



Vrije basisschool 't Klavertje – Ring 67 – 2200 Noorderwijk

## WERKEN AAN EEN WARME SCHOOL (anti-pestbeleid)

### Inhoud:

- 1 Inleiding
- 2 Wat is pesten?
- 3 Waarden en normen
- 4 Opbouw sociale vaardigheden en zorgbeleid
  - Niveau 0: brede basiszorg
  - Niveau 1: verhoogde zorg
  - Niveau 2: uitbreiding van zorg
- 5 No-Blame
- 6 Interessante websites / contactgegevens
- 7 Bijlagen

### 1. Inleiding

Eerst en vooral willen we benadrukken dat 'pestbeleid' zeker geen goed gekozen woord is. Anti-pestbeleid dekt al beter de lading, maar we zouden het liever willen hebben over:

**'Werken aan een warme school – werken aan een goed gevoel op school'**

Alles wat in deze beleidsnota staat gaat dus over de samenwerking om te komen tot die WARME SCHOOL!

**'Alle kinderen moeten zich in hun basisschoolperiode veilig kunnen voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen'**

Om dit te kunnen realiseren moet de school zorgen voor een veilige, stimulerende leeromgeving. Angst en geweld tasten dit basisrecht aan en zorgen voor minder goede (leer)prestaties.

Ons pedagogisch project is duidelijk; we willen elke leerling optimale (leer)kansen bieden. Als we echt om elke leerling geven, betekent dit ook dat we hen moeten helpen als ze in de knoop raken.

Door regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels / afspraken. Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

Angst en geweld benadeelt leerlingen en leerkrachten. Het irriteert en tast de klas- en schoolsfeer aan. Dit alles versterkt het gevoel van onveiligheid en haalt het leer- en werkplezier onderuit.

We mogen van jonge mensen niet verwachten dat ze perfect zijn. Het kan dus zijn dat ze in de fout gaan. Als opvoeders moeten we hen helpen om hun problemen goed op te lossen. Het kan immers niet zijn dat we de toekomst van jonge mensen op het spel zetten door aanhoudend pestgedrag.

Een goed werkende 'eerste hulp'-lijn is zeker nuttig; hiermee geeft men ook een krachtig signaal. Iedereen kan zien dat het de school menens is en dat niemand in de kou hoeft blijven te staan. De nazorg en de opvang van slachtoffers, daders, leerkrachten en ouders is geen taak voor iedere leerkracht. Deze tweedelijnszorg vergt andere competenties en is er op gericht de schade zoveel mogelijk te beperken en te herstellen. De remediërende aanpak dient natuurlijk aangevuld met een brede en ruime waaier aan preventiemaatregelen want ook hier geldt 'voorkomen is beter dan genezen'!

## 2. Wat is pesten?

**Plagen** = van korte duur, speelt zich af tussen gelijken.

**Ruzie** = niet noodzakelijk een gelijke machtsverhouding zodat de kinderen en jongeren het meestal zelf kunnen oplossen.

Binnen een veilige omgeving is er ruimte voor een plagerij of ruzie, maar nooit voor pesten. Plagen stopt waar pesten begint ...

Tussen plagen en pesten ligt een wereld van verschil. Plagen gebeurt vaak éénmalig en steeds op vriendschappelijke basis. Je plaagt bijvoorbeeld je vriend(in) omdat je die graag hebt ('meisjes plagen is liefde vragen', ...).

**Pesten** = regelmatig en langdurig lastig vallen van iemand met de bedoeling de ander fysiek of emotioneel pijn te doen. Er is een duidelijk machtsverschil tussen pester en slachtoffer .

Pesten is een vorm van antisociaal gedrag door kinderen / jongeren met onvoldoende of ongepaste sociale vaardigheden. Pesten gebeurt bewust en is gericht op één of meer mensen. De pester wil dat het slachtoffer zich gekwetst, vernederd, afgewezen, genegeerd, ... voelt. Pesten houdt ook nooit op bij die ene keer; sommige kinderen worden dagen, weken, jaren gepest.

Pestgedrag kunnen we opsplitsen in directe vormen van pesten (dreigen, slaan, spotten, uitschelden, vastbinden, opsluiten, ...) en indirecte vormen (roddelen, niet mogen meedoen, negeren, ...).

Veel pesters schrikken als ze horen welke gevolgen hun gedrag heeft teweeggebracht.

Geen enkel kind wil bewust gekwetst worden. Het slachtoffer lokt dus geen pestgedrag uit.

De toeschouwers, middengroep doen vaak niets uit angst om zelf doelwit te worden. Sommige kinderen helpen de pester, zij dragen mee verantwoordelijkheid.

**Cyberpesten** = kwetsende of bedreigende teksten plaatsen op internet / chatprogramma's zoals WhatsApp of Facebook.

**Cyberstalking** = het doelbewust blijven lastig vallen van het slachtoffer op internet.

Beledigende foto's, video's of persoonlijke gegevens van het slachtoffer op het internet worden gebruikt om deze op sociaalnetwerksites te plaatsen zoals Facebook en Twitter.

### 3. Waarden en normen

Waarden en normen vormen het fundament van hoe we kinderen willen opvoeden, wat we hen willen meegeven naar het latere leven toe.

Het Vlaams Verbond Katholiek Basisonderwijs omschrijft dat in haar boek 'Opdrachten voor het Katholiek Basisonderwijs'. Dit bevat vijf opdrachten:

- Schooleigen christelijke identiteit
- Geïntegreerd onderwijsinhoudelijk aanbod
- Stimulerend opvoedingsklimaat en doeltreffende didactische aanpak
- Ontplooiing van ieder kind, vanuit een brede zorg
- De school als gemeenschap en als organisatie

In deze 'Opdrachten voor het Katholiek Basisonderwijs' én in ons schooleigen opvoedingsproject zitten de waarden en normen vevat die wij als school willen nastreven.

### 4. Opbouw 'sociale vaardigheden - pestbeleid'

#### • Niveau 0: brede basiszorg

Veilig schoolklimaat:

Wij besteden op school aandacht aan het zich goed voelen binnen de school / klas / groep. Samen (school – kinderen) trachten wij een veilige omgeving te creëren waarin elkeen zich goed voelt.

Het gaat hier om het creëren van een veilige omgeving waar iedereen zichzelf mag zijn, waar de rechten en grenzen van iedereen gerespecteerd worden. We zetten in op het creëren van een aangenaam leef- en leerklimaat op school. Je kan hier bijvoorbeeld denken aan de manier waarop leerkrachten met elkaar omgaan, een respectvolle houding van ieder personeelslid naar leerlingen en ouders en vice versa, inspraak voor alle betrokkenen in het klas- en schoolbeleid.

Enkele voorbeelden:

- Werken aan sociale vaardigheden
- Preventief werken aan een warme school
- Leren samen spelen
- Duidelijke afspraken op de speelplaats
- Middagactiviteiten
- Muziek tijdens speeltijden
- Leerlingenraad

- Conflicthantering: leerlingen leren hoe ze ruzies of conflicten moeten / kunnen oplossen.
- KS: aandacht voor het begrijpen van eigen gevoelens en die van anderen
- LS: bevorderen empathie ten opzichte van je medemens
- klasdoorbrekend werken
- CLIM (coöperatief leren in multiculturele groepen)
- Talentenspel , pak van mijn hart-spel , kwaliteitenspel,...
- Complimentendag
- Week van de goeiedag
- Extra aandacht tijdens de Vlaamse week tegen pesten
- Professionalisering van leerkrachten
- Informeren van ouders en hen betrekken bij interessante voordrachten
- Vertrouwenspersoon
- Project sociale vaardigheden (zie kaft sociale vaardigheden)
- Extra stimulansen worden gegeven om zich ook na schooltijd op sociaal vlak te engageren (bv. ontmoetingsdag Chiro, KLJ ...)
- Gericht toezicht houden

#### Veilig klasklimaat:

Het begeleiden van de klas als groep heeft hier zijn plaats. Werken aan een positieve groepsvorming, waarbij ernaar gestreefd wordt dat iedereen bij de groep hoort, is ons hoofddoel.

Enkele voorbeelden:

- In de lessen vaak praten over 'omgaan met elkaar'
- Klasgesprekken, groepsgesprekken, ... houden
- Door gesprek bewust laten worden van bepaald gedrag
- Duidelijk zijn over je verwachtingen en regels en consequent reageren als leerlingen zich er niet aan houden
- Ruimte creëren voor verdere kennismaking. Dit gebeurt zeer uitgebreid bij nieuwkomers zowel in het begin als tijdens het schooljaar.
- Klasafspraken maken
- Wisselende groepen gebruiken tijdens schoolse activiteiten
- Contractwerk
- Kringgesprekken
- Beeldmateriaal - boeken in de klas
- Afnemen en bespreken van 'welbevinden en betrokkenheid'
- Lesmaterialen in godsdienstmethode
- Mega-project in het 6<sup>de</sup> lj
- Lessen cyberpesten van 4de tot en met 6de leerjaar (nog uitwerken !)

## • Niveau 1: verhoogde zorg

### Signalen:

- Plotse, onverklaarbare gedragsveranderingen
- Zich terugtrekken, onbereikbaar zijn
- Snel geïrriteerd raken, veel ruzie maken
- Angst voor lichamenlijk contact, schrikreacties
- Zich niet kunnen concentreren en geen interesse meer hebben in het klasgebeuren
- Vage lichamenlijke klachten
- Opmerkelijke daling van schoolprestaties
- Bedplassen, nachtmerries, slaapgebrek
- Angst voor bepaalde leerlingen en bepaalde plaatsen
- Opmerkelijk dicht in de buurt van de leerkracht blijven
- Met beschadigd materiaal thuiskomen zonder goede uitleg

Slechts zelden zal een slachtoffer zelf pesterijen melden. Dus is het aan de omgeving om hiervoor waakzaam te zijn. Het is belangrijk dat het pestprobleem volledig in kaart kan worden gebracht. Hierdoor moet het slachtoffer het gevoel krijgen dat het open mag en kan communiceren.

### Wie kan hierbij een belangrijke rol spelen:

- Slachtoffer
- Ouders en familie
- Leerkracht / opvoeder (opvang)
- Dader (s)
- Medeleerlingen / klasgenoten
- Zorgleerkrachten, zorgcoördinator
- Directie en CLB

### Op welke manier en waar kunnen problemen gemeld worden:

Via gesprekken, hetzij rechtstreeks via informeel of formeel overleg, hetzij onrechtstreeks langs de telefoon of via e-mail

- met klasleerkracht
- met zorgcoördinator
- met directie

In dit zorgniveau kunnen volgende acties genomen worden:

- Verkennend gesprek met persoon die de melding doet
- Gesprek met slachtoffer
- No – blame methode
- Zoco wordt ingelicht over de situatie:

- Afspraken maken met de pester – gepeste – meelopers over gedragsveranderingen (de naleving van deze afspraken komen aan het einde van iedere week, voor een bepaalde periode, in een kort gesprek aan de orde)
- Gesprek met de ouders als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt gevraagd om i.s.m. de school een einde te maken aan het pestprobleem.
- De school legt de acties die ondernomen zijn n.a.v. het pestprobleem vast in het (digitaal) leerlingendossier.
- Zoco vraagt info aan CLB
- Zoco bespreekt situatie met CLB
- Casus bespreken in zorgteam school én eventueel in zorgteam SG

Hoe verloopt de verdere communicatie (als nodig )

- Ouders van pesters op de hoogte te brengen
- Blijvende communicatie tussen ouders en school
- Regelmatige feedback door leerling
- Regelmatige feedback door medeleerlingen

Bijsturingen bij blijvende problematiek:

- Start niveau 2: uitbreiding van zorg

### • Niveau 2: uitbreiding van zorg

Het CLB wordt ingeschakeld. De school bekijkt samen met het CLB de huidige stand van zaken en hoe de verdere aanpak kan zijn. Dit wordt in een multidisciplinair overleg besproken (leerkracht, zoco, CLB). Het kind staat centraal en is ook een gesprekspartner. Indien nodig wordt een gesprek gepland met ouders; directeur kan eventueel bij gesprek aanwezig zijn.

Verdere aanpak kan zijn:

- Opstart externe begeleiding voor sociale vaardigheidstraining
- Inschakelen deskundige externe hulp
- Leren omgaan met woedebeheersing
- ...

### • Niveau 3: overstap naar een school op maat

Nadat alle maatregelen uitgeprobeerd zijn, kan er overgegaan worden naar fase 3 van het zorgcontinuüm en kan door de school de geldende tuchtprocedure opgestart worden (zie schoolreglement)!

In extreme gevallen kan een leerling tijdelijk in een andere groep binnen de school geplaatst worden. Ook het (tijdelijk) plaatsen op een andere school behoort tot de mogelijkheden. In het uiterste geval kan een leerling geschorst of verwijderd worden.

## 5. No-Blame

Als ondanks de preventieve maatregelen toch een peestsituatie ontstaat, willen we ons baseren op een methode om krachtadig op te treden bij pesten, nl. de No Blame –aanpak.

### • Wat zit er in de benaming?

De No Blame-aanpak werd in 1991 bedacht als reactie op een specifiek verzoek om het lijden van een jongen te helpen verlichten. Die ingreep was een reactie op een crisis en de naam is overhaast gekozen. Hoewel 'No Blame' (geen schuld) een belangrijk onderdeel is, bevat de procedure andere essentiële elementen:

- \* aanmoedigen van inlevingsvermogen
- \* gedeelde verantwoordelijkheid
- \* probleemoplossend

Geen van deze elementen is af te leiden uit de benaming en als de procedure opnieuw gestart kon worden, zou er wellicht een andere naam gekozen worden.

Wat wordt gezegd, is dat deze methode eenvoudig is, gemakkelijk om toe te passen en duidelijk en bovendien steunt op een stevige en duidelijke filosofie die past bij de principes van onze school. Bovendien is de methode al door honderden leerkrachten mét succes toegepast. Sommigen van hen waren voordien uiterst sceptisch. Hun verhalen spreken voor zich, ze zijn direct en overtuigend. We denken dat deze methode succesvol is omdat ze het belang en de kracht van groepsprocessen erkent en er gebruik van maakt, omdat ze eenvoudig is en geen obscure of geheimzinnige expertise vraagt, én omdat het voor druk bezette mensen een realistische methode is.

### • Hoe komt het dat het werkt?

#### ***Inlevingsvermogen en onzelfzuchtigheid***

Toen deze aanpak werd ontwikkeld, werd er op zoek gegaan naar een proces dat een empathische reactie zou losweken bij de pesters en de rest van de groep. In de meeste gevallen is dit ook gebeurd. In sommige gevallen kan het gebeuren dat de pester helemaal geen zorg voelt voor zijn slachtoffer, maar als enkele groepsleden de pijn van het slachtoffer begrijpen, zorgen zij voor de ondersteuning. Het is soms genoeg dat slechts een of twee mensen vriendelijk reageren om het gevoel van isolement en pijn van het slachtoffer te verlichten.

#### ***Macht***

De tussenkomst beïnvloedt de groepsdynamiek. Zelfs indien de pester zijn gedrag niet wil veranderen, nemen de anderen de macht over van de pester door de uitspraken over hun goede intenties. Voor de pester wordt het moeilijk om het kwetsende gedrag verder te zetten, door het contrast met de ondersteuning die de rest van de groep wil bieden.

#### ***De ik-taal van intentie***

De gewone patronen van 'leerkrachtentaal' die worden gebruikt om ongepast/gewenst gedrag aan te pakken, worden door Gordon (1974) beschreven als 'jij-boodschappen' (Als je dat nog eens doet... - Waarom gedraag jij je zo? - ...). De suggesties ter ondersteuning van de leerlingen worden geformuleerd in de ik-taal van intentie (Ik ga hem bij me thuis uitnodigen. – Ik ga tijdens

de pauze met hem voetballen. - ...) en drukken een belangrijke verschuiving van het externe naar het interne gebeuren uit.

### ***Probleemoplossend***

De aanpak wordt heel snel probleemoplossend. Door jongeren bij het proces te betrekken ontstaat er een veel positievere atmosfeer dan bij traditionele onderzoeken en negatief gerichte methodes. Zodra ze met suggesties komen, kan je daarop positieve commentaar geven en op het einde kan je de groep bedanken voor hun hulp.

## **• De No Blame-methode: samenvatting stappenplan**

### **STAP1: MELDING**

Het pesten kan gemeld worden via:

- brievenbus
- mondelinge melding
- ouders

### **STAP 2: INGAAN OP MELDINGEN: FILTEREN**

Situatie binnen de klasgroep aftasten en juist inschatten:

- ruzie
- plagerij
- pesten

### **STAP 3: NO-BLAME GESPREK**

#### **3.1 gesprek met slachtoffer**

Informatie vragen:

- grote lijnen over wat er juist gebeurd is
- betrokkenen (pester, meeloper, vrienden)
- effect op gepeste

Uitleg geven over de aanpak:

- pesters worden niet gestraft, pesten moet wel stoppen
- afspreken met gepeste wat wel/niet mag verteld worden

#### **3.2 gesprek met betrokken pester(s), meeloper(s), toeschouwer(s)**

Slachtoffer neemt niet deel aan het gesprek.

#### **3.3 probleem voorleggen**

Geen schuldbespreking, geen feiten, wel bespreking van beleving/gevoelens slachtoffer.

#### **3.4 verantwoordelijkheid delen**

Oproep tot medeverantwoordelijkheid

#### **3.5 voorstel tot handelen**

Elk groepslid stelt een handeling (concreet, realistisch) voor.

Voorstellen dienen geformuleerd te worden vanuit een ik-boodschap.

#### **3.6 voorstel realiseren door de betrokkenen**



### 3.7 evaluatie

- \* Individuele, korte gesprekken na + 1 week
- \* Indien positieve evaluatie: verdere opvolging van positieve evolutie d.m.v. evaluatiegesprekken op regelmatige basis.
- \* Indien negatieve evaluatie: herhaling van stap 3.1 t.e.m. stap 3.7. Indien evaluatie opnieuw negatief is: overgaan naar stap 4

### STAP 4: GESPREK MET OUDERS

4.1 Gesprek zonder kind

4.2 Gesprek in het bijzijn van het kind

### STAP 5: OPVOLGINGSGESPREK MET OUDERS, DIRECTIE EN KLASLEERKRACHT

Indien evaluatie positief: einde opvolging

Indien evaluatie negatief: overgaan naar stap 6

### STAP 6: OPVOLGINGSGESPREK MET EXTERNE HULPVERLENING

Opvolgingsgesprek met kind, ouders, klasleerkracht, directie, CLB, externe zorgverlener...

## 6. Interessante websites / contactgegevens

- Gie Deboutte: [gie.deboutte@ucll.be](mailto:gie.deboutte@ucll.be) / [gie.deboutte@uantwerpen.be](mailto:gie.deboutte@uantwerpen.be)
- <http://www.ond.vlaanderen.be/antisociaalgedrag/pgs/>  
(handreiking voor een daadkrachtig schoolbeleid vanuit het Ministerie van Onderwijs)
- <http://www.vlor.be/advies/advies-over-de-preventie-en-de-aanpak-van-pesten-op-school>  
(advies over preventie en aanpak pesten op school van Vlaamse Onderwijsraad)
- [www.kivaschool.be](http://www.kivaschool.be) (website over KiVa-pestprogramma)
- <http://www.vclb-koepel.be/professionals/goed-in-je-vel2/pesten2-cyberpesten/de-no-blame-methode>
- <http://www.klasse.be/leraren/themas/pesten/>
- [www.kieskleurtegenpesten.be](http://www.kieskleurtegenpesten.be)  
(partnerorganisatie die een aantal verenigingen samenbrengt voor overleg rond preventie en aanpak van pesten op school)
- [www.schoolzonderpesten.be](http://www.schoolzonderpesten.be)
- <http://www.levensklasse.be/index.php/over-levensklasse/wie>  
(website van Geertje Bleukx, geeft vormingen rond 'pesten')
- [www.clicksafe.be](http://www.clicksafe.be)

- [www.veiligonline.be](http://www.veiligonline.be)
- [www.ecops.be](http://www.ecops.be) (Belgisch overheidsmeldpunt voor internetmisbruik)
- [www.ikbeslis.be](http://www.ikbeslis.be) (i.v.m. Privacy)
- [www.cyberpesten.be](http://www.cyberpesten.be) (informatie)
- [www.stopcyberhate.be](http://www.stopcyberhate.be)
- [www.docatlas.be](http://www.docatlas.be)
- [www.pestbriefje.com](http://www.pestbriefje.com)
- ...

## 7. Bijlagen

Bijlage 1: Tips voor ouders van gepeste kinderen

Bijlage 2: Tips voor ouders van pestende kinderen

Bijlage 3: Lijst beschikbare materialen SG / CLB

## BIJLAGE 1

### TIPS VOOR OUDERS VAN GEPESTE KINDEREN

- Heb aandacht voor de signalen bij je kinderen: lusteloosheid, niet graag naar school gaan, slapeloze nachten, overgevoeligheid, teruggetrokken zijn, stil zijn, buikpijn...
- Neem hun verhaal ernstig en geef hen de kans hun beleving te verwoorden of uit te drukken.
- Stel bijkomende vragen om goed zicht te krijgen op de situatie.
  - Luister actief.
  - Laat het kind eventueel dingen noteren of tekenen.
- Ga het probleem niet uit de weg.
  - Veranderen van klas of school is zelden een goede oplossing.
  - Minimaliseer het probleem niet. Het zal niet vanzelf overgaan.
  - Hou rekening met een verwerkingsproces na de pesterijen.
- Contacteer de school en spreek over het probleem.
  - Respecteer dat de leerkracht niets heeft gezien. Pesten gebeurt meestal stiekem.
  - Beschuldig niemand.
  - Vraag naar hulp om het probleem samen aan te pakken.
  - Maak afspraken i.v.m. de aanpak.
- Beklemtoon de positieve eigenschappen van je kind en blijf het positief bekrachtigen.
- Vermijd overbescherming.
  - Respecteer de mening van je kind i.v.m. tussenkomen.
  - Los niet alle problemen voor je kind op maar zoek samen naar duurzame oplossingen.
- Bedenk samen met je kind alternatieve reacties.
  - Leer het bij sport creatief reageren.
  - Leer je kind gepast reageren en evalueer de doeltreffendheid van de reacties.
- Praat NIET zelf met de pester of met de ouders ervan.
  - Meestal verergert dit de zaak.

## BIJLAGE 2

### TIPS VOOR OUDERS VAN PESTENDE KINDEREN

- Tolereer het negatieve gedrag van je kind niet.
  - Reageer consequent.
  - Stel duidelijke grenzen en volg die consequent op.
  - Straf kan nodig zijn maar overdrijf niet en leg uit waarom je straft.
  
- Neem de problematiek ernstig en win informatie in over de situatie bij betrokkenen.
  
- Ga in gesprek met je kind en hou het gesprek gaande.
  - Confronteer uw kind met de gevolgen van zijn gedrag.
  - Maak duidelijke afspraken.
  
- Hou controle op de vriendengroep van je kind.
  
- Neem contact met de school en zorg voor een open communicatie.
  - Beschuldig niemand.
  - Respecteer dat de leerkracht niets heeft gemerkt. Pesten gebeurt vaak stiekem.
  
- Doe dingen samen met je kind en stimuleer zijn talenten.
  - Doe samen aan sport maar vermijd competitie.
  - Stimuleer deelname aan verenigingsleven, jeugdbeweging, academie...
  
- Denk kritisch na over mogelijke oorzaken van het pestgedrag van je kind.
  - Een probleem in de thuissituatie. (bv. agressief gedrag dat niet aan banden wordt gelegd, te weinig aandacht)
  - Een voortdurend gevoelde anonimiteit bij je kind waardoor de drang ontstaat om belangrijk en gezien te zijn.
  - Een niet-passende rol moeten spelen.
  - Een voortdurende competitiedrang.
  - Strijd om de macht in de klas.
  - Een niet-democratisch klimaat thuis, op school...
  - ...

## BIJLAGE 3

### LIJST BESCHIKBARE MATERIALEN SG / CLB

- KIVA-project
- Cyberpesten: Brecht Van Leemputte (KOSH)
- CLB-bijlagen
- Coole-kikkerspel
- STOP cyberpesten
- Time to stop
- Pro-actieve cirkels (KS-6L): Nele Van Rossum (CLB) gaat opleiding volgen en geeft info door.