



Pest Actie Plan

GBS GIERLE

GBS Gierle

WWW.SCHOOLGIERLE.BE | SCHOOLSTRAAT 43 – URSULINENSTRAAT 13, 2275 GIERLE



INHOUDSTAFEL

Inhoudstafel.....	0
1. Waaron een pestbeleid?.....	2
2. Veilig schoolklimaat	2
3. Concrete preventieve maatregelen	3
3.1 School en klas	3
3.2 Speelplaats.....	3
4. Pesten vs. plagen	4
4.1 Wat is pesten?	4
4.2 Wat is plagen?	4
4.3 Wat is ruzie maken?.....	5
4.3 Even op een rijtje.....	5
5. Wie zijn betrokken partijen?.....	5
6. aanpak	6
6.1 In de school.....	6
6.2 Signaleren	7
6.3 Hoe kan je als leerkracht helpen?.....	8
6.4 Aanpak door leerlingen.....	8
6.5 Actieplan	9
Actie 1: Bemiddeling	9
actie 2: No blame	10
6.6 Aanpak door ouders.....	11
7. Cyberpesten.....	11
8. Enkele boeken rond pesten	12
9. Websites	13
Bijlage: Stappenplan	14



1. WAAROM EEN PESTBELEID?

De grootste nachtmerrie voor de meeste ouders, maar jammer genoeg is pesten voor 1 op 5 kinderen de realiteit. Deze kinderen maken een periode mee waarin ze gepest worden op school. Ongeveer evenveel kinderen zijn als dader of als mededader betrokken bij het pesten. Dit bij kinderen van alle leeftijden.

Met deze cijfers in het achterhoofd, is de kans dus zeer groot dat ook wij op onze school te maken krijgen met pesten. Dit is een probleem dat we zeer graag consequent en meteen aanpakken. Alle kinderen hebben het recht om zich veilig te voelen op school zodat ze zich optimaal kunnen ontwikkelen. Door dit als school, samen met ouders, op een respectvolle manier aan te pakken, geven we alle kinderen de kans om met veel plezier naar school te gaan.

In dit pestplan krijgt u een antwoord op vragen als:

- Hoe maak ik het onderscheid tussen pesten en eerder onschuldige plagerij?
- Wat kan ik doen om ervoor te zorgen dat mijn kind niet gepest wordt of gaat pesten?
- Hoe kom ik te weten of mijn kind betrokken is bij pesten?
- Hoe reageer ik best als ik te weten kom dat mijn kind gepest wordt?
- Wat doe ik als mijn kind de pester is?
- Hoe kan pesten gestopt worden? Wat kan ik zelf doen?
- Wat kan ik van de school verwachten?

Een **belangrijke kanttekening** hierbij is wel dat **niet in elke situatie sprake is van pesten**. In de ontwikkeling van kinderen is het belangrijk dat kinderen leren oefenen met allerlei sociale vaardigheden waaronder ook plagen, af en toe met iemand lachen, ruzie maken, discussiëren, ... Dit is niet pesten! In eerste instantie is het belangrijk dat kinderen in deze situaties voor zichzelf leren opkomen op een gezonde manier.

2. VEILIG SCHOOLKLIMAAT

Een veilig schoolklimaat is voor ons zeer belangrijk. Op uiteenlopende manieren proberen we kinderen duidelijk te maken dat iedereen anders is en dat elk kind het verdient om respect te krijgen van anderen. Vanuit deze visie streven we maximale openheid na rond allerlei onderwerpen, maar zeker rond pesten. In verschillende vakken en activiteiten komen thema's zoals respect, acceptatie, omgaan met elkaar, vriendschappen, ... voor. Hierdoor creëren we een omgeving waarin pesten bespreekbaar wordt voor kinderen die gepest worden, maar ook voor kinderen die dit zien gebeuren bij anderen. Hierbij streven we ernaar dat kinderen weten dat het komen vertellen van dergelijke zaken niet hetzelfde is als klikken.

Ook het maken van duidelijke afspraken is hier een zeer belangrijk gegeven. Dit biedt kinderen een duidelijke structuur waardoor ze weten welk gedrag wel en niet aanvaard wordt. Alle kinderen kennen de afspraken en ondertekenen deze aan het begin van het schooljaar.

Binnen dit thema zijn we er ook van overtuigd dat wij als leerkrachten, maar ook de ouders, hierin een belangrijke voorbeeldfunctie hebben. Er wordt een klimaat gecreëerd waarin duidelijkheid is in hoe met elkaar wordt omgegaan, hoe ruzies niet met geweld worden opgelost en waar verschillen aanvaard worden. Agressief gedrag van kinderen, ouders en leerkrachten wordt niet getolereerd en hier neemt het schoolteam een duidelijke houding in aan. Zo wordt er ook regelmatig in het team gecommuniceerd wanneer signalen opgemerkt of vernomen worden via derden. Indien nodig wordt



dergelijke communicatie ook genoteerd in het leerlingvolgsysteem zodat mogelijke patronen bekeken kunnen worden en bijgevolg ook doelgericht aangepakt kunnen worden.

Ten slotte vinden we het ook zeer belangrijk dat ouders het gevoel hebben dat ze bij het team terecht kunnen met vermoedens van pesten. Dit geeft het team de mogelijkheid om grondig uit te zoeken wat er precies aan de hand is. Hierna worden bevindingen ook terug opgenomen met de ouders.

Belangrijk hierbij is dat de klasleerkracht steeds het eerste aanspreekpunt is. Deze is in de beste positie om in te schatten welke leerkrachten en/ of leerlingen mee betrokken dienen te worden in bv. een “No Blame” – aanpak kan dan overwogen worden (zie puntje 7.5 in dit plan).

3. CONCRETE PREVENTIEVE MAATREGELEN

3.1 SCHOOL EN KLAS

- Duidelijke school- en klasafspraken
- Bij de start van het schooljaar worden afspraken opnieuw besproken en ondertekend door de leerlingen en leerkrachten
- Screening welbevinden
- Maandelijks wordt klassikaal aan de slag gegaan binnen een thema rond sociale vaardigheden
- LBV-lessen bevatten regelmatig thema's rond sociaal en antisociaal gedrag
- Peer-tutoring
- Speelplaatstoezichten met aandacht voor de schoolafspraken
- Actieve deelname aan 'Move tegen pesten' en andere acties
- Aandacht voor conflicthantering en kinderen hier sterker in maken
- Stappenplan i.v.m. het zelfstandig oplossen van conflicten op de speelplaats (zie bijlage)
- Fijne school- en klasactiviteiten voor meer verbondenheid

3.2 SPEELPLAATS

- Speelkoffers
- Speelplaats aantrekkelijker maken: klimmuur, speeltuigen, looppiste, tref-/ netbalveld, voetbalvelden, ...
- Inrichten van rustige plekken op de speelplaats
- Leesbank onder boom
- Duidelijke communicatie bij alle partijen rond kinderen met een plaag- of pestprobleem
- Leerkrachten vormen een duidelijk aanspreekpunt op de speelplaats (bv. fluo)



4. PESTEN VS. PLAGEN

4.1 WAT IS PESTEN?

Wanneer we spreken over pesten, dan hebben we het over een situatie waarin herhaaldelijk en gedurende een langere tijd, agressieve reacties komen van één of meerdere machtige kinderen die intentioneel andere minder machtige kinderen pijn doen.

Er zijn dus drie belangrijke begrippen waaraan voldaan moet worden voor we spreken over pesten:

1. Herhaaldelijk
2. Ongelijke machtsverhouding
3. Intentioneel

Ook kunnen we verschillende soorten van pesten onderscheiden. Hieronder lijsten we de meest voorkomende vormen even op:

Verbaal:

Dit is de meest voorkomende vorm, maar jammer genoeg ook de minst zichtbare. Hierbij wordt het gepeste kind uitgescholden, vernederd, bedreigd, ...

Non-verbaal

Hierbij komt meer het lichamelijke pijn doen, zoals schoppen en slaan, naar boven.

Uitsluiting

Hiermee wordt het gepeste kind vooral genegeerd. Hij/ zij wordt overal buitengesloten waardoor het slachtoffer vaak alleen staat en geen vrienden of vriendinnen heeft. De pesters doen alsof de gepeste niet bestaat.

Stelen of vernielen van bezittingen

Het slachtoffer is vaak spullen kwijt zoals potloden, gommen, ... Op die manier willen ze het kind van streek maken. Dit gedrag is vaak het gevolg van jaloezie bij de pester.

Afpersing

De gepeste wordt gedwongen om iets te doen tegen zijn zin zoals klusjes, snoep meebrengen, speelgoed afgeven, ... Een vorm van afpersing waarbij geweld gebruikt wordt, noemt men ook wel 'steaming'.

Cyberpesten

Alle vormen van pesten waarbij ICT gebruikt wordt zoals computer, GSM, ...

4.2 WAT IS PLAGEN?

Wanneer kinderen op een eerder spontane en speelse manier met elkaar omgaan dan spreken we over plagen. Dit is van korte duur en eerder onschuldig. Heel vaak zien we hierbij ook dat dit om de beurt gebeurt waarbij dan de ene, en dan weer de andere plaagt. Wanneer door één van de twee aangegeven wordt dat het niet meer leuk is, dan houdt het plagen op. Het kind blijft deel van de groep. Hiermee oefenen kinderen hun sociale vaardigheden in contact met anderen. Het is dus een leerproces met vallen en opstaan. Het maakt deel uit van hun ontwikkeling.



4.3 WAT IS RUZIE MAKEN?

Belangrijk om ook even in de verf te zetten, vinden we toch wel ruzie maken. Zowel volwassenen als kinderen maken al eens ruzie. Dit hoort bij samenleven. Het kan hierbij gaan over het verschillen van mening, ergens niet mee akkoord gaan, toevallig dezelfde kant opgaan of net niet. Hierbij worden al eens dingen gezegd die niet zo bedoeld zijn of die harder aankomen dan gedacht. Als dit gebeurt, heb je altijd de kans om je te verontschuldigen en om het goed te maken. Er is een kans op verzoening waar het kind uit kan leren.

4.3 EVEN OP EEN RIJTJE

Hierbij zetten we nog graag even enkele belangrijke verschillen tussen plagen en pesten op een rijtje:

Plagen	Pesten
Onbezonnen, spontaan	Systematisch
Geen kwade bijbedoelingen	Doelgericht kwetsen
Duurt niet lang	Gebeurt bijna non-stop
Speelt zich af tussen gelijken	De macht is ongelijk verdeeld
Geplaagde blijft volwaardig lid van de groep	De gepeste wordt buiten gesloten
Er is een wisselend "slachtoffer"	Er wordt één iemand gevisieerd
Geen blijvende gevolgen	Lichamelijke en psychische gevolgen
Één tegen één	Één tegen één of een groep

5. WIE ZIJN BETROKKEN PARTIJEN?

Wanneer we spreken over pesten, denken we automatisch aan de gepeste en de pester. Toch zijn dit vaak niet de enige die betrokken zijn bij dit fenomeen.

Pester

Pesters lijken vaak zeer zelfzeker. Vandaar slagen ze er vaak in om anderen te betrekken bij hun pestactiviteiten. We denken hierbij vaak aan de meest stoere en populaire kinderen in de groep. Maar schijn bedriegt. Pesters dwingen hun populariteit vaak af door te laten zien hoe sterk ze zijn en wat ze allemaal durven. Hierdoor hebben ze vaak snel in de gaten welke kinderen makkelijke prooien zijn voor hen. Een pester is eerder opstandig en komt openlijk uit voor zijn/ haar mening, heeft moeite met regels en grenzen, maar is toch minder zelfzeker dan hij/ zij zich voordoet. Vaak dient het pestgedrag als afleiding voor eigen problemen. Enkele voorbeelden hiervan kunnen zijn:

- Een problematische thuissituatie
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet), als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep
- Het moeten spelen van een niet-passende rol
- Een voortdurende machtsstrijd in de klas
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers)
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid krijgen)
- Een laag zelfbeeld



Het slachtoffer is dan ook vaak een uitlaatklep voor frustraties van de pester.

Gepeste

Vaak is dit kind wat 'anders dan de anderen'. Dit anders zijn kan allerlei zaken omvatten. Het kan gaan over uiterlijke kenmerken zoals het dragen van een bril, ouderwetse kleding dragen, struis, mager, groot of klein zijn, ..., maar vooral op het niet beantwoorden aan de groepsnorm. Ook thuissituatie, hobby's, ... kunnen een aanleiding vormen voor pesten. Vaak zijn slachtoffers van pesten eerder introverte kinderen die zich niet goed kunnen verdedigen en weinig vriendjes hebben om op terug te vallen.

Meelopers

Wanneer we spreken over meelopers, hebben we het over een groepje kinderen dat zich aansluit bij de pester. Dit kan om verschillende redenen zijn: uit bewondering, mee populair willen zijn, bang om zelf gepest te worden, zelf gefrustreerd en nood aan een uitlaatklep, ... Zij krijgen van de pester vaak een keuze: Of ze doen mee of ze zijn tegen. Deze keuze is eerder onuitgesproken, maar zeker niet minder aanwezig.

Andere leerlingen

Vaak houden de meeste leerlingen zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich vaak schuldig dat ze het kind niet helpen of hiervoor opkomen, maar toch gebeurt het zeer weinig.

6. AANPAK

6.1 IN DE SCHOOL

Wanneer gepest wordt op een school, is het niet voldoende om alleen dit gedrag aan te pakken. Het pesten vormt een systeem dat in zijn geheel en door alle betrokkenen aangepakt dient te worden. Zowel leerkrachten als leerlingen, poetspersoneel, middagmoeders, ... moeten de handen in elkaar slaan om dit aan te pakken.

Binnen onze school streven wij een herstelgerichte aanpak na. Het aanduiden van de dader en deze vervolgens bestraffen is niet het hoofddoel. Afhankelijk van de situatie kan een straf natuurlijk noodzakelijk zijn, maar ook hier hanteren we dan een herstelgerichte straf. Hierbij gaat de pester op één of andere manier zijn gedrag goedmaken. We geloven dat dit zowel voor het slachtoffer, als voor de pester een positief resultaat oplevert. In puntje 6.5 gaan we hier dieper op in.



6.2 SIGNALEREN

Zeer vaak vertellen kinderen die het slachtoffer zijn van pestgedrag niet dat ze gepest worden. Ze zijn vaak beschaamd of bang dat het pesten erger zal worden als ze erover vertellen. Het is dan ook zeer belangrijk om oog te hebben voor indirecte signalen:

Bij het gepeste kind

- Blauwe plekken
- Spullen die 'kapot' gaan
- Kinderen die geen vrienden lijken te hebben, vaak alleen zijn
- Kinderen die telkens als laatste gekozen worden
- Niet buiten willen spelen
- Niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan
- Niet graag naar school komen
- Proberen dicht bij de leerkracht te blijven
- Angstig en onzeker
- Bang, neerslachtig en huilerig
- Moeilijk voor zichzelf kunnen opkomen
- Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of bij anderen gaan spelen
- Verminderde schoolresultaten t.o.v. vroeger
- Overdreven clownesk gedrag
- Afkoopgedrag: geld/ snoep of huiswerk van anderen maken
- Andere kinderen uit de klas vertellen vaak dat een kind weent, niet mag meedoen of altijd alleen staat.
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries, ...
- Zichzelf verwondingen toebrengen
- Zelf blessures creëren om niet naar school te moeten
- Het kind vertelt dat ze hem pesten

Bij de pester

- Wil op de voorgrond treden ten koste van andere kinderen
- Heeft snel ruzie met anderen
- Kan moeilijk samenwerken
- Daagt andere kinderen uit
- Houdt weinig rekening met andere kinderen

Groep

- Er gebeuren dingen in de groep die we moeilijk kunnen sturen
- De sfeer is niet prettig, druk, geheimzinnig
- De groep vraagt veel van de leerkracht
- Er is veel onderlinge concurrentie
- Er is veel onderlinge agressie
- Het voor elkaar opnemen en elkaar helpen gebeurt weinig



6.3 HOE KAN JE ALS LEERKRACHT HELPEN?

Wanneer je vermoedens hebt dat een kind gepest wordt, is het zeer belangrijk om de situatie eerst grondig te analyseren. Hiervoor is het houden van individuele gesprekken met de pester en het slachtoffer van belang. Op deze manier kan een goede inschatting gemaakt worden of er sprake is van pesten of dat er mogelijk andere problemen aan de basis liggen van de signalen.

Wanneer er toch sprake is van een peestsituatie, zijn er zowel bij het gepeste kind als bij de pester bepaalde manieren waarop je hiermee kan omgaan:

Het gepeste kind:

- Laat merken dat je wil helpen, maar doe nog niets!
- Kijk of je het zelf kunt waarnemen
- Ga het gesprek aan buiten de les. Zo kunnen anderen niet mee luisteren of het kind een onveilig gevoel geven
- Luister en stel vragen
- Bevraag wat hij/ zij zelf al gedaan heeft om het pesten te stoppen
- Bedenk samen de volgende stap: "Wat gaan we er nu samen aan doen?"
- Doe niets zonder dat de leerling dit weet

De pester

- Ga het gesprek aan buiten de les
- Spreek de pester aan en maak hem duidelijk dat hij moet stoppen met pesten.
- Maak de pester bewust van het effect van zijn gedrag
- Afhankelijk van de ernst van het pesten kan een straf worden uitgedeeld

Indien nodig kan het ook relevant zijn om ouders te contacteren.

Een interessant stappenplan dat gebruikt kan worden bij het omgaan met een melding of vermoeden van pesten, is te vinden in bijlage.

6.4 AANPAK DOOR LEERLINGEN

Tips voor kinderen die gepest worden:

1. Wat zeggen ze?/ Wat doen ze?
2. Waarom zeggen/ doen ze dat?
3. Doe of je het niet ziet of hoort.
4. Zeg STOP! Dat vind ik niet fijn.
5. Zeg luider STOP!
6. Ga naar de meester of juf, vertel erover aan een vriend, je ouders, ...

Tips voor kinderen die pesten:

1. Als iemand STOP zegt, stop dan!
2. Je bent zelf verantwoordelijk. Besef dat wat jij doet, gevolgen heeft.
3. Verberg je niet achter een masker van "stoer of sterk". Leef je in in de situatie van de gepeste.



4. Pest je uit gewoonte, omdat je bang bent om zelf gepest te worden, vrienden te verliezen? Weet je niet hoe je moet stoppen? Vraag dan hup aan een goede vriend, je mama of papa, juf of meester, ...
5. Behandel anderen zoals je graag zelf behandeld wordt.

Tips voor kinderen die meedoen of toekijken:

1. Doe nooit mee met pesters!
2. Leef je in in de situatie van de gepeste.
3. Zoek steun bij anderen om samen STOP te zeggen tegen de pester.
4. Steun het slachtoffer door er mee te praten, spelen, ervoor te kiezen om in de rij of op de bus ernaast te gaan staan/ zitten.
5. Praat erover met iemand die je kan vertrouwen (vriend, juf/ meester, papa/ mama)

Leerlingen kunnen ook steeds terecht bij www.awel.be of op het nummer 102. Ook zij luisteren naar alle kinderen en jongeren met een vraag, een verhaal, een probleem.

6.5 ACTIEPLAN

ACTIE 1: BEMIDDELING

Wanneer meerdere kinderen uit de klasgroep betrokken zijn bij het pestgedrag, zal de leerkracht klassikaal aandacht schenken aan het probleem. Dit gebeurt in enkele stappen:

1. Gesprek

Er wordt een gezamenlijk gesprek gehouden met de pester en de gepeste. Het probleem wordt duidelijk en helder geformuleerd in overleg met beide partijen. Er worden concrete afspraken gemaakt om het pestgedrag te stoppen. In overleg met de pester en de gepeste wordt dit ook teruggekoppeld aan de klasgroep. De afspraken zullen ook aan hen duidelijk gemaakt worden en er zal benadrukt worden dat alle kinderen zich veilig moeten voelen op school. Het melden van pesten, is niet klikken!

2. Terugkoppeling naar ouders

Gemaakte afspraken worden teruggekoppeld naar de ouders. Er wordt afgesproken dat opnieuw gecommuniceerd zal worden na de eerste evaluatie.

3. Tussentijdse evaluatie

Na één week vindt de eerste evaluatie plaats. Er wordt dan in gesprek gegaan met de pester en de gepeste om te kijken of de afspraken nageleefd werden. Wanneer dit gelukt is, zullen de afspraken nog eens afgetoetst worden en wordt er een nieuwe evaluatie ingepland over twee weken.

Wanneer het niet gelukt is, wordt samen met de kinderen bekeken waardoor het is misgegaan en er wordt bekeken hoe dit wel kan lukken. Opnieuw naar stap 1.

4. Eindevaluatie

Na twee weken is er opnieuw een gesprek tussen de leerkracht en de leerlingen. Wanneer de effecten positief blijven, wordt langzamerhand afgebouwd.



ACTIE 2: NO BLAME

Bij de No Blame-aanpak wordt pesten bekeken als een groepsprobleem. Deze methode is niet-bestruftend, probleemoplossend en gebaseerd op empathie, verantwoordelijkheidsgevoel en de kracht van de groep. Het gaat er niet om wat er precies gebeurt is en door wie, maar wel hoe het slachtoffer zich hierbij voelt. Er wordt met de klasgroep aan de slag gegaan in 7 stappen:

1. **Gesprek met het slachtoffer**

De klasleerkracht of zorgcoördinator gaat in gesprek met het gepeste kind over zijn gevoelens. Hij/ zij vertelt wie pest en ook wie hem eventueel steunt. Feiten zijn hierbij niet belangrijk, wel hoe het kind zich voelt en de beleving van de situatie. Het slachtoffer knutselt, tekent, schrijft, ... over zijn gevoelens.

2. **Gesprek met groep**

De leerkracht stelt een groep van een zestal kinderen samen waaronder de pesters, meelopers, stille getuigen en behulpzame leerlingen. De juf/ meester vertegenwoordigt het slachtoffer

3. **Nadruk op gevoel**

In een gesprek met de groep wordt uitgelegd wie zich slecht voelt in de klas en waarom dit zo is. Er wordt niet beschuldigd, niet gediscussieerd over de feiten, maar wel het ellendige gevoel van het betrokken kind staat centraal. Om deze boodschap kracht bij te zetten wordt het werkje of verhaal uit puntje 1 getoond aan de groep.

4. **Gezamenlijke verantwoordelijkheid**

De leerkracht benadrukt uitdrukkelijk dat deze groep niet samenkomt om gestraft te worden, maar wel om het probleem op te lossen. Zij zijn samen verantwoordelijk om ervoor te zorgen dat het gepeste kind zich beter zal voelen.

5. **Voorstellen van de groep**

Elk lid van de groep formuleert voorstellen in de ik-vorm. Iets wat hij/ zij concreet zal doen om dit op te lossen. Ook 'Ik zal het kind gerust laten' kan al een goed voorstel zijn. Geen enkel idee komt hierbij van de leerkracht.

6. **Uitvoering**

De groep voert in de week volgend op het gesprek de voorstellen uit.

7. **Evaluatie**

Na een week wordt met elk kind individueel nog eens in gesprek gegaan. Het slachtoffer komt eerst om te vertellen hoe de week gelopen is. Als het pesten niet gestopt is, wordt een nieuwe bijeenkomst ingepland. Indien nodig kan de samenstelling hiervan ook herbekeken worden. Belangrijk is dat opnieuw door de kinderen zelf nieuwe voorstellen gedaan worden om te zorgen dat het pesten stopt.



6.6 AANPAK DOOR OUDERS

Wat als je kind gepest wordt?

Wat als je kind de pester is?

MELD DIT!

De klastitularis is steeds de eerste persoon die verwittigd wordt.

Indien nodig zal hij/ zij verder stappen ondernemen.

- Een goede samenwerking en communicatie tussen de school en het gezin is hierbij van groot belang. Toch is het ook belangrijk om hierbij langs beide kanten te waken over de eigen grenzen en mogelijkheden.
- Het is niet de bedoeling dat ouders op school eigenhandig het probleem oplossen.
- Er moet overleg zijn met de directie en leerkrachten. Ouders kunnen hiervoor steeds bij hen terecht met vragen en bezorgdheden.
- Na melding is het wenselijk dat de school het probleem aanpakt. We begrijpen dat het niet altijd eenvoudig is, maar het is toch van belang dat ouders zich beperken tot het aanleveren van informatie en ondersteunen van de aanpak van de school/ leerkrachten. De emotionele betrokkenheid bij uw kind is vaak te groot om een volledig en correct beeld te krijgen van de situatie. Vandaar vragen we ook om eerst contact op te nemen met de school vooraleer zelf over te gaan tot actie.
- Moedig uw kind aan om zelf de klas- of een vertrouwensleerkracht te vertellen over de situatie. Hierdoor groeit uw kind in assertiviteit wat een groot voordeel is tegenover het zelf in handen nemen van de situatie.
- Maak thuis tijd om met uw kind te praten over het probleem en laat uw kind duidelijk voelen dat je achter hem/ haar staat. Dat je erin gelooft dat hij/ zij sterk genoeg is om hier zelf door te komen samen met de ondersteuning van jullie en de school. Geloof er samen in dat er een einde zal komen aan het pesten.
- Een pestprobleem oplossen is een proces met vallen en opstaan. Alleen samen kunnen we dit proberen op te lossen.
- Wanneer pesten niet op school gebeurt, maar op straat of in een hobbyclub, probeer dan contact op te nemen met de verantwoordelijken daar om het probleem bespreekbaar te maken.
- Stimuleer uw kind om op een positieve manier voor zichzelf op te komen, maar ook voor anderen. Verval hierbij niet in het aanmoedigen van gewelddadig gedrag.
- Keur het pestgedrag af, maar reageer vooral positief op goed gedrag.

7. CYBERPESTEN

Door de komst van allerlei nieuwe media de afgelopen jaren, gebeurt pesten niet meer altijd face-to-face. Vaak zetten bestaande pesterijen zich verder of vinden ze voornamelijk plaats in de digitale wereld. Omdat we hier als school vaak geen zicht op hebben, durven we aan de ouders te vragen om hierover zelf controle te houden bij hun zoon of dochter. Ook wettelijk zijn ouders mede verantwoordelijk voor de gevolgen van cyberpesten.

Om hier toch een handje bij te helpen, zijn GSM's verboden op onze school. Wanneer deze toch meegebracht worden, blijven deze in de boekentas.



Bij gevallen van cyberpesten, willen we dit zeker ook als school mee opnemen. Hoewel dit meestal thuis gebeurt, willen we dit niet zomaar laten passeren. We vragen dan wel om steeds bewijsmateriaal mee te brengen zoals sms'jes, printscreens, ... Op die manier hebben wij iets concreet om mee aan de slag te gaan.

8. ENKELE BOEKEN ROND PESTEN

6 – 7 jarigen

- Altijd moeten ze mij hebben – Rien Broere
- Eigen schuld, dikke bult – Ton van Reen
- Ga jij maar op de gang – Jacques Vriens
- Ga weg, Rik – Claudie De Boer
- Ik en mijn monster – Mathijs Beentjes
- Kleine klaas en de grote vis – Dolf Verroen
- Pas maar op of ik eet je op! – Gil Vander Heyden
- Reus Hak wil Miet in de pan – Brigitte Minne
- De wraak van Ellie en Nellie – Rindert Kromhout

8 – 10 jarigen

- Benen in de kast – Heleen Vissinga
- Daniel – Yvonne Van Emmerik
- Drie is te veel – Rita Tornqvist
- Hippo – Marc De Bel
- Juffrouw Verdorie – Patricia David
- Mijn neefjes zijn wolven – Wally De Doncker
- Morgen word ik heks – Kathleen Vereecken
- Pudding Tarzan – Ole Lund Kirkegaard
- De tasjesdief – Mieke Van Hooft
- Treiterkoppen – Mieke Van Hooft
- Kwelduivels – Guy Didelez

11 – 12 jarigen

- Alles mag – Eva Polak
- De derde kans – Jac Linders
- Eigen schuld – Chris Bos
- En de groeten van groep acht – Jacques Vriens
- FC Appelflap – Joachim Friedrich
- Een klap voor je kop – Ulf Stark
- Later wil ik stuntman worden – Detty Verreydt



9. WEBSITES

- www.kieskleurtegenpesten.be
- www.zitdazo.be
- www.pestweb.be
- www.klasse.be/leraren/eerstelijncyberpesten
- www.tele-onthaal.be
- www.cyberpesten.be
- www.klasse.be/archief/cyberpesten
- www.klasse.be/archief/we-hebben-jullie-nodig-om-pesten-te-stoppen
- www.leefsleutels.be
- www.clicsafe.be
- www.veiligonline.be
- www.awel.be

BIJLAGE: STAPPENPLAN

