

Sint-Lutgardisbasisschool

Bovenkassei 12A 9506 Zandbergen

Tel: 054/32.18.62

e-mail: st-lutgardisschool@telenet.be

www.slz.be



-PESTACTIEPLAN-



Inhoud:

1. Stappenplan (p.2)

1.1 Preventief

1.2 Gesprek kind – kind

1.3 Gesprek kind(eren) - leerkracht (1^e fase)

1.4 Gesprek kind(eren) - zorgcoördinator, CLB, directeur (2^e fase)

1.5 Sanctioneren

1.6 In extreme gevallen kan een kind geschorst of verwijderd worden (zie schoolreglement)

2. Tips (p.6)

3. Advies aan ouders i.v.m. pestproblemen (p.9)

4. Spelregels bij het uitpraten van een plaag- of pestprobleem (p. 11)

1. Stappenplan

1.1 Preventief

1.1.1 Les(sen) rond “anders zijn” (socio- emotionele vaardigheden):

- Doelstellingen: -verdraagzaam zijn
 -anderen respecteren
 -begrijpen dat iedereen uniek is en er de voordelen van inzien, ...
 - ...

=> Dierenstad (**axenroos**) kan hiervoor gebruikt worden

1.1.2 Klasgesprek:

Wat is pesten? Wat is plagen?

Samen bespreken wat pesten is, wat plagen is en wat ruzie maken is.

De meester of de juf laat duidelijk voelen dat pestgedrag op onze school niet thuishoort en dat hij of zij het niet zal nalaten de nodige maatregelen te nemen.

Materiaal: Tips voor kinderen die gepest worden/pesten (p.6) , www.pestweb.nl, ...

Info voor de leerkracht:

Wat is plagen en wat is pesten?

Wat is pesten?

Je hebt plagen, ruzie maken en pesten. Het verschil daartussen is groot.

PLAGEN ...

is onschuldig en ongepland.
is maar tijdelijk.
gebeurt tussen gelijken.
is te verdragen.
is vaak één tegen één.
doet iedereen wel eens.
een wisselend slachtoffer.
is vlug vergeten.

PESTEN ...

is doelbewust en gepland.
is systematisch en langdurig.
met een duidelijk machtsverschil.
gebeurt met het doel om te kwetsen.
is vaak een groep tegen één.
gebeurt vaak door dezelfde.
vaak hetzelfde slachtoffer.
een moeilijk herstel.

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...

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

Hoe gebeurt pesten?

***Verbaal**

Spotten, uitschelden, afdreigen, roddelen, leugens verspreiden, vernederen... Woorden laten immers geen bewijzen na en zijn makkelijk te gebruiken.

***Fysiek**

Slaan, schoppen, vechten, duwen, krabben...

***Materieel**

Bezittingen stelen of vernielen, iets doen verdwijnen, met iets gooien...

***Uitsluiten en negeren**

Niet laten meespelen, niet antwoorden, doen alsof iemand lucht is...

***Steaming**

Een groep kinderen die een individu afdreigen, vernederen of intimideren totdat hij geld of een voorwerp afgeeft.

***Cyberpesten**

Pesten via nieuwe media zoals internet, sms en e-mails. De anonimiteit van het cyberpesten laat zich verleiden tot grove beledigingen en vaak zware dreigementen. Het opereert tot ver buiten de schoolpoorten, tot in de veilige huiskamer toe.

Identificatie van slachtoffers en pesters

Om een pestprobleem snel te herkennen en in te kunnen schatten, dienen de leerkrachten alert te zijn voor een aantal signalen.

*Mogelijke signalen van slachtoffers	*Mogelijke signalen van pestkoppen
<ul style="list-style-type: none"> -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. - ... 	<ul style="list-style-type: none"> -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.

1.1.3 Kindcontacten:

Jaarlijks zal er bij de kinderen een screening omtrent een aantal schoolse zaken of een screening rond welbevinden en betrokkenheid worden afgenomen. Deze lijst mogen kinderen dan persoonlijk invullen.

Leerkrachten kunnen op deze manier hulpvragen omtrent pesten of een ander probleem achterhalen.

-Materiaal: Screening pesten, kindcontactlijsten, ...

1.2 Gesprek kind - kind

Bij melding van pestgedrag proberen we eerst om dader en slachtoffer de kans te geven het zelf bij te praten.

Ze worden verplicht om even met elkaar te praten en nadien terug naar de leerkracht te komen.

Als er een oplossing is, dan vraagt de leerkracht om handen te schudden en sorry te zeggen. Waarschijnlijk gaat het in zulke gevallen niet om echt pestgedrag, eerder om een banale ruzie.

In de kleuterschool kan dit vaak opgelost worden door een handje te geven of een knuffel. Indien nodig zal de leerkracht dit gesprek sturen.

-Materiaal: Spelregels bij het uitpraten van een plaag- of pestprobleem (p.11)

1.3 Gesprek kind(eren) - leerkracht (1^e fase)

Op het moment dat beide partijen er niet uitkomen, gaat de leerkracht een op- of verhelderingsgesprek aan en probeert nieuwe afspraken te maken. De kinderen krijgen dus een kans om zonder straf terug een positieve relatie op te bouwen.

1.4 Gesprek kind(eren) - zorgcoördinator, CLB, directeur (2^e fase)

In een 2^e fase kan er een gesprek georganiseerd worden tussen de kinderen en de zorgcoördinator, CLB, directeur

- No blame-methode kan uitgeprobeerd worden.
- De website www.pestweb.nl kan aangereikt worden
- ...

Er wordt een vervolggelrek of gesprekken gepland. De situatie wordt opgevolgd en geëvalueerd en indien nodig bijgestuurd (stap 1.5)

1.5 Sanctioneren

Bij herhaaldelijke ruzie/pestgedrag neemt de leerkracht, zorgcoördinator en/of directeur tijdens een gesprek duidelijk stelling en treden de fases van bestraffing in werking. Zij / hij oordeelt in eer en geweten of één of beide partijen een sanctie krijgen.

Straffenoverzicht bij pesterijen:

- De pester wordt apart gezet, uit het groepje
- De pester wordt buitengesloten in vrije situaties, hij/zij krijgt dan een taak omtrent het onderwerp 'pesten'. Bijvoorbeeld: tekst of brief lezen en deze achteraf bespreken, excuusbrief- of tekening maken, leuke dingen schrijven over de gepeste, een opstel maken...
- De pester wordt onmiddellijk geïsoleerd na pesterijen en krijgt een taak omtrent het onderwerp 'pesten'.
- ...

1.6 In extreme gevallen kan een kind geschorst of verwijderd worden (zie schoolreglement)

Bij herhaaldelijke ruzie/pestgedrag neemt de directeur duidelijk stelling in:

- de pester wordt geschorst voor 1 of meerdere dagen of wordt verwijderd van de school

2. Tips

Tips voor kinderen die gepest worden

Als je wordt gepest, denk je misschien dat het nooit zal ophouden. Je hebt geen schuld aan pesten, hoewel je dat misschien wel denkt. Maar je hebt misschien wel iets in je gedrag dat pesters aantrekt. Dit gedrag kan je veranderen. Niemand heeft het recht om aan je te komen. Niemand heeft het recht om je te pesten. Het is ook niet gemakkelijk om pesten te stoppen, maar het kan wel. Maar jij kunt dat niet in je eentje. Anderen moeten je daarbij helpen. Vertellen dat jij of anderen gekwetst, getrapt, geslagen of vernederd wordt/worden, is nooit klikken. Je hebt volwassenen nodig om het pesten te stoppen.

De juf of meester zal altijd jouw kant kiezen. Hier vind je een aantal tips op een rijtje. Er zit vast een goed idee bij dat je kunt gebruiken:

- Praat er met iemand over: ouders, juf, meester, juf van vorig jaar, iemand die je aardig vindt, vriend(in).
- Vertel alles tegen je knuffel, je poes, hond, cavia ..
- Bezoek www.pestweb.nl
- Bezoek www.awel.be
- Bel de kindertelefoon op het nummer 102
- Schrijf alles in een dagboek.
- Steek een briefje in de brievenbus van de klas.
- Vraag Meester Stefan of Juf Hannelore om raad. Zij zijn de zorgleerkrachten van onze school.
- Maak de kinderen die pesten of die meedoen heel duidelijk dat het erg is, dat je het niet grappig vindt.
- Soms gewoon negeren en ander gezelschap zoeken.
- Probeer tijdens het kringgesprek je gevoelens te verwoorden.
- Doe dingen die je aangenaam vindt: word lid van een jeugd-, toneel-, sportvereniging, teken-, muziekschool of volg een cursus zelfverdediging.
- Probeer met andere klasgenootjes een goede band te krijgen.
- Vraag een kringgesprek aan.



Tips voor kinderen die pesten

Soms weten kinderen die pesten echt niet waarmee ze bezig zijn. Het begon misschien met een grap waar heel de klas mee lachen moest en daarna ging het nog een stapje verder. Je deed maar door. Misschien wil je ermee stoppen. Maar je weet niet goed hoe je dat juist doet. Heb je al gemerkt dat de kinderen waarmee je "grapjes uithaalt" het echt niet prettig vinden? Heb je al eens geluisterd naar wat ze zeiden? Hoewel je het misschien denkt, heb je er geen schuld aan, maar je bent wel volledig verantwoordelijk voor alles wat je doet. Ook de gepeste heeft er geen schuld aan, al denk jij misschien dat ze het uitlokken. Je hebt niet het recht om iemand anders te pesten. Je moet er dus mee stoppen.

Denk even na: Waarom pest ik?

- Wil je groter, sterker, baziger zijn dan de rest?
 - Heb je angst omdat jij zelf gepest zou kunnen worden als je niet pest?
 - Heeft men jou gepest en wil je dit nu terug doen?
 - Vraagt men aan jou om met iemand wat uit te steken?
 - Ben je ergens boos om, maar durf je dat niet te zeggen?
 - Wat zou jou kwaad kunnen maken? Kun je daar niets aan verhelpen? Wat zou je kunnen doen?
 - Ga naar een sportclub om je energie kwijt te kunnen.
 - Doe dingen die je graag doet.
 - Praat er met iemand over: ouders, juf, meester, juf van vorig jaar, iemand die je aardig vindt, vriend(in).
 - Vraag Meester Stefan of Hannelore om raad. Hij en zij zijn de zorgleerkrachten van onze school.
 - Lees een boek over pesten.
 - Bezoek www.awel.be
 - Bel de kinder- en jeugdtelefoon op het nummer 102
 - Weet dat elke conflictsituatie aanleiding is tot een gesprek.
 - Elke pestsituatie moet hersteld worden.
 - Materiële schade moet financieel vergoed worden.
- Pestkoppen die zich niet kunnen houden aan de afspraken hebben hulp nodig om met zichzelf om te gaan.



Tips voor iedereen die wel eens meedoet

Jullie zijn nog steeds de grootste groep. Voor jullie is het heel wat gemakkelijker om er iets aan te doen dan voor de pestkoppen en de zondebokken.

Doe een ander niet aan wat je zelf niet graag hebt dat ze jou zouden aandoen. Als jullie niet meedoen, staat de pester alleen. Als die alleen staat en ziet dat er niemand meedoet, dan gaat "de lol" in pesten redelijk snel over.

Vertellen aan volwassenen dat andere kinderen gekwetst, getrapt, geslagen, vernederd worden, is niet klikken.

Denk eens na waarom je meedoet...

- Ben je bang om zelf gepest te worden?
- Hoop je zo meer vrienden te krijgen?
- Geloof je dat je echte vrienden krijgt door anderen te kwetsen?
- Praat er met iemand over: ouders, juf, meester, juf van vorig jaar, iemand die je aardig vindt, vriend(in), ...
- Zeg duidelijk: Hou op, je kwetst hem/haar. Dit is echt niet grappig.
- Steek een briefje in de brievenbus van de klas

Nuttige tips om pesten bespreekbaar te maken of te voorkomen

-In de bib vind je allerlei informatie omtrent pesten.

-Op het internet vind je ook veel tips:

www.pestweb.nl

www.omgaanmetpesten.nl

www.jeugdenvrede.be

www.pestten.net

-Op school vind je allerlei informatie en tips. Vraag ernaar bij de leerkracht of directie.

-Met verdere vragen kan je steeds terecht bij het CLB.

-Kinderen en jongeren kunnen met problemen en vragen ook gratis en anoniem terecht bij de Kinder- en Jongerentelefoon. Zij kunnen bellen, mailen, schrijven of chatten.

zie www.awel.be

telnr.: 102

3. Advies aan de ouders i.v.m. pestproblemen

Advies aan de ouders van onze school i.v.m. pestproblemen

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.
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 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.
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. Op de website www.pestweb.nl vind je ook nuttige informatie.
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. Pas als dit niet lukt, neemt u zelf contact op met de school.
5. Als pesten **niet** op school gebeurt, maar op straat of in een hobbyclub, 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.
6. Ouders geven zelf het goede voorbeeld hoe een conflict kan opgelost worden.
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.
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.

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.

10. Begrijp het verschil tussen plagen en pesten en bespreek dit indien nodig met jullie kind(eren)

Wat is plagen en wat is pesten?

Wat is pesten?

Je hebt plagen, ruzie maken en pesten. Het verschil daartussen is groot.

PLAGEN ...

is onschuldig en ongepland.
is maar tijdelijk.
gebeurt tussen gelijken.
is te verdragen.
is vaak één tegen één.
doet iedereen wel eens.
een wisselend slachtoffer.
is vlug vergeten.

PESTEN ...

is doelbewust en gepland.
is systematisch en langdurig.
met een duidelijk machtsverschil.
gebeurt met het doel om te kwetsen.
is vaak een groep tegen één.
gebeurt vaak door dezelfde.
vaak hetzelfde slachtoffer.
een moeilijk herstel.

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...

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

4. Spelregels bij het uitpraten van een plaag- of pestprobleem

Stap 1: Wij vertellen wat er gebeurde.

- Ik roep niet. Ik blijf rustig.
- Ik lieg niet om toch maar gelijk te krijgen.
- Ik luister naar wat de andere vertelt.
- Ik tel bij mezelf tot drie als ik voel dat ik boos word.
- Ik vertel eerlijk wat er gebeurd is.

Stap 2: Hoe gaan we het voortaan beter doen.

- Ik denk na hoe we nieuwe problemen kunnen voorkomen.
- Ik vertel hoe ik het voortaan ga doen.
- Ik sluit vriendschap.

Stap 3: We vertellen het aan de juf of meester.

- We gaan samen naar de juf of meester en vertellen:
 - of het gesprek gelukt is.
 - hoe we het probleem opgelost hebben.