werking.

De klasleerkracht oordeelt in eer en geweten of één of beide partijen de sanctie krijgen:

Voor kleuters is de opdracht voor de pester iets positiefs zeggen en voor de gepeste te doen.

Voor jongste kinderen lager is de opdracht een tekening te maken van hoe ze het de volgende keer zullen doen en 3 dingen te tekenen om het goed te maken.

De oudste kinderen lager schrijven een excuusbrief met volgend stramien:

1. Wat is er gebeurd?
2. Hoe voelde jij je daarbij?
3. Hoe denk je dat de andere zich daarbij voelde?
4. Wat liep er fout?
5. Hoe zou je het in het vervolg oplossen?
6. Som 3 dingen op die je deze week zal doen om het goed te maken met de ander.

In de loop van de dag (klasleerkracht kiest wanneer) wordt deze op school gemaakt.

De straf wordt ook aan de ouders doorgegeven.



Afspraak 8

Sociaal isoleren (time-out) vinden wij een zinvolle straf bij negatief gedrag. Dit kan door tijdens de

speeltijd de leerling in het secretariaat te laten zitten (de klasleerkracht geeft een taak mee) of in de klas tijdens de les de leerling apart te laten zitten. Dit zijn tijdelijke maatregelen om nadien met de leerling in gesprek te gaan.



Afspraak 9

Na de straf voor pestgedrag gaat de **klasleerkracht** nog eens een **kort gesprek** aan met de betrokken partijen (pester en gepeste) en gaan na of hij zich bewust is van zijn daden.

De excuusbrief-tekening wordt aan de zorgcoördinator afgegeven om in het dossier van de leerling te bewaren.

Wij maken de pester ook duidelijk dat een verandering in zijn gedrag ook opgemerkt zal worden en eventueel beloond met een schouderklopje of een aanmoedigend woordje, tenminste als hij zich aan de regels houdt.

Indien we vinden dat de gepeste ook sociaal weerbaarder moet worden, dient ook met hem of haar een gesprek aangegaan te worden.

In moelijk oplosbare situaties kan zowel voor daders en slachtoffers externe hulp ingeroepen worden (CLB) voor een sociale vaardigheidstraining, therapie.



Afspraak 10

In extreme gevallen kan een kind na de **tuchtprocedure** geschorst of verwijderd worden (zie **schoolreglement**).

Adviezen aan de ouders van de school...

Nog 10 vingers in de pap

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 schoolpoort of op de weg naar school of thuis) eigenhandig het probleem willen oplossen. Er moet overleg zijn met de leerkrachten (voor of na de schooluren) en/of de directie. In onze school werden ook de zorgcoördinatoren aangeduid als vertrouwenspersoon van de leerlingen. Ook de ouders kunnen dus steeds met vragen terecht bij deze zoco's, naast de eigen klasleerkracht of de directie.

Advies 2

Voor een pestgedrag op school blijft de inbreng van ouders bij voorkeur beperkt tot het aanreiken van informatie en tot het ondersteunen van de aanpak van de school. Neem **EERST** contact op met de school alvorens in contact te treden met de ouders van de andere partij. 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 een eind aan pesten zal komen.

Advies 4

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

Advies 5

Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat of in een hobbyclub, probeert u contact op te nemen met de organisatie aldaar 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

Stimuleer uw kind om voor zichzelf op te komen, maar ook voor anderen.

Advies 8

Geloof niet steeds alles wat uw kind zegt.

Tracht door gerichte vraagstelling en het aanhoren van alle partijen een mening te vormen. Pas dan kan u een oordeel uitspreken over uw zoon of dochter en eventueel over de pester.

Advies 9

Stimuleer uw kind zeker niet om het recht in eigen handen te nemen, zich arrogant of dominant te gedragen en zeker niet op een gewelddadige manier.

Advies 10

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.

Nuttige tips om pesten bespreekbaar te maken of te voorkomen

Indien je te maken hebt met veel voorkomend negatief gedrag, kan i.s.m. de zorgleerkracht (en CLB) een **sociogram** afgenomen worden in de klas. Dit sociogram wordt als referentie gebruikt om doelgericht acties te ondernemen.

In de schoolbib zijn heel wat materialen aanwezig rond het anti-pest-thema:
o.a. verhalen, boeken met doe-tips, activiteiten uit 'doos vol gevoelens', liederen, ...:
Onder 2.r. ..., vind je:



1. Julie, het meisje met de schaduw van een jongen
2. Geef het een kans, Sallis
3. Het grote verraad
4. Uitprint 'Relationele vorming in de basisschool' van VVKBAO
5. Contactsleutels
6. Sociaal vaardig? Lieve deugd (axenroos)
7. Toeka, leefsleutels voor het basisonderwijs
8. Pesten voorkomen kan je leren: musical om te spelen 'Carlotta'
9. 'Er zit een schat verborgen in jezelf' : leesboek, handleiding en CD
10. Miembo, brochure voor ouders (depressie bij kinderen)
11. Ik ben nummer 13: werkmap + leesboek (depressie bij kinderen)
12. Het leven in mijn klas: lkrn. en lln.boekje Averbode
13. ?
14. ?
15. ?
16. De pestjuf
17. Leren denken over denken en leren begrijpen van emoties
18. Netjes en voornaam
19. Gat in de haag
20. Kinderen en sociale vaardigheden
21. De coole kikker – sociale vaardigheidskwartet
22. Je zit er maar mee (sociale vaardigheden 9-10 jaar)
23. Ik mag lekker lang klein zijn
24. Ik ben ik: kleuters
25. Kinder- en jongerentelefoon
26. Nooit alleen (brochure kinder- en jongerentelefoon)
27. Map met allerlei rond sociale vaardigheden en levenshouding
28. Groeien na verlies
29. Relaxkids: sprookjesmeditaties voor kinderen
30. Relaxkids: De wensster: 52 meditaties voor kinderen vanaf 5 jaar
31. Spelen met yoga voor alle kinderen van 4-12 jaar
32. Hier harder slaan: verhaal over pesten
33. Je zit er maar mee (sociale vaardigheden 9-10 jaar)
34. Axen in actie
35. Map 'Pesten': actieplan van een andere school
36. Map 'Relationele opvoeding in de basisschool: praktijkideeën voor een geïntegreerde aanpak'
37. Kinderen ... en hun rol als bemiddelaar: conflictoplossing in zes stappen
 - Levenshouding sociale opvoeding op de lagere school, klas 2
 - Levenshouding sociale opvoeding op de lagere school, klas 6
 - Leefsleutels: Pesten stoppen. Stap voor stap: de no blame-aanpak in theorie en praktijk op de basisschool
 - Concept relationele vorming in de katholieke Basisschool
 - Doos 'Ik + jij = wij: communicatieset bij concept relationele vorming'
 - Voorbij de hoge bergen, verhalen uit axenland – activiteitenmap
 - De grote groene victormap
 - Een vuurspuwend monster(tje): pesten anders bekeken: handleiding + boek
 - Doos: vlindernet: informatief spel over cyberpesten en veilig internet
 - Doos: Vlinderslag: een speelse invalshoek om te praten over geweld, de aanleiding ervan en de gevoelens daarbij
 - De eerste lijn: Klasse: pesten: ze spuwen op me



Andere tips:

- 'Geheime leerling': 1 ll. per klas wordt door de lkr. zonder dat die het weet geschaduwd over een bepaalde afspraak. De volgende dag wordt de naam van de geschaduwde gezegd, als het gedrag goed was, indien niet goed, wordt de naam niet gezegd. Als beloning, wordt iets leuks gedaan: een gezelschapsspel spelen, een verhaal voorlezen, een leuke uitstap maken, ... Dit principe is gebaseerd op groepsdruk tussen klasgenoten.

Deze tactiek verdient lang volgehouden te worden om effect te hebben.

- No blame: navragen wie dit op school doet. Kan niet klasoverschrijdend toegepast worden volgens Gie Deboutte.

- Als pesten voorvalt, dient onmiddellijk ingegrepen te worden:

Zie map 'Pesten op school': 4 lessen gegeven door directie/ zoco (beschikbaar in de zorgklas):

1. Ruzie-plagen-pesten: vragenlijst door lln. anoniem in laten vullen

Verwerken van bevraging

2. Probleem of niet? Video vertonen 'Prettige dag gehad?' (Henk bezorgt ons de digitale versie van de video) + bespreken

3. Rollenspel

4. Herhalen van de klasregels

Je kan o.a. ook volgende websites raadplegen:

www.pestten.be

www.weerbaar.info

www.sociogram.nl

Website Vrije Basisschool Welle: zie schoolbeleid rond relationele vorming (anti-pestbeleid – soc.vaardigheden) 'Het Land van Isa'

Gelezen en goedgekeurd door het schoolteam, de ouderraad en de leerlingenraad.

