

Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aan willen pakken.

Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden:

- Pesten moet als probleem worden gezien door het liefst alle direct betrokken partijen:
 - leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep)
 - leerkrachten
 - ouders/verzorgers (hierna genoemd: ouders)
- Onze school probeert pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld.
- Als pesten optreedt, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen.
- Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet de school beschikken over een directe aanpak.
- Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan is de inschakeling van een vertrouwenspersoon nodig. De vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren.
- Op onze school is een vertrouwenspersoon aangesteld.

Klassenklimaat en voorkomen van pestgedrag

Een goed klassenklimaat is gericht op het voorkomen van pestgedrag en wordt gekenmerkt door:

- Het bieden van ruimte tot het uiten van gevoelens;
- Het leggen van de nadruk op dingen die goed gaan en deze benoemen, en het minder nadruk leggen op dingen die verkeerd gaan, de zogenaamde plustaal;
- Het aandacht hebben voor elk kind;
- Het creëren van situaties waarbinnen kinderen mogen samenwerken.

Signalen van pesten:

- Altijd een bijnaam gebruiken, nooit de eigen naam noemen;
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot;
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven;
- Briefjes doorgeven, vervelende SMS- of e-mailberichten rondsturen;
- Opmerkingen maken over kleding;
- Isoleren, buitensluiten;
- Buiten school opwachten, slaan of schoppen;
- Op weg naar huis achterna rijden;
- Naar het huis van het slachtoffer gaan;
- Bezittingen afpakken;
- Schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer.

Deze lijst kan nog verder worden uitgebreid, je kunt het zo gek niet bedenken of volwassenen en dus ook leerlingen hebben het bedacht. Leerkrachten en ouders moeten daarom alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.



Hoe gaan wij om met pestgedrag?

- Wij proberen pestgedrag te voorkomen (preventief). Voorkomen is immers beter dan genezen. Wij volgen de methode Leefstijl en hier komen preventief de normen en waarden aan de orde en het omgaan met elkaar.
- Het voorbeeld van ons als leerkrachten (en thuis de ouders) is van groot belang. Er wordt minder gepest in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar verschillen worden aanvaard en waar ruzies niet met geweld worden opgelost maar uitgesproken. Agressief gedrag van leerkrachten, ouders en de leerlingen wordt niet geaccepteerd. Wij nemen duidelijk stelling tegen dergelijke gedragingen.
- Een effectieve methode om pesten te stoppen of binnen de perken te houden, is het afspreken van regels voor de leerlingen.

Regel 1

Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken. Vanaf de kleutergroep brengen we kinderen dit al bij:

“Er over praten is geen klikken”... als je wordt gepest of als je ruzie met een ander hebt en je komt er zelf niet uit dan mag je hulp aan de leerkracht vragen. Dit wordt niet gezien als klikken.

Regel 2

Een tweede stelregel is dat een medeleerling ook de verantwoordelijkheid heeft om het pestprobleem bij de leerkracht aan te kaarten. Alle leerlingen zijn immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.

Regel 3

School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Dit neemt niet weg dat beide partijen moeten waken over eigen grenzen. Het is bijvoorbeeld niet de bedoeling dat ouders naar school komen om eigenhandig een probleem voor hun kind op te komen lossen. Bij problemen van pesten nemen de teamleider en de leerkrachten hun verantwoordelijkheid en voeren indien nodig overleg met de ouders. De inbreng van de ouders blijft bij voorkeur beperkt tot het aanreiken van informatie, tot het geven van suggesties en tot het ondersteunen van de aanpak van de school.

Aanpak van ruzies en pestgedrag

Stap 1:

Er eerst zelf (en samen) proberen uit te komen.

Stap 2:

Op het moment dat een van de leerlingen er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) heeft deze het recht en de plicht het probleem aan de leerkracht voor te leggen.

Stap 3:

De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken.

Stap 4:

Bij herhaaldelijke ruzie/pestgedrag wordt de no blame aanpak ingezet, een succesvolle methode in het aanpakken van pestgedrag.

Deze aanpak volgt een zeven stappen procedure die een leerkracht of een andere begeleider kan toepassen nadat pesten werd vastgesteld of gemeld. In wat volgt zullen we ingaan op:

1. De essentie van de No Blame-aanpak
2. Te definiëren wat de No Blame aanpak niet doet
3. De betrokkenen van pestgedrag te definiëren
4. Het stappenplan voor de begeleider uiteen te zetten

1. De essentie van de No Blame-aanpak

Aangezien pesten een groepsprobleem is betekent dit dat een individu zelden tot nooit het probleem kan oplossen, want een individu kan niet winnen van een groep. De groep moet in actie komen. De essentiële elementen in deze methode zijn:

- Niemand wordt gestraft.



- Aanmoedigen van empathie.
- Gedeelde verantwoordelijkheid.
- Probleemoplossend.

2. Wat de No Blame aanpak niet doet: het slachtoffer veranderen

Slachtoffers van pestgedrag krijgen van de raad van ouders, leerkrachten of de groep om op één of andere manier hun gedrag te veranderen. Ze moeten ze leren 'voor zichzelf opkomen', 'terugslaan', 'weg wandelen', 'doen alsof het hen niet kan schelen'. Door op deze manier met de slachtoffers om te gaan denken ze dat het hun eigen schuld is en dus ook hun eigen verantwoordelijkheid om een eind te maken aan het pestgedrag.

Er is niets mis met assertiviteitstrainingen voor iedereen. Het aanleren van sociale vaardigheden kan veel leerlingen helpen die moeilijkheden hebben met relaties. Dergelijke initiatieven mogen echter niet rechtstreeks gekoppeld worden aan de toestand van het slachtoffer, enkel aan de algemene ontwikkeling van iedereen.



3. Pesten als een groepsproces: de betrokkenen

De pesters

Pesters vind je overal, ze zijn vaak:

- Fysiek of verbaal sterker dan het slachtoffer.
- Op zoek naar macht en waardering van de groep.
- Hebben weinig respect voor grenzen en kunnen zich moeilijk inleven in de gevoelens van anderen. Ze hebben dan ook weinig gewetensproblemen bij hun pestgedrag. In sommige gevallen vinden ze dat het slachtoffer erom vraagt.
- Zijn zich vaak niet bewust van de gevolgen voor de slachtoffers.

Het slachtoffer

- Wordt door de groep om één of andere manier als 'anders', 'afwijkend' beschouwd.
- De tolerantiegrens is voor iedereen verschillend. Waar de ene plagerijen of pesterijen zal weglachen en relativiseren, zal de andere gekwetst achterblijven en zo een weerloze indruk maken die misschien nog meer 'uitnodigt' tot pesterijen.
- Zijn gemiddeld fysiek en verbaal zwakker.
- Missen soms een aantal sociale vaardigheden en komen niet of op de ongepaste manier voor zichzelf op.

De groep (meelopers, toeschouwers, helpers, ...)

Pesten is steeds een groepsgebeuren, zo zijn er steeds verschillende mogelijke betrokkenen:

- De 'neutrale' toeschouwers, die vaak niets zeggen of doen uit angst om zelf het doelwit van de pesterijen te worden. Door niet te reageren maken ze onbewust duidelijk dat ze het gedrag toestaan. In deze houding schuilt echter het gevaar dat men onverschillig en hard wordt voor het leed van anderen, waardoor de empathie afneemt.
- De meelopers die de pester helpen bij zijn gedrag.
- De helpers die partij durven kiezen voor het slachtoffer.



4. De aanpak: een stappenplan voor de begeleider

Stap 1: een gesprek met het slachtoffer

- Vraag algemene informatie, geen details over wat er juist gebeurd is.
Vraag naar de beleving en gevoelens van het slachtoffer.
- Leg de aanpak uit, leg daarbij de nadruk op het niet-bestraffende aspect, vraag toestemming.
Bespreek samen de namen om de groep samen te stellen.
- Vraag wat je WEL of NIET mag vertellen over de belevingen van het slachtoffer.
- Vraag eventueel naar een verhaal of een tekening over het gevoel van het slachtoffer. Geef aan dat je steeds bereikbaar bent voor het slachtoffer.

Stap 2: een groep wordt samengeroepen

- Een groep wordt samengesteld bestaande uit de pesters, meelopers, vrienden en/of positief ingestelde jongeren.
- Het slachtoffer is niet aanwezig bij deze bijeenkomst. Dit kan de probleemoplossende aanpak bemoeilijken.

Stap 3: leg het probleem uit

- Vertel de groep dat je een probleem hebt.
- Gebruik eventueel het verhaal of de tekening van het slachtoffer.
Praat niet over details van gebeurtenissen.
- Beschuldig niemand.
- Maak duidelijk dat er een probleem is dat moet opgelost worden.

Stap 4: deel de verantwoordelijkheid

- Zeg duidelijk dat er niemand in de problemen zit of gestraft wordt. Elk groepslid kan bijdragen aan de oplossing.
- De groepsleden hebben het meeste contact met het doelwit en dus de beste kansen om het pesten te stoppen.

Stap 5: vraag naar de ideeën van elk groepslid

- Aanvaard alle positieve voorstellen (niets doen is ook een positief voorstel!).
Vraag om de voorstellen concreet te maken, 'Hoe ga je dat doen?'
- Heb aandacht voor 'ik-taal', wees niet tevreden met algemene uitspraken. De intenties kunnen opgeschreven worden.

Stap 6: laat het aan hen over

- Leg de verantwoordelijkheid bij de groep, zij alleen kunnen het probleem oplossen.
Bedank hen en geef hen duidelijk vertrouwen.
- Vertel dat je hen na een week individueel wil spreken (blijf bereikbaar).



Stap 7: spreek hen opnieuw

- Laat elk lid afzonderlijk vertellen over zijn of haar bijdrage.
- Gebruik de kernvragen: hoe is het nu, is het gestopt, ben je tevreden, ... ?
- Indien het slachtoffer niet helemaal tevreden is kan de procedure herhaald worden.

Leerkracht en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende