

# Anti-pesten kalender informatie

## OBS De Springplank



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



### ***Inleiding:***

Voor iedere maand in het jaar, met uitzondering van de zomermaanden, is er een poster ontwikkeld. Voor juli en augustus is er 1 poster.

Op de posters staat het lieveheersbeestje die elke maand een andere boodschap over pesten brengt. De ene keer vanuit de pester, dan weer vanuit het gespeste kind of over de meeloper.

De bedoeling van de boodschap op de poster is dat:

- *Kinderen 'geraakt' worden over de ernstige gevolgen van pesterijen.*
- *Kinderen worden aangezet om zélf oplossingen te bedenken om pesten tegen te gaan.*
- *Kinderen leren omgaan met gedachten zoals acceptatie, tolerantie en respect.*

De boodschappen op de posters dragen een positief karakter en worden geformuleerd vanuit de IK-vorm. In casus is een denkbeeldige jongen of meisje die zijn/haar wens of gedachten uitspreekt. De tekst wordt ondersteund met beelden die geassocieerd kunnen worden met de boodschap en het thema van die betreffende maand. Deze posters krijgen een subtiele doch duidelijke associatie met het lieveheersbeestje. Waarom? Omdat kinderen moeten beseffen dat pesten ook onder agressie en 'zinloos' geweld valt.

### **Lerarenkalender:**

Deze onthult per maand de nieuwe poster maar geeft ook achtergrondinformatie, tips en adviezen over pesten, bestaande anti-pestprojecten die door derden worden aangeboden of websites die ze kunnen

raadplegen. De bedoeling van de lerarenkalender is om deze in de lerarenkamer op te hangen zodat de leerkrachten op de hoogte kunnen blijven van het verloop van dit project.

### **Afspraken:**

Er wordt minimaal 1 moment per 2 weken aandacht besteed in de groep aan het thema.

Er wordt via de mail maandelijks een nieuwsbrief doorgemailed naar alle teamleden.

Tijdens maandvieringen kunnen de groepen laten zien hoe zij aandacht besteden aan het pesten in de groep.

De evaluatie van het pestbeleid komt tijdens inhoudelijke vergaderingen aanbod.

Ook worden de ouders in de maanden september, november, januari, maart, mei op de hoogte gehouden middels een nieuwsitem in het ouderportaal.

### **Inhoudsopgave Kalender**

<b>Maand</b>	<b>Poster titel</b>	<b>Gezien vanuit</b>	<b>Thema poster</b>
Januari	Een goed begin	Meeloper	Opkomen voor anderen
Februari	Wat je pest ben jezelf	Pester	Pesten en gepest worden
Maart	Eerlijk spel	Gepeste kind	Samenspelen
April	Een bijzonder feest	Meeloper	Niet meer buitensluiten
Mei	Tot tien tellen	Pester	Omgaan met frustraties
Juni	Smile	Gepest kind	Vrienden en uitlachen
Juli	Muurtje	Pester	Onzeker zijn, vrienden maken
Augustus	Muurtje	Pester	Onzeker zijn, vrienden maken
September	Rare praatjes	Meeloper	Anders zijn
Oktober	Jij bent vet gaaf	Meeloper	Verdriet dat je niet ziet, stiekem pesten
November	Mijn enige wens	Gepeste kind	Hulp vragen
December	Vrolijk kerstfeest	Pester	Iedereen hoort erbij

### **Programma:**

Er wordt minimaal 1 moment per 2 weken aandacht besteed in de groep aan het thema.

Augustus      Muurtje      Vakantie

Presentatie schoolkring op  
Evaluatie schoolkring op

September      Rare praatjes      Ouders: Informeren over het pestbeleid

Presentatie schoolkring op  
Evaluatie schoolkring op

Oktober      Jij bent vet gaaf

Presentatie schoolkring op

Evaluatie schoolkring op

November      Mijn enige wens      Ouders:Toneelspel/maandviering

Presentatie schoolkring op

Evaluatie schoolkring op

December      Vrolijk kerstfeest

Presentatie schoolkring op

Evaluatie schoolkring op

Januari Een goed begin      Ouders: Achtergrondinformatie Deel 1 en 2 (zie maand April)

Presentatie schoolkring op

Evaluatie schoolkring op

Februari      Wat je pest ben jezelf

Presentatie schoolkring op

Evaluatie schoolkring op

Maart      Eerlijk spel      Ouders: Sport en flair play

Presentatie schoolkring op 13 maart

Evaluatie schoolkring op 27 maart

April      Bijzonder feest

Presentatie schoolkring op 10 april

Evaluatie schoolkring op 24 april

Mei      Tot 10 tellen      Ouders: 10 Tips Veilig Internetten

Presentatie schoolkring op 15 mei

Evaluatie schoolkring op 29 mei

Juni      Smile

Presentatie schoolkring op 12 juni

Evaluatie schoolkring op 26 juni

Juli      Muurtje

Presentatie schoolkring op

Evaluatie schoolkring op

Maand Januari      Een goed begin

**Wat doet de docent:**

**1 Erkent het gevoel van de meeloper en benoemt het.**

Ik kan mij voorstellen dat je al snel met de rest van de kinderen meedoet met pesten. Ondanks dat je het soms zielig vindt voor het kind. Opkomen voor een kind dat gepest wordt kan soms moeilijk zijn. Omdat je zelf ook bij de groep wilt horen.

**2. Keur het gedrag van de meeloper af. Geef grenzen aan.**

Meepesten is net zo erg als zelf beginnen met pesten. Je geeft het gepeste kind het gevoel dat het helemaal door niemand wordt gesteund. Hij staat helemaal alleen en dat kan toch niet jouw bedoeling zijn? Meepeste mag nooit. Er is geen enkel excuus.

### **3. Helpt het kind dat meeloopt bij het vinden van gedragsalternatieven; wat kan dat kind wel doen?**

Vraag het kind eerst wat het zelf voor alternatieve gedragsmogelijkheden ziet en helpt het kind dan met oplossingsrichtingen. Bijvoorbeeld: 'Je kunt verschillende dingen doen als je ziet dat andere kinderen iemand pesten. Je kunt opkomen voor het gepeste kind. Alleen al door te vragen: waarom pesten jullie hem eigenlijk? Je laat dan merken dat jij daar niet aan mee doet of je zegt: ik vind het niet leuk dat jullie hem pesten. Je kunt als je liever niets zegt ook weglopen. even iets anders gaan doen. Dat is altijd beter dan meepesten. Praat erover met mij juf/meneer) of met je ouders . Je hoeft niet te klikken, geen namen te noemen maar als wij het weten, dan kunnen we er in elk geval iets aan doen.

#### **Meelopers hebben moed nodig:**

Geef leerlingen die meelopen het vertrouwen dat zij kunnen helpen om pesten te stoppen. Noem de kwaliteiten van de leerling die kunnen helpen zoals durf en behulpzaam zijn of laat de leerlingen elkaars goede eigenschappen benoemen.

Activiteiten:

- Een kringgesprek over de poster; 'Een goed begin'.
- Een web maken met het woord 'pesten'

Maand Februari: \_\_\_\_\_ Wat je pest ben jezelf

#### **Wat doet de docent?**

##### **1. Erkent het gevoel van de pester en benoemt het.**

Vraag het kind of je weet hoe het voelt om gepest te worden. Ik snap dat dat moeilijk is voor jou om een grote broer te hebben die jou zo op je kop zit. Dat het dan fijn is om ook eens zelf de baas te zijn. Dan vol je je sterk en kun je afreageren op school in dit geval.

##### **2 Keur de reactie en het gedrag van de pester af. Geef grenzen aan.**

Je weet zelf hoe vervelend het is om gepest te worden; je voelt je dan klein, onzeker, bang. pest zelf dan ook niet. Nooit! De baas spelen gaat gemakkelijk over in pesten. Speel daarom ook niet de baas over andere kinderen, speel samen.

##### **3 Helpt het pestende kind bij het vinden van de gedragsalternatieven; wat kan dit kind wel doen?**

Vraag het kind eerst wat het zelf voor alternatieve gedragsmogelijkheden ziet. En help het kind dan met de oplossingsrichtingen. Bijvoorbeeld: Het is belangrijk voor jou om met je grote broer op te kunnen schieten. Vraag hem of hij weet hoe het voelt als iemand je steeds weer op je kop zit. Hoe het voelt om gepest te worden. Vraag of je ouders je daarbij kunnen helpen. Je kunt daarnaast erop gaan letten dat jezelf niet meer de baas speelt over anderen. Je kunt aan je beste vriend vragen om je daarbij te helpen. steeds als je beste vriend ziet dat je weer de baas speelt , geeft hij jou een seintje.

#### **Iedereen heeft zijn positieve kanten:**

Pesters krijgen vaak te horen wat niet deugt aan hun gedrag terwijl ze natuurlijk ook goede hebben. Benadruk die en moedig de pester aan zijn of haar goede kant ook aan andere te laten zien.

Activiteiten:

- Een kringgesprek over de poster; 'wat je pest ben jezelf'.
- Maak gebruik van de *lieveheersbeestjesmethode*: Iedere leerling heeft een eigen lieveheersbeestje gemaakt. Alle lieveheersbeestjes liggen op één tafel. Als een kind een probleem heeft of iemand vindt dat er gepest wordt, mogen ze een lieveheersbeestje wegpakken. Dit kan ook anoniem. Wanneer de kinderen in de klas komen, en er blijkt één lieveheersbeestje weg te missen, dan wordt daar klassikaal over gesproken. Als er niemand over wilt praten, dan is dat niet erg. De leerkracht weet in ieder geval dat er iets aan de hand is in de klas, en kan voor de individuele aanpak kiezen.
- Laat de kinderen d.m.v een rollenspel de situatie naspelen, bijvoorbeeld het gedeelte dat hij/zij een gesprek aangaat met zijn/haar broer. Hoe kun je dit het beste aanpakken, hoe kun je het gesprek het beste laten verlopen, wat voor houding neem je aan, etc.
- Betrek de ouders erbij door de kinderen een pestprotocol mee
- naar huis te laten nemen en het de ouders te laten ondertekenen. Zo weet je zeker dat de ouders ook op de hoogte zijn van de gemaakte afspraken. Op deze manier kunnen de ouders hun kinderen er ook thuis op aanspreken.

Maand Maart: Eerlijk spel

**Wat doet de docent?**

**1 Erkent het gevoel van het gepeste kind en benoemt het.**

Wat naar voor jou dat je met buikpijn naar de gym gaat. Je vindt het erg hè dat ze jou niet kiezen en dat ze je niet in het spel betrekken. Dat maakt jou verdrietig omdat je je vaak alleen voelt. Jij wilt graag meetellen, gezien worden en serieus genomen worden.

**2 Geef aan dat je niet stil moet blijven zitten als je gesprst wordt.**

Als je gepest wordt, kruip je het liefst in een hoekje. Toch is het geen goede oplossing om in een hoekje te kruipen of weglopen. Daar wordt het vaak alleen maar erger van. Pesters gaan net zo lang door doordat ze een grens tegenkomen. Jij kunt iets doen om die grens aan te geven!

**3 Help het gepeste kind bij het vinden van gedragalternatieven; wat kan dit kind wel doen?**

Vraag het kind eerst wat het zelf voor alternatieve gedragmogelijkheden ziet en help het kind dan met oplossingsrichtingen. Bijvoorbeeld: je kunt de pesters zeggen wat je niet meer wilt. Dat je het heel erg vindt dat zij jou pesten. Je zult zien dat zij het ook helemaal niet beseffen. Ze denken grappig te zijn en dan vertel je wel wilt. Dat je ook graag de bal krijgt en meespeelt. Als je het moeilijk vindt ze dit zelf te zeggen, dan wil ik dit best samen met je te doen. Je hoeft je nooit te schamen omdat je gepest wordt. Je kunt altijd zelf het initiatief nemen.

**Zelfvertrouwen is voor het gepeste kind heel belangrijk:**

Geef het gepeste kind zelfvertrouwen. Benoem de sterke punten. Beloon en complimenteer het kind hiermee. Laat de kinderen weten dat ieder team verschillende spelers nodig heeft om te kunnen winnen. Zoals een voetbalteam. Samenwerken en het spel verdelen zijn net zo belangrijk als het goed kunnen schieten van de bal op het doel.

Activiteiten:

- Een kringgesprek over de poster; 'Eerlijk spel'.
- Speel een samenwerkingsspel. Verdeel de klas in tweeën. Laat de kinderen elkaars handen

vasthouden zodat er een knoop ontstaat. Ze moeten proberen door samen te werken uit elkaar komen. D.m.v het samenwerken kun je terug komen op de situatie van de poster.

Maand April: Een bijzonder feest

### **Wat doet de docent?**

#### **1 Erkent het gevoel van de meeloper en benoem het.**

Ik snap dat jouw verjaardagspartijtje belangrijk voor jou is en dat je de kinderen uitnodigt met wie je vaak speelt en bij wie je wilt horen. Dat is logisch en het is altijd moeilijk om te kiezen wie je wel of niet uitnodigt. Je denkt dan dat je vrienden het raar vinden als je een ander kind uitnodigt. Je vraagt je af of ze jou dan ook nog wel uitnodigen. Je wit zelf namelijk ook graag uitnodigt worden door je vrienden op hun partijtjes.

#### **2 Keurt het gedrag van de meeloper af. Geef grenzen aan.**

Iedereen wil ergens bijhoren. en er zijn kinderen die nooit uitgenodigd worden. Vaak kan niemand precies vertellen waarom niet. Dit wil niet zeggen dat jij automatisch die kinderen ook niet moet uitnodigen. Denk er eens over na als een kind weer niet wordt uitgenodigd, en wat het zou voelen als het nu eens wordt uitgenodigd.

#### **3 Helpt het kind dat meeloopt bij vinden van gedragsalternatieven; wat kan een kan dit kind wel doen:**

Vraag eerst het kind wat het zelf voor alternatieve gedragsmogelijkheden ziet en help het kind met oplossingsrichtingen. Bijvoorbeeld: je kunt als jij jouw lijstje met uitnodigen maakt, voortaan ook iemand vragen met wie je niet zo vaak speelt, maar die je wel leuk vindt of die je nog niet zo goed kent. Het uitnodigen van een kind dat verder door niemand wordt uitgenodigd maakt jou juist zo stoer. Jouw vrienden zullen je zien als iemand met een eigen mening. Denk zelf na over wie je echt aardig vindt en wie niet of wie je beter wilt kennen. Vraag hen wat ze leuk vinden. Ga samen spelen of loop/fiets samen naar huis. Je kunt ook je uitnodigingen voortaan niet meer in de klas maar na schooltijd uitdelen. Dan voelen de kinderen die niet gevraagd zij zich niet zo rot.

#### **Meelopers hebben moed nodig:**

Geef leerlingen die meelopen het vertrouwen dat zij kunnen helpen om pesten te stoppen. Noem de kwaliteiten van de leerling die kunnen helpen zoals durf en behulpzaam zijn of laat de leerlingen elkaar goede eigenschappen benoemen.

Activiteiten:

- Een kringgesprek over de poster; 'Een bijzonder feest'.
- Laat de kinderen elkaars goede eigenschappen benoemen.
- Laat de kinderen een werkstuk of een spreekbeurt maken over pesten. Als je denkt dat er kinderen worden gepest laat je juist hen een werkstuk maken en breng je de ouders hiervan op de hoogte. Je kunt de ouders stimuleren om de kinderen bij de opdrachten te laten helpen. D.m.v. de opdracht kan de ouder op een veilige manier praten over wat hun kind op school meemaakt.

Maand Mei: Tot 10 tellen

### **Wat doet de docent?**

#### **1 Erkent het gevoel van de pester en benoemt het.**

Ik begrijp dat je het niet leuk vindt als kinderen volgens jou oneerlijk spelen. Je voelt je dan zo ontzettend boos omdat het niet zo gaat zoals jij verwacht en wilt. Je baalt van wat er is gebeurd, je vindt het onrechtvaardig. Jij vindt het belangrijk dat er volgens de regels wordt gespeeld. Je doet daar zelf ook

altijd erg je best voor.

## **2. Keur de reactie en het gedrag van de pester af. Geef grenzen aan.**

Pesten of schoppen, duwen, slaan of iemand buitensluiten mag nooit. Dat is ook een duidelijke spelregel bij het samen spelen. Daar moet iedereen dus ook jij, zich aan houden. Pesten is gemeen en daarmee verpest je zelf het spel. Niet alleen voor jezelf maar ook voor anderen en dat is net niet wat je wilde. Het lost dus niet het probleem op. Ook niet voor jou.

## **3. Help het pestende kind bij het vinden van gedragsalternatieven; wat kan dit kind wel doen?**

Vraag het kind eerst zelf wat voor alternatieve gedragsmogelijkheden ziet en help met de oplossingsrichtingen. Bijvoorbeeld; Je hebt zelf al een manier gevonden om je minder boos te voelen. Tot tien tellen is heel goed. Je kunt nog meer doen om het spelen leuker te maken. Denk nooit dat een kind expres vals speelt. Omdat jij het belangrijk vindt dat er eerlijk wordt gespeeld kun je het beste van te voren de spelregels bespreken. Dan ook kun je meteen afspreken hoe er wordt gehandeld met onverwachte situaties in het spel. En als het dan toch anders gaat dan je wilde, kun je dan zeggen dat hij/zij zich niet aan de spelregels houdt en het is nu niet eerlijk en leuk om zo samen te spelen.

### **Iedereen heeft zijn positieve kanten:**

Pesters krijgen vaak te horen wat er niet deugt aan hun gedrag terwijl ze natuurlijk ook goede eigenschappen hebben. Benadruk die en moedig de pester aan om zijn of haar kant ook aan hen te laten zien.

#### Activiteiten:

- Een kringgesprek over de poster; 'Tot tien tellen' en digitaal pesten.
- Laat de kinderen informatie opzoeken over digitaal pesten, en over het veilig gebruik van het internet. Hierover bestaan ook meerdere boeken, die je zelf als leerkracht kunt gebruiken. Ook de websites gegeven op de poster zijn erg handzaam en leerzaam.
- Betrek de ouders bij het onderwerp van deze poster, stel ook hen op de hoogte van het digitaal pesten en het veilig gebruik van internet.

Maand Juni: Smile

#### Activiteiten:

- Kringgesprek over de poster; 'Smile'. Met de kinderen over beugels en brillen, waarom is dat gek? Waarom is dat iets waarmee je gepest kunt worden? Waarom is dat eigenlijk vreemd dat je dat doet.
- Gesprek over gedragsalternatieven.

Maand Juli: Een muurtje

#### Activiteiten:

- Kringgesprek over de tekst op de poster; 'Een muurtje'.
- Naar aanleiding van de boeken die genoemd worden op de poster, kun je een project of kringgesprek doen over een van de boeken. Je kunt dit boek voorlezen in de klas, of er een kind een boekenpraatje over laten doen. Bespreek wat er voorkomt in het boek, en waarom het juist wel of geen indruk maakt op de kinderen.

Maand Augustus: Op vakantie

Maand September: Rare praatjes

**Activiteiten:**

- Kringgesprek over de tekst op de poster; 'Rare praatjes'.
- Het pestkastje: De leerlingen ontwerpen een pestkastje als er veel gepest wordt in de klas. Eigenlijk is het een cassette recorder met een slot erop. De gepeste leerling hoeft alleen maar op het bandje in te spreken hoe rot hij/zij zich voelt en waarom. De juf/meneer of een vertrouwenspersoon kan het bandje afluisteren en hulp bieden.

Maand Oktober: Jij bent vet gaaf!

**Activiteiten**

- Kringgesprek over de tekst op de poster; 'Jij bent gaaf!'.

Maand November: Mijn enige wens

**Activiteiten**

- Kringgesprek over de tekst op de poster; 'Mijn enige wens'
- Kringgesprek over kinderen in andere landen, wat heb je wel en wat heb je niet, over materialisme en de waarde van dingen in kunnen zien.
- Poppenspel voor onder en bovenbouw 'Pesten over en uit'
- Toneelvoorstelling ontwikkelen met de kinderen, belangrijk hierbij is om bij de uitvoering ouders uit te nodigen, zodat ook zij zicht krijgen op de samenwerking tussen de leerlingen.

Maand December: Vrolijk Kerstfeest

**Activiteiten**

- Kringgesprek over de tekst op de poster; 'Vrolijk Kerstfeest'
- Kringgesprek met de kinderen over de vooroordelen van het pesten of het gepest worden.
- Rollenspel met kinderen spelen over slachtoffers en pesten
- Kinderen een muurkrant laten maken over pesten, en wat ze anderen toewensen voor in het nieuwe jaar.