

Inleiding

Af en toe krijgen we te maken met een peestsituatie, een wolk die met de jaren uitgroeit tot een echt onweer, dat heel wat schade kan toebrengen aan het slachtoffer en zijn ouders, de pester en zijn ouders, de klasgenoten, de leerkrachten, ... kortom, de hele school. Als zich zo'n situatie voordoet, gaan we rond de tafel zitten om eerst te luisteren en vervolgens in gesprek te gaan met de betrokken leerlingen, de klasleerkrachten, het zorgteam en de ouders. Samen met de pedagogische begeleiding en het CLB denken we na over een doeltreffende aanpak. Een artikel in het tijdschrift 'Fors', liet ons inzien dat onze focus echter niet mag liggen op pesten, maar op een warm schoolklimaat waar communicatie de sleutel is. In deze theorie kon ons team zich wel vinden. Voorkomen is beter dan genezen. We willen dat elk kind zich goed voelt in De Bellewijn. Als kinderen sociaal en emotioneel sterk staan, gaan ze minder snel negatief gedrag vertonen. Daar willen we echt in geloven. We maken van welbevinden, meer bepaald van psychisch en sociaal welbevinden een prioriteit. Onze visie op GOK en het bijhorend actieplan geeft een breed perspectief op dit aspect. We zijn ook van mening dat iedereen die zich niet goed voelt in zijn vel, of dat nu komt door pesten, plagen of door ruzie, moet geholpen worden.

Preventief werken aan een warm schoolklimaat

Op schoolniveau

De waarden van het pedagogisch project elk jaar opnieuw in de kijker zetten door middel van een 2-maandelijks actiepunten.

- *De school wil graag kwaliteitsvol onderwijs aanbieden op maat van elk kind, rekening houdend met de mogelijkheden.*

- *Vanuit een positieve kijk willen we kansen nemen/geven/krijgen om verder te groeien en talenten te ontplooien.*

- *Zorg dragen voor jezelf, elkaar en de omgeving. Voor ons een goede reden om het GOK- en zorgbeleid verder uit te bouwen.*

- *We willen graag ieders eigenheid respecteren daarom is het voor ons belangrijk dat we ook de schoolregels vanuit die visie verder vorm geven. Daarover is gesprek altijd mogelijk als het kan gebeuren op een eerlijke, beleefde manier.*

- *In een positief klimaat willen we kinderen in hun groei erkennen en waarderen en hen laten voelen dat ze de moeite waard zijn.*

- Het leerlingenparlement waar een vertegenwoordiging van elke klas het welbevinden van de kinderen op de school evalueert en nieuwe initiatieven introduceert
- Openluchtklassen. Alle klassen van de lagere school gaan samen op driedaagse. Naast de activiteiten per graad, zijn er ook activiteiten in familie (leerlingen van klas 1 tot 6) waar de oudere lln voor de jongere lln zorgen.
- Speelplaatsinrichting en -werking.
- Middagsport 1x per week.
- Elke leerkracht en toezichter heeft een luisterend oor voor elk kind dat naar haar/hem toestapt met een zorg.
- Het verschil duiden tussen conflicten/ruzie, plagen en pestgedrag in elke klas.
- De kinderen aanmoedigen om zelf verantwoordelijkheid te nemen door op te komen voor elkaar (peter/meter uit klas 6 voor klas 1, peter/meter uit klas 1 voor kleuter 3) In het leerlingeparlement kunnen bepaalde verantwoordelijkheden gegeven worden.

- 'STOP'-teken leren gebruiken om een handeling/uiting die als onaangenaam of onaanvaardbaar ervaren wordt, te doen stoppen (kleuter en lager).
- Maandelijks wedstrijd (talige of wiskundige puzzels) met uitreiking van een prijsje.
- Vieren en feesten : verjaardagen (elke vrijdag door de hele school en individueel in de klas), kerstfeestje, vieren van winnaars scholenveldloop, gedichtenwedstrijd, Kangoeroewedstrijd, persoonlijke prestatie, ...
- Afname enquête welbevinden (mei 21, oktober 21, mei 22) bij de leerlingen van L3, L4, L5 en L6.
- De jaarlijkse deelname aan de actie "Stip It" tijdens de Week tegen Pesten met allerlei acties, georganiseerd door de werkgroep zorg.
- Een jaarlijkse attentie van de oudervereniging tijdens de Week tegen Pesten, vb. cup cake met 4 stippen, stripalbum Jommeke (editie rond pesten) voor elke klas, voorleesboekjes binnen het thema vriendschap voor de kleuterklassen.

Op klasniveau

- Onthaal in de klas. Elke kleuter en elk kind van de lagere school krijgt de kans om voor de aanvang van de klasdag iets te vertellen. Dat kan goed nieuws zijn, een bezorgdheid, een weetje, ...
- Tijdens de godsdienstlessen leren de kinderen de Jezusfiguur kennen als iemand die het opneemt voor de zwakkeren, als iemand die vergevingsgezind is, als iemand die anderen steeds opnieuw kansen geeft, als iemand die houdt van alle mensen. In de godsdienstmethode komen thema's aan bod zoals 'Ik wil het goede doen', 'Dragen en gedragen worden', 'Vergeving en verzoening', 'Anders zijn', 'Conflicten'.... Het is belangrijk de transfer te maken van de godsdienstlessen naar het dagelijkse schoolleven.
- Bij de aanvang van het schooljaar leert de leerkracht de kinderen van de klas beter kennen door een overgangsgesprek met de leerkracht van de vorige klas. In de lagere school kan er ook een sociogram afgenomen worden. Deze tool kan de klasleerkracht informeren over de onderlinge relaties tussen de kinderen. De leraar analyseert de resultaten van de vragenlijsten. Het is interessant om te weten wie graag en goed kan samenwerken met wie, wie bevriend is met wie...
- Gevoelsthermometer – Na de speeltijd geven de leerlingen aan hoe de speeltijd verlopen is door een magneetje te plaatsen op de kaart met 3 smileys.
- Brievenbus in de klas om gebeurtenissen anoniem te melden.
- Coöperatieve werkvormen.
- Kwartiermakers (rustmoment in de klas).
- Brugwerking kleuter 3 – klas 1.
- De lkr zorgt voor een krachtige leeromgeving: een positief en veilig klasklimaat scheppen, de lesinhouden afstemmen op de leefwereld van het kind, een rijke ondersteuning en interactie.
- Differentiatie.
- (Bewegings)tussendoortjes.
- Happy Snacks.

Op kindniveau

- Feedback de hele dag door.
- Individuele kindgesprekken : ivm de klassfeer, bij verdriet, nav de resultaten van een toets, nav een zorgwekkende situatie.
-> met de klaslkr, zorglkr, ondersteuner, CLB-medewerker, directeur
Het kind laten benoemen of het om een conflict/ruzie gaat, plagen of pesten.

- Individueel kindgesprek over leefhoudingenrapport : gesprek waarin de groeikansen ivm gekozen thema van de leerling worden besproken.
- Kinderen weerbaar maken : zie <https://www.klasse.be/40305/weerbaar-tegen-pesten-rots-en-water/>
- Kinderen laten 'blinken', hun talenten benadrukken.
- Individuele trajecten en specifieke maatregelen.

Indien zich toch een pestproblematiek voordoet

Een planmatige aanpak: systematisch beïnvloeden van pestsituaties en gedrag van alle betrokkenen d.m.v. **een stappenplan.**

• **Signaleren**

Signalen kunnen komen vanuit de vijf groepen/personen: de leerling die gepest wordt, de leerling die pest, de groep waarin gepest wordt, de ouders, de school. Dit signaleren is niet eenvoudig. Het vergt een open oog en oor van betrokkenen.

• **Analyseren**

Het is de taak en de kunst van klasleerkracht, de zorgcoördinator en de directie om aan de hand van de opgevangen signalen te analyseren wat er aan de hand is. Wie zijn bij de situatie betrokken, wat is de ernst van de situatie, wie is het slachtoffer, hoe en door wie wordt er gepest, wat is de rol van de groep, bestaat het probleem al langer, zijn er al interventies geweest, ... De LVS-dossiers van de betrokkenen leerlingen worden geconsulteerd.

• **Opstellen plan van actie**

De gegevens van de analyse vormen de basis voor een plan van actie dat gemaakt wordt door de klasleerkracht, de zorgcoördinator en de directie. Het is van belang dat er onderscheid gemaakt wordt tussen een planning voor de korte en de lange termijn. De planning op de korte termijn is gericht op het direct stopzetten van de pesterijen. De planning op de langere termijn is gericht op het verbeteren van de sfeer en de relaties waardoor pesten geen kans meer krijgt. Alle betrokkenen dienen bij het plan van actie te worden ingeschakeld en een rol te vervullen. Het plan van actie wordt schriftelijk vastgelegd.

• **Uitvoeren van het actieplan**

De stappen die worden ondernomen dienen steeds geëvalueerd te worden. In een vroeg stadium kan steeds bijstelling plaatsvinden, zodat het plan tot resultaat kan leiden.

• **Evaluatie**

Het proces dient in zijn geheel te worden geëvalueerd. Er dient te worden nagegaan op welke punten het beoogde effect is bereikt of (nog) niet.

• **Implementatie**

De vastgelegde punten uit het actieplan kunnen dienen als preventiepunten voor het schoolwerkplan, waardoor het probleem pesten een vanzelfsprekend onderdeel wordt van de aandacht van de school. Pesten kan op deze manier zo veel mogelijk worden voorkomen.

Leidraad bij het aanpakken van een pestprobleem

<u>Wat te doen bij pesten?</u>	Wie, wat, hoe, wanneer, ...	Evaluatie
Melding van pestgedrag komt binnen bij de klasleerkracht, bij de zorgco, bij de directeur door een leerling, een leerkracht, een ouder, een externe.		
1. Steun bieden aan de leerling die gepest wordt	Kindgesprek (individueel)	
Proberen te achterhalen hoe erg het probleem is en het probleem serieus nemen. Gaat het om een conflict/ruzie, plagen of pesten? De leerling benoemt (evt met hulp van de leerkracht)		
Proberen te achterhalen hoe erg het probleem is en het probleem serieus nemen: uitvoerig		
Met de leerling overleggen over mogelijke oplossingen		
De leerling steunen bij het werken aan oplossingen: feedback vragen, opvolgen, pluim geven, bijsturen		
Hulpvraag stellen: Wat heeft het kind nodig? Zo nodig hulp inschakelen, bv. d.m.v. een sociale vaardigheidstraining		
2. Steun bieden aan de leerling(en) die pest(en)	Kindgesprek (individueel)	
Met de leerling(en) bespreken wat het pesten voor de gepeste betekent en de gevolgen ervan.		
Met de leerling(en) bespreken wat de reden is van het pesten.		
Met de leerling(en) bespreken hoe er verandering in het pestgedrag kan optreden: bv.. contractje opstellen, ...		
Hulpvraag stellen: Wat heeft/hebben dit kind/deze kinderen nodig? Zo nodig hulp inschakelen, bv. d.m.v. een sociale vaardigheidstraining		
3. De groep waarin gepest wordt betrekken bij het pestprobleem	Klasgesprek/kringgesprek	
Met deze leerlingen het pestprobleem en hun eigen rol daarbij bespreken.		

Met deze leerlingen mogelijke oplossingen bespreken en hun eigen bijdrage daarin		
Samen werken aan oplossingen, waarbij zij zelf een actieve rol vervullen.		
4. Steun bieden aan betrokken ouders	oudergesprek	
Ouders die zich zorgen maken over pesten ernstig nemen (extra oudercontact).		
Samen met school het probleem aanpakken		
eventueel verwijzing naar deskundige hulp		
5. De aanpak van de school		
Leerkracht(en) van de betrokken leerlingen op de hoogte brengen.		
Informatie en advies geven aan kinderen, ouders over pestgedrag, over de mogelijke aanpak samen met klasleerkracht		
Directie, leerkrachten, ander personeel op de hoogte brengen van het verschijnsel pesten en de aanpak er van.		
De school zorgt voor een algemeen beleid rond veiligheid en welzijn en zorgt dat elk personeelslid op de hoogte is.		
De school doet beroep op externen (CLB, pedagogisch begeleider, schoolondersteuner) met het oog op het benutten van de deskundigheid die kan gedeeld worden.		
De school voert een actief professionaliseringsbeleid om competent te worden in de aanpak naar pestproblemen (nascholingen, studiedagen, lectuur, materialen, ...)		

Informatie

- Zorgvademecum, bouwsteen welbevinden
<https://pro.katholiekonderwijs.vlaanderen/vademecum-zorg-en-kansen/welbevinden/tegel>
- Folders 'Kies kleur tegen pesten' voor kinderen/voor ouders – Week tegen Pesten
- Info voor ouders <https://kieskleurtegenpesten.be>
- 'Pesten aanpakken' – Ouderkoepelverenigingen GO! ouders, KOOGO en VCOV

Materialen

- Folders 'Kies kleur tegen pesten' voor kinderen /voor ouders – Week tegen Pesten
- Werkblad Stoplichtmethode: omgaan met conflicten/ruzie
- Emotiethermometer
- Mijn woedethermometer
- Zorgkoffer pesten

PESTEN	PLAGEN	CONFLICT
Ongelijke machtsverhouding	Gelijke machtsverhouding	Geen verstoord evenwicht
Bewust, met de bedoeling te kwetsen	Onschuldig	Meningen worden op hevige en emotionele wijze uitgelegd
Zware gevolgen, schadend gedrag	Weinig nadelige gevolgen	Meestal verzoening



Zichtbaar of achter de rug	Wisselend slachtoffer	Niet automatisch het einde van de vriendschap
Systematisch, korte of langere periode	1 tegen 1	
Vaak dezelfde leerling die gepest wordt	Geplaagde blijft in groep	
Alleen of in groep; sociale functie	Vlug vergeten	
Isolatie van leerling die gepest wordt		
Moeilijk herstel		

Vormen van pesten:

- meermaals iets stukmaken, afpakken of verstoppen van eigendommen
- naropen, uitlachen, spotten, belachelijk maken
- schelden, scheldnamen geven, dreigen
- nadoen, imiteren, bij voorkeur sterk overdreven
- uitsluiten van groepsspel of sportactiviteit, doodzwijgen
- fysiek geweld
- afpersing: dwingen om geld of spullen te geven of iets voor de pester te doen
- digitaal pesten, via e-mail, chats, sms, ...

