



## Pestactieplan Sint-Amandusschool



### Inleiding

Als school hebben we de opdracht om met brede zorg te werken aan de ontplooiing van iedere leerling. Dat is één van de pijlers van het *Opvoedingsconcept voor het katholiek basisonderwijs in Vlaanderen*.

Als katholieke basisschool willen we dat alle leerlingen gelukkig zijn, zeker de leerlingen die (groei)kansen dreigen te missen.

De bekommernis geldt niet alleen voor kinderen met leerproblemen, maar geldt ook voor verschillende domeinen: op sportief vlak, in de motorische ontwikkeling, op socio-emotioneel gebied...enz.. Ook zij, die regelmatig gepest worden, verdienen onze aandacht. Leerlingen die soms het slachtoffer zijn van pestgedrag willen wij een helpende hand bieden. Wij dulden op de Sint-Amandusschool geen pestgedrag. Vandaar dat wij als schoolteam hebben besloten om te werken aan een pestvrije school.



### 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 gebeurt in elke klas ... 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? Hoe los je een ruzie op?

Dit zijn vragen waar een leerling stil bij moet staan. Wij hanteren het ruzie- oplosplan op onze school: stappen waarbij je je verhaal kunt doen, luistert naar de andere en samen tot een oplossing komt. Wij voorzien hiervoor een hoekje in de grote gang om dit in alle stilte en rust te kunnen doen.

### 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 en naar huis...



### Hoe gebeurt pesten?

---

**\*Met woorden**

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

**\* Lichamelijk**

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...

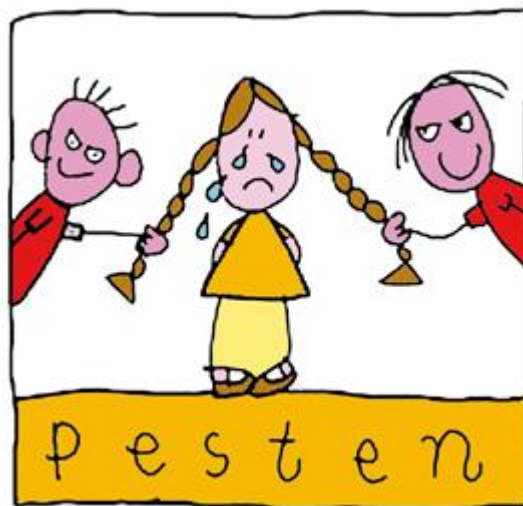
**\* Steaming**

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.



## Anti-pestcontract op onze school

Ik houd me aan de afspraken i.v.m. een goede omgang.

Ik houd me aan de volgende leefregels:

- ❖ Uitschelden en uitlachen horen hier niet thuis.
- ❖ We beoordelen niemand op basis van zijn vrienden en vriendinnen.
- ❖ We beoordelen niemand op uiterlijk, kledij e.d.
- ❖ Iedereen leert op onze school volgens eigen kunnen; schoolresultaten worden niet gebruikt om elkaar te beoordelen.
- ❖ Een eigen mening wordt gewaardeerd, vooral wanneer die hoffelijk wordt geformuleerd.
- ❖ Pesten is niet de goede weg tot vriendschap: het is helemaal ontoelaatbaar.
- ❖ Het melden van pesterijen is niet klikken. Het moet: horen, zien en spreken.
- ❖ Pesterij wordt altijd besproken.
- ❖ We bemoeien ons niet met andermans zaken.
- ❖ Bij ruzies proberen we geen partij te kiezen, maar zoeken we wel naar een oplossing.
- ❖ Eerlijkheid bovenal!
- ❖ We helpen elkaar waar het kan en zijn bereid naar elkaar te luisteren.
- ❖ Na-apen is nergens voor nodig.
- ❖ We gebruiken geen dreigementen of chantage.
- ❖ Wat iemand in vertrouwen vertelt, wordt niet doorverteld naar andere leerlingen.



Voor akkoord

Wie zijn ze?

### **\*Mogelijke kenmerken van het slachtoffer of de gepeste**

Hij of zij:

- is meestal fysiek zwakker
- is introverter
- is minder zelfverzekerd
- is geneigd zich gediensig te gedragen
- is verbaal wat zwakker
- heeft een uiterlijk kenmerk dat aanleiding tot pestgedrag kan geven
- vertoont soms ook provocerend gedrag
- zoekt soms de veiligheid van de leerkracht op
- ...

### **\*Mogelijke kenmerken van 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
- ...

### **\*Mogelijke kenmerken van meelopers**

Hij of zij:

- pest mee om bij de groep te horen en zo ontstaat een pestklik
- doet mee uit angst zelf slachtoffer te worden
- steunt soms in persoonlijke contacten het slachtoffer, maar zwijgt in grote groep
- ...

### **\*Mogelijke kenmerken van toeschouwers**

Hij of zij:

- reageert onverschillig of reageert niet
- steunt de pester(s) niet, maar helpt ook het slachtoffer niet
- ...

**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**

- 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.
- ...

**\*Mogelijke 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

Dit is een zeer belangrijk onderdeel in heel ons pestactieplan. Als we goed beseffen wat pesten allemaal teweeg kan brengen, dan gaan we er ook zeker onze ogen niet voor sluiten. Integendeel, we zullen er alles aan doen om dit een halt toe te roepen.

### \*Het slachtoffer kan:

- vaak een negatief beeld krijgen van zichzelf en zich onzeker gedragen
- overdreven voorzichtig worden in zijn doen en laten
- zich eenzaam voelen en in de steek gelaten
- een plotselinge of geleidelijke verslechtering tonen in de schoolresultaten
- zich terugtrekken en geïsoleerd geraken
- concentratiestoornissen ontwikkelen
- niet meer durven opkomen voor zichzelf
- iedereen gaan wantrouwen
- geen initiatief meer durven nemen
- spanningen op lichamelijk vlak gaan uiten: buikpijn, braakneigingen, diarree...
- in het ergste geval depressief worden en later zelfmoordneigingen vertonen
- ...

### \*De pester kan:

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

De gevolgen voor beide partijen zijn dus niet te onderschatten. Uiteindelijk gaat iedereen zelfs lijden onder de pesterijen, omdat ze de groepsgeest bederven.



© www.pestten.net

## Waarom geloven wij in een concreet uitgewerkt pestactieplan?

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.



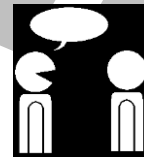
## Onze aanpak op school als leerkracht

1. Elke leerkracht heeft met de kinderen in het begin van het schooljaar een kringgesprek over pestgedrag. Ze bespreken samen wat pesten is. De juf laat duidelijk voelen dat zo'n gedrag op onze school niet thuishoort en dat hij of zij het niet zal nalaten de nodige maatregelen te nemen.
2. In dit gesprek maken we de kinderen duidelijk dat ze met hun problemen altijd bij de leerkracht terecht kunnen. Hulp vragen aan een leerkracht is niet hetzelfde als klikken.
3. Twee keer per jaar zal er bij de kinderen een screening omtrent welbevinden en betrokkenheid worden afgenomen. Deze lijst mogen kinderen dan persoonlijk invullen. Leerkrachten kunnen op deze manier hulpvragen omtrent pesten achterhalen. Screening zie bijlage.
4. Alle kinderen zijn verantwoordelijk voor de sfeer van de groep. Dus iedereen draagt mee de verantwoordelijkheid om een pestprobleem aan te kaarten. Kinderen die dit liever anoniem doen kunnen dit door een briefje in de postbus van de klas of de anti pestbus aan de refter te stoppen. Het gebruik hiervan wordt toegelicht in het begin van het schooljaar.
5. 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 in de ruzie-oploshoek 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.

## Stap 1: Stop en koel af



1. Als de ruzie zo fel is, kan je het beste de tijd nemen om even af te koelen.
2. Ga elk op een andere plaats in de klas staan. Vb. de één in de zithoek, de ander op een stoel in de knutselhoek, ...
3. Als je zelf denkt dat je genoeg afgekoeld bent en er over kan praten met elkaar, mag je naar de leerkracht komen.
4. Als jullie ruziën over een stuk speelgoed of een voorwerp (vb. de bal) , leg het voorwerp dan even weg.



## Stap 2: Praat en luister naar elkaar



1. Jullie denken genoeg afgekoeld te zijn?  
Ga dan samen in de zithoek zitten.
2. Je spreekt af wie **de praatstok** neemt. Enkel deze leerling mag praten. Als je uitgesproken bent, geef je de praatstok aan de andere leerling. Nu mag de andere leerling zijn verhaal doen.
3. Vat het uiteindelijk samen.  
Vb. X was boos omdat y dat deed en x vond dat niet leuk.  
Y dacht dat X er niet meer mee speelde en speelde ermee.

## Stap 3: Bedenk een manier om de ruzie op te lossen



1. Wat kunnen we nu doen om het op te lossen?
2. Welke oplossing zou goed zijn zodat we er beiden blij mee zijn?  
(Haast jullie niet bij deze stap. Creatief denken heeft zijn tijd nodig.)
3. Als jullie zelf niets weten, kunnen jullie raad vragen aan andere leerlingen van de klas. Misschien hebben zij wel een idee.

## Stap 4: Kies het idee dat iedereen het beste vindt



1. Overloop de mogelijke manieren om de ruzie op te lossen.
  2. Welke oplossing vinden jullie het beste? Waar voelen jullie zich beiden goed bij?
- ⇒ Jullie hebben hard gewerkt om een oplossing te zoeken. Goed gedaan!
- ⇒ Jullie geven elkaar nu een hand, het signaal van het terug bij te leggen.

1. Op het moment dat beide partijen er niet uitkomen, gaat de leerkracht een

verhelderingsgesprek aan en probeert nieuwe afspraken te maken. De kinderen krijgen dus een kans om zonder straf terug een positieve relatie op te bouwen. Voor kinderen vanaf het 4<sup>de</sup> leerjaar kan ook de no blame -methode toegepast worden. Deze methode wordt verder in dit plan toegelicht.

2. Bij herhaaldelijke ruzie/pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en treden de fases van bestraffing in werking.

Hij oordeelt in eer en geweten of één of beide partijen een sanctie krijgen.

3. 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'.

-Er wordt een herstelcontract opgesteld. De gepeste moet hiermee akkoord gaan.

4. Bij pestgedrag wordt altijd de directie en de zorgcoördinator op de hoogte gebracht die op hun beurt via een nota alle leerkrachten op de hoogte brengt.

Directie en leerkracht oordelen wanneer de ouders van de betrokkenen uitgenodigd worden voor een gesprek. Dit gebeurt via een nota in de schoolagenda en/of telefonisch.

5. Na de straf voor pestgedrag gaan we nog eens een kort gesprek aan met de dader en gaan na of hij zich bewust is van zijn daden. Hij wordt verplicht zijn excuses aan te bieden aan de gepeste leerling. Dit kan ook via een excuusbrief die hij aan de leerkracht en de gepeste laat lezen.

We 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 moeilijk oplosbare situaties kan zowel voor dader als slachtoffer externe hulp ingeroepen worden (CLB) voor een sociale vaardigheidstraining.

6. In onze school wordt 1 leerkracht aangeduid als vertrouwenspersoon. Deze vertrouwenspersoon is onze zorgcoördinator, juf Lieve Van der Perre. Ze kan bemiddelen als leerkrachten een tweede opinie willen of ook wanneer leerlingen wensen te praten met een andere leerkracht.

Voor ouders is deze vertrouwenspersoon ook een aanspreekpunt in de school bij pestgedrag.

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

## Adviezen aan de ouders van onze school

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.
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. Je kan bijvoorbeeld de stapjes die wij in de ruzie-oploshoek hanteren samen overlopen.
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.

## 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 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, juf van vorig jaar, iemand die je aardig vindt, vriend(in).
- Maak gebruik van de groene anti pestbus aan de refter: schrijf een briefje en maak een afspraak met de zorgjuf om erover te praten.
- Vertel alles tegen je knuffel, je poes, hond, cavia ..
- Bel de kindertelefoon op het nummer 102.
- Schrijf alles in een dagboek.
- Steek een briefje in de brievenbus van de klas.
- 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, juf van vorig jaar, iemand die je aardig vindt, vriend(in).
- Lees een boek over pesten.
- Bel de kinder- en jeugdtelefoon op het nummer 102
- Weet dat elke conflictsituatie aanleiding is tot een gesprek.
- Elke peestsituatie 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, 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.pestten.net](http://www.pestten.net)

[www.omgaanmetpesten.nl](http://www.omgaanmetpesten.nl)

[www.jeugdenvrede.be](http://www.jeugdenvrede.be)

[www.kieskleutertegenpesten.be](http://www.kieskleutertegenpesten.be)

-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.

[brievenbus@kjt.org](mailto:brievenbus@kjt.org)

[www.kjt.org](http://www.kjt.org)

Postbus 50, 2800 Mechelen

GSM: 102

## No blame-methode (vanaf het 4<sup>de</sup> leerjaar)

Vooraf wordt de peestsituatie geëxploreerd. Gaat het om een peestsituatie (doelwit, regelmatige vervelende gebeurtenissen, één of meerdere pesters, een aantal meelopers...)?

### -Stap 1: gesprek met het doelwit

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

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

- de pester
- eventuele meelopers
- positief ingestelde kinderen
- een leerkracht

Het doelwit is niet aanwezig.

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

### -Stap 3: het gesprek en een plan 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...”

...

Er wordt een afspraak gemaakt om elkaar na een week weer opnieuw te spreken.

De verantwoordelijkheid van de groep wordt nog eens extra benadrukt: de groep alleen kan het probleem oplossen.

Het wordt nu aan de kinderen overgelaten, maar de leerkracht blijft bereikbaar, net zoals voor het slachtoffer.

Het gesprek wordt positief afgesloten.

### -Stap 4: individuele korte gesprekken met alle betrokkenen na één week

Kernvragen in dit gesprek zijn: Hoe is het nu? Is het gestopt? Ben je tevreden?...



Indien het doelwit nog niet tevreden is, kan de groep opnieuw samen geroepen worden.

**-Stap 5: bijkomende evaluatiemomenten**

Dit is afhankelijk van de situatie of kan gebeuren op vraag van het doelwit of een lid van het groepje. Belangrijk is in ieder geval dat het doelwit nadien geregeld bevraagd wordt of de pesterijen al dan niet gestopt zijn.

Het kan ook zinvol zijn dat het doelwit zelf begeleid wordt.

## Screening pesten

**Omcirkel:**

1. Ik ben een meisje
2. Ik ben een jongen

**Omcirkel de letter waarbij jouw antwoord het meeste aanleunt;**

1. Hoe vaak hebben andere kinderen van de school jou dit jaar gepest?
  - A. Ik word dit schooljaar helemaal niet gepest.
  - B. Ik ben maar één of twee keer gepest geweest.
  - C. Ik word regelmatig maar minder dan 1 keer per week gepest.
  - D. Ik word ongeveer 1 keer per week gepest.
  - E. Ik word verschillende keren per week gepest.
  
2. Hoe vaak heb je meegedaan met het pesten van andere schoolkinderen dit schooljaar?
  - A. Ik heb dit schooljaar geen kinderen gepest.
  - B. Ik heb 1 of 2 keer meegedaan met pesten.
  - C. Ik pest regelmatig mee met andere kinderen.
  - D. Ik pest ongeveer 1 keer per week mee met andere kinderen.
  - E. Ik pest verschillende keren per week mee met andere kinderen.
  
3. Schrijf de namen op van klasgenoten die dit schooljaar regelmatig door andere leerlingen worden gepest.

- A. \_\_\_\_\_
- B. \_\_\_\_\_
- C. \_\_\_\_\_
- D. \_\_\_\_\_

4. Schrijf de namen op van klasgenoten die dit schooljaar regelmatig andere leerlingen pesten.

- A. \_\_\_\_\_
- B. \_\_\_\_\_
- C. \_\_\_\_\_
- D. \_\_\_\_\_