

Pestactieplan Vrije Basisschool Sint-Paulus Drongen

1. Inleiding

We vinden het belangrijk dat alle kinderen zich goed voelen op school. Toch blijkt uit onderzoek dat één op vier kinderen uit het basisonderwijs slachtoffer is van pestgedrag. Slachtoffers van pesten hebben het in de school erg moeilijk. Soms wordt het voor hen onhoudbaar, worden kinderen depressief, ziek, ... 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 pak je zo'n probleem best aan?

Vergeet ook niet dat kinderen die als "toeschouwers" worden beschouwd onder pesten zullen lijden. Uit angst voor de pesters gaan ze soms meedoen aan de pesterijen.

Wij dulden geen pestgedrag in onze school en we vinden het belangrijk dat heel de schoolgemeenschap pesten ernstig neemt. Met dit stappenplan hopen we dat alle partijen (school, ouders, leerlingen) weten hoe te reageren als een pestprobleem zich voordoet en we hopen zo een aangename leef- en leerruimte te creëren.

2. Wat is plagen en wat is pesten?

2.1 plagen

Kinderen die elkaar plagen, kunnen elkaar aan. Nu eens plaagt de één, dan weer de ander. Dit is niet altijd leuk. Een geplaagd kind kan terugplagen. Na een tijdje maken ze het samen weer goed. Plagen is onschuldig en ongepland, plagen is maar tijdelijk en gebeurt tussen gelijken. Plagen is te verdragen en vaak één tegen één. Plagen doet iedereen wel eens, je kunt elkaar soms plagen voor het plezier. Dat kan soms verkeerd vallen, maar echt verschrikkelijk is plagen niet. Je hebt zelfs leuke en vriendelijk plagerijen. Je moet ermee kunnen omgaan dat je af en toe geplaagd wordt. Bij plagen is er een wisselend slachtoffer, het is ook vlug vergeten.

2.2 pesten

Als er gepest wordt, is het ene kind altijd sterker dan het andere. Ofwel heeft de pester grotere spierballen of een grotere mond of meer invloed.

Pesten gebeurt nooit zomaar een keertje. Een kind dat gepest wordt, is steeds het mikpunt. Bij pesten blijf je elke dag opnieuw bang, triestig of kwaad. Daarom is pesten nooit leuk.

Pesten is altijd gemeen. Pesten is ook doelbewust en gepland. Het gebeurt met het doel iemand te kwetsen. Pesten is dat één kind of meerdere dezelfde kinderen elke keer opnieuw : bewust pijn doen, iemand uitmaken, uitsluiten, achtervolgen, dwingen dingen te doen die het niet wil, dwingen om dingen te geven, dingen van iemand wegnemen, verstoppen, vernielen, ervoor zorgen dat niemand met dit kind mag meespelen,

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 kinderen ruzie maken, zoeken ze immers hun positie in de samenleving. Kinderen worden sterker als ze zelf oplossingen vinden. Er moet dus ruimte blijven voor plagen en ruzie maken.

3. Waar en wanneer wordt vooral gepest?

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

4. Hoe gebeurt pesten?

4.1 verbaal

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

4.2 fysiek

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

4.3 materieel

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

4.4 uitsluiten en negeren

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

4.5 streaming

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

4.6 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. Dit is voor de school veel moeilijker om op te volgen en valt volledig onder de verantwoordelijkheid van de ouders. De school zal wel de ouders op de hoogte brengen wanneer ze hiervan signalen opvangt.

5. Beeld van de betrokkenen

5.1 het slachtoffer of de gepeste

Mogelijke kenmerken van het slachtoffer of de gepeste :

- is meestal fysiek zwakker
- is introverter
- is minder zelfverzekerd
- is geneigd zich gediensstig 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
- ...

5.2 de pester

Mogelijke kenmerken van de pester

- wil stoer doen en imponeren
- is fysiek vaak sterker dan het slachtoffer
- wil overheersen en zichzelf bewijzen
- is impulsief en reageert agressief

- heeft een 'hoge dunk' van zichzelf
- omringt zich met meelopers die zorgen voor zijn / haar aanzien
- is eerder gevreesd dan geliefd in de groep
- ...

5.3 de meelopers

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

6. Onze aanpak op school

6.1 Preventief

Elke leerkracht heeft met de kinderen in het begin van het schooljaar een kringgesprek over pestgedrag. Ze bespreken samen wat pesten is. De gedragscode van de school wordt met de leerlingen besproken. De meester of 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. Tijdens dit kringgesprek kunnen er aandachts- en werkpunten opgesteld worden waar de klas tijdens het schooljaar aan wil werken. In dit gesprek maken we de kinderen duidelijk dat ze met hun problemen altijd bij de leerkracht terecht kunnen of bij een andere leerkracht naar eigen keuze, iemand waarbij ze zich goed voelen. Hulp vragen aan een leerkracht is niet hetzelfde als klikken.

3x per schooljaar houden leerkrachten een kindgesprek. Tijdens deze gesprekken kunnen pestproblemen besproken worden.

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 doen door een briefje in de brievenbus te steken of door een mailtje te sturen naar zitjemetenei@spdrongen.be.

6.2 afspraken bij melding van een pestprobleem

Tijdens de speeltijd

Bij een melding van "pestgedrag" door een kind zal de toezichthoudende leerkracht de dader(s) en slachtoffer bij zich roepen om te informeren wat er gebeurd is. Zodra de situatie duidelijk is, is het de taak van de leerkracht om de leerlingen te stimuleren om zelf op zoek te gaan naar oplossingen. Dit steeds onder toezicht van de leerkracht, indien nodig kan de leerkracht dit gesprek sturen. 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. Voor een verbale ruzie of ruzie met geweld, kan de toezichthoudende leerkracht beslissen om de kinderen aan de kant te zetten. Vervolgens zal er op dezelfde manier zoals hierboven vermeld een gesprek worden aangegaan waarin ook wordt gezocht naar een oplossing en waarbij afspraken worden gemaakt.

Bij herhaaldelijke problemen tussen dezelfde kinderen, wordt de zorgleerkracht of zorgcoördinator op de hoogte gebracht. De procedure zoals hieronder beschreven wordt opgestart.

Bij een melding van pestgedrag door een kind via mail (zitjemetenei@spdrongen.be) of bij een vertrouwensleerkracht zal de vertrouwensleerkracht een verhelderingsgesprek aangaan met het kind. De vertrouwensleerkracht onderzoekt of het om een peestsituatie gaat (slachtoffer, regelmatige vervelende gebeurtenissen, één of meerdere pesters, een aantal meelopers...). Een vertrouwensleerkracht wordt door het kind zelf gekozen. Wanneer uit dit gesprek blijkt dat het echt aangewezen is om verdere stappen te ondernemen, kunnen gesprekken opgestart worden met kinderen. Voor de oudere kinderen wordt de no-blame methode toegepast. In sommige gevallen is het aangeraden om een sociogram af te nemen. De ouders worden via mail of telefonisch op de hoogte gebracht. Er zal een oudercontact georganiseerd worden indien nodig. De leerkrachten zullen eveneens geïnformeerd worden. Dit alles gebeurt door de zorgcoördinator.

Bij melding van een pestprobleem door ouders of wordt dezelfde weg gevolgd als in het voorgaande punt.

6.3 no-blame

Valkuilen wanneer we pestgedrag op school aanpakken:

1. *We willen de feiten kennen:* De zoektocht naar de waarheid kan een belemmering vormen om het pesten efficiënt aan te pakken. Je verliest tijd om te achterhalen wie wel/niet gelijk heeft. De ernst van de feiten is niet altijd evenredig met de mate waarin een kind lijdt onder het pestgedrag. Nog nuttelozer is het vragen naar het 'waarom' van het gedrag van de pester.
2. *We willen het slachtoffer veranderen:* Op die manier krijgt het kind het gevoel dat hijzelf de oorzaak is van het gepest. (Tips vermijden als: Stel je weerbaar op, reageer ook, sla terug, laat je niet doen..) De gepeste kan ook niet verantwoordelijk gesteld worden om het pesten te doen stoppen. (Uiteraard is er niets mis met het trainen van sociale vaardigheden)
3. *Straffen :* Straffen helpt zelden; het kan er zelfs voor zorgen dat de pester wraak zal nemen. We moeten de pester positief gedrag leren.
4. *Klikken of melden:* Wanneer slachtoffers en toeschouwers blijven zwijgen uit angst en omdat klikken niet mag, kan het pestgedrag alleen maar versterkt worden. Daarom moet duidelijk uitgelegd worden dat pesten niet geduld wordt en dat iedereen moet beseffen welke erge gevolgen pesten kan hebben. Doorbreek dus het taboe rond klikken en overdragen.

Welke zijn de stappen bij de NO-blame aanpak?

1. Een gesprek met het slachtoffer: Niet zozeer gericht op feiten maar over gevoelens en het effect van deze feiten. De ll moet je vertrouwen en geeft toestemming voor jouw aanpak. Op basis van dit gesprek selecteer je 8 lln. Zij vormen samen de groep waarmee zal gewerkt worden (pesters- meelopers- neutrale). De gepeste ll schrijft iets of maakt een tekening over zijn gevoel.
2. Eerste bijeenkomst: Dezelfde dag wordt het probleem kort aan de groep voorgelegd. Je zegt dat je van hen (als groep) verwacht dat ze je zullen helpen om het probleem op te lossen.

3. Leg het probleem uit: Niemand wordt beschuldigd. De tekst of de tekening wordt erbij genomen.
4. Deel de verantwoordelijkheid: Vermeld de kinderen dat je op hen rekt en hen vertrouwt. De macht wordt verschoven van individu naar groep als geheel. Laat elk kind de keuze of het bereid is zich te engageren.
5. Vraag naar ideeën van elk groepslid: Iedereen bedenkt een voorstel. Elk voorstel moet beginnen met 'ik zal'. Er wordt gestreefd naar haalbare voorstellen. Zelfs 'niets doen' is beter dan pesten!
6. Elk lid wordt bedankt en je herhaalt dat je de verantwoordelijkheid bij de groep legt. Je herhaalt wat er werd geformuleerd en wenst iedereen veel succes.
7. Een evaluatie na een tweetal weken: Navragen hoe de gepeste deze periode heeft ervaren, welk gevoel hij daar bij had. Dan vraag je aan elk lid individueel of hij zijn belofte gehouden heeft, of het moeilijk was, of hij denkt dat het iets teweeg heeft gebracht en hoe hij zich daar bij voelde. Daarna vertel je hoe de gepeste het heeft ervaren.
8. Als afsluiting bedank je elk lid welgemeend met een handdruk en wens je hen proficiat.

Indien nodig komt er nog een latere evaluatie . Blijf het groepsgebeuren opvolgen.

NO-blame werkt vanuit de positieve kracht van de groep! Pesten is normaal maar niet goed te keuren. De pester moet de kans krijgen te beseffen welke pijn hij teweeg brengt en moet ook geholpen worden om zijn repetitief gedrag te veranderen. Deze aanpak steunt op het vergroten van empathie. De gevoelens, en niet de feiten , staan centraal. Door klasgenoten te betrekken bij de aanpak ontstaat er een sfeer die veel positiever is dan bestraffende methodes. Uiteraard kunnen er situaties optreden waarbij de NO-blame aanpak niet of onvoldoende werkt (afhankelijk van de lln) en kan harder optreden nodig zijn (met eventueel bestraffen).

7. afspraken bij de leerlingen

Binnen elke samenleving gelden een aantal regels, zo ook binnen onze school. Om te komen tot een aangename sfeer moet iedereen immers zijn verantwoordelijkheid opnemen. In het begin van het schooljaar ondertekenen alle leerlingen van onze school een gedragscode. Deze gedragscode wordt in elke klas besproken. Daarin staat wat verwacht wordt van elke leerling.

zie gedragscode voor leerlingen : afspraken gemaakt samen met de leerlingen van de leerlingenraad in mei 2019.

8. Adviezen aan de ouders

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. 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. 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. 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. 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. Ouders geven zelf het goede voorbeeld hoe een conflict kan opgelost worden. 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. 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. 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 of haar pestgedrag en laat duidelijk uw afkeuring blijken. Reageer ook positief op elke gedragsverbetering, hoe bescheiden ook.