Wat is pesten?

*Pesten is (psychisch, fysiek of seksueel) systematisch geweld van een leerling of en groep leerlingen ten opzichte van 1 of meer klasgenoten, die niet (meer) in staat is/ zijn zich te verdedigen.*

Pesten is niet hetzelfde als plagen. Uit een plaagsituatie kan echter gemakkelijk een pestsituatie voortvloeien!

Hieronder volgt een overzicht van de kenmerken van PLAGEN en PESTEN, dit vormt een basis voor het signaleren van pestgedrag:

Plagen Pesten

|  |  |
| --- | --- |
| * Is onschuldig, en gebeurt onbezonnen en spontaan. Gaat soms gepaard met humor. | * Gebeurt berekenend (men weet meestal vooraf, wie, hoe en wanneer men gaat pesten). Men wil bewust iemand kwetsen. |
| * Is van korte duur, of gebeurt slechts tijdelijk. | * Is duurzaam: het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig (het stopt niet vanzelf en na korte tijd). |
| * Speelt zich af tussen gelijken. | * Ongelijke strijd. De onmachtgevoelens van de gepeste staan tegenover de machtgevoelens van de pester. |
| * Is meestal te verdragen, of zelfs leuk, maar kan ook kwetsend of agressief zijn. | * De pestkop heeft geen positieve bedoelingen en wil pijn doen, vernielen of kwetsen. |
| * Meestal een tegen een. | * Meestal een groep (een pester en meelopers) tegenover een geïsoleerd slachtoffer. |
| * Wie wie plaagt, ligt niet vast. De partijen wisselen keer op keer. | * Er bestaat een neiging tot een vaste structuur. De pesters zijn meestal dezelfden, net zoals het slachtoffer. |
| * De vroegere relaties worden vlug hersteld. De ruzie of het conflict wordt spoedig bijgelegd. | * Het is niet gemakkelijk om tot betere relaties te komen. Het herstel verloopt heel moeizaam. |
| * Men blijft opgenomen in de groep. | * Isolement en eenzaamheid bij de gepeste. |
| * De groep lijdt er niet echt onder. | * De groep lijdt onder een bedreigend en onveilig klimaat. Iedereen is angstig en men wantrouwt elkaar. Er is daardoor weinig openheid en spontaniteit. Er zijn weinig of geen echte vrienden binnen een groep. |

Kort samengevat kun je zeggen dat plagen vrij onschuldig is, terwijl pesten schade berokkent. Er kunnen veel redenen worden aangevoerd waarom leerlingen elkaar pesten. De pester kan bijvoorbeeld zelf ooit slachtoffer van pesterijen zijn geweest of het kan een manier zijn om aandacht te trekken die de pester thuis niet krijgt. Pesten kan ook een manier zijn om aanzien te verkrijgen bij andere leerlingen.

Signaleren

Signalen van slachtoffers

Op school:

Primaire signalen:

* De slachtoffers worden vaak op een gemene manier geplaagd, bespot en gekleineerd.
* Ze worden uitgelachen op een spottende en onvriendelijke manier.
* Ze worden fysiek aangepakt en kunnen zich hier niet adequaat tegen verweren.
* Ze zijn betrokken bij ruzies waarbij ze zich niet kunnen verdedigen.
* Hun bezittingen worden beschadigd.
* Ze vertonen blauwe plekken, schrammen, gescheurde kleding, ….

Secundaire signalen:

* De slachtoffers zijn vaak alleen, ze lijken geen vrienden te hebben.
* Ze worden als laatste gekozen, bijvoorbeeld bij het vormen van groepjes.
* Ze proberen dicht bij de leerkracht te blijven.
* Ze geven een angstige en onzekere indruk.
* Ze zien er bang, ongelukkig, neerslachtig en huilerig uit.
* Ze vertonen een plotselinge of geleidelijke verslechtering in schoolresultaten.

Thuis:

Primaire signalen:

* Ze komen thuis met gescheurde kleding, bezittingen die stuk zijn.
* Ze vertonen verwondingen (blauwe plekken, schrammen, …) en geven hier een omstreden uitleg voor.

Secundaire signalen:

* Ze brengen geen vriendjes of klasgenootjes mee naar huis.
* Ze hebben geen goede vriend.
* Ze worden zelfden elders uitgenodigd.
* Ze gaan niet graag naar school.
* Ze kiezen een vreemde weg om naar school te gaan.
* Ze slapen niet goed.
* Ze verliezen de belangstelling voor schooltaken.
* Ze zien er bang en ongelukkig uit.
* Ze vragen om geld of stelen het (om de pestkoppen om te kopen).

Signalen van pestkoppen

Algemene kenmerken:

* Geniet respect uit angst, niet uit waardering.
* Ze zijn fysiek sterker. Ze staan tamelijk positief tegenover geweld, agressie en het gebruik van stoere taal (bijnamen gebruiken, opmerkingen maken over de kleding van een leerling, schelden, opwachten, …).
* Ze hebben grote behoefte om te overheersen en hun eigen zin te krijgen. Heeft de neiging anderen te overroepen of te domineren om controle te houden, maar is misschien minder zeker dan het lijkt (verdraagt geen kritiek en wordt boos wanneer zijn positieve zelfbeeld ter discussie staat).
* Ze zijn impulsief, kunnen moeilijk tegenwerking aanvaarden.
* Ze zijn vaak tegendraads naar volwassenen toe.
* Ze worden als stoer gezien, hebben weinig inlevingsvermogen. Is vooral met zichzelf bezig en houdt geen rekening met anderen (is egocentrisch en heeft geen schuldgevoelens).
* Ze willen het middelpunt zijn en zijn vlug jaloers (willen altijd de baas zijn).
* Heeft moeite met regels, grenzen, en eigen of door anderen opgelegde regels (kan moeilijk samenwerken).
* Ze hebben een relatief positief zelfbeeld.
* Op school treiteren de pestkoppen vaak op een gemene manier: spotten, intimideren, schoppen, dingen stuk maken. Ze hebben het vooral gemunt op de zwakkere leerlingen en proberen de meelopers op hun hand te krijgen.
* Ervaring leert dat meisjes veelal op een veel subtielere manier pesten, die veel moeilijker op te sporen valt. Bijvoorbeeld roddelen, vriendinnen afpakken, uitsluiten, …
* Ze lijken een dubbelleven te leiden: in de klas en thuis volgzaam en braaf, maar op het schoolplein of na schooltijd is het gedrag anders.

Signalen van meelopers

Meelopers zijn leerlingen die de pester steunen in zijn gedrag. Zij zijn vaak bang zelf gepest te worden en pesten uit veiligheid mee. Soms vinden ze het ook zelf wel leuk om te pesten, en doen ze om die reden mee. Een andere mogelijke reden voor het meelopen kan zijn dat zij niet weten hoe ze het pesten kunnen voorkomen en dus maar gewoon mee doen.

Er zijn in de praktijk overigens oneindig veel signalen die kunnen duiden op pestgedrag. Daarom is het lastig een volledige lijst met signalen te presenteren. De hiervoor geschetste signalen van de pester en gepeste, gecombineerd met het daarbij behorende waarneembaar gedrag bieden voldoende aanknopingspunten voor het signaleren van pestgedrag.

Vergeet hierbij vooral het digitale/online pesten niet!

Voorkomen van pesten.

Hiervoor is beschreven hoe het pestgedrag is te herkennen. Hieronder staat aangegeven wat er gedaan wordt en kan worden om pestgedrag te voorkomen. Hierna volgt nog een hoofdstuk over het aanpakken van pestgedrag als het toch gebeurt.

Om pesten op school te voorkomen:

* Houden de groepsleerkrachten aan het begin van het schooljaar een gesprek met de klas over de regels in het algemeen en pesten in het bijzonder. Er worden met elkaar klassenregels vastgesteld. Deze worden zichtbaar voor de kinderen in het lokaal opgehangen. De naleving hiervan wordt regelmatig geëvalueerd.
* Worden de schoolregels zichtbaar in het lokaal opgehangen. De naleving van deze regels wordt regelmatig geëvalueerd.
* Tijdens oudergesprekken wordt altijd gevraagd of ouders signalen hebben gekregen dat hun kind anderen pest, gepest wordt of aangeeft dat anderen in de klas of op school gepest worden.
* Er wordt 2x per jaar een sociogram ingevuld. Deze gegevens worden geanalyseerd door de groepsleerkracht. Bij opvallende resultaten wordt er (eventueel in overleg met de IB) een plan van aanpak opgesteld.
* Er worden wekelijks lessen gegeven uit de methode “Kinderen en hun sociale talenten”. Hierbij wordt door de leerkracht goed gelet op reacties van de kinderen.
* Bij onenigheid tussen leerlingen gaan we altijd in gesprek met beide partijen. Kinderen leren op die manier hun gevoelens en gedachten onder woorden te brengen en respect te krijgen voor andermans mening en gevoelens.

Hoe gaan wij om met pesten?

Wanneer bepaalde signalen op pestgedrag duiden, is het belangrijk zo snel mogelijk te handelen. Voor het goed aanpakken van een pestprobleem kan onderstaand stappenplan als hulpmiddel dienen. De stappen kunnen, afhankelijk van de ernst van het pestgedrag en het effect van de genomen maatregelen, zo nodig worden herhaald.

1. De leerkracht spreekt de betrokken leerlingen (in ieder geval de pester en gepeste) aan om de pestsituatie onderling te bespreken en een oplossing te vinden. De leerlingen leggen hun oplossing voor aan de leerkracht en voeren deze ook daadwerkelijk uit. De leerkracht ‘’bewaakt’’ de situatie op afstand.
2. Wanneer blijkt dat de gekozen oplossing niet het verwachte effect heeft, legt de gepeste de situatie aan de leerkracht voor.   
   - Deze organiseert een gesprek tussen de pester en gepeste waarin beiden hun verhaal kunnen doen. Op basis daarvan stimuleert de leerkracht dat de leerlingen afspraken met elkaar maken en ook nakomen.   
   - In deze fase worden ook de meelopers op hun gedrag aangesproken met de vraag waarom zij niets aan de pestsituatie gedaan hebben.   
   - Een ander middel dat de leerkracht in deze fase toepast is het plenair bespreken van de pestsituatie in de klas. De leerkracht geeft door middel van een heel duidelijke ik-boodschap te kennen dat er in de klas een probleem is, waar de leerkracht alleen niets aan kan doen. De leerkracht neemt duidelijk stelling in tegen pesten! De leerkracht benadrukt dat het probleem opgelost moet worden. De leerlingen bedenken oplossingen (die niet nadelig mogen zijn voor de gepeste of de pester), en er wordt bedacht hoe deze worden uitgevoerd. Deze afspraken worden genoteerd, en opgehangen in de klas. Dit wordt wekelijks geëvalueerd.  
   - Wanneer er opnieuw signalen over pesten komen, dan moet de leerkracht weer teruggaan naar de vorige stap.   
   - De ouders worden geïnformeerd over het probleem en de bedachte oplossingen. De ouders van de pester worden gewezen op hun taak als opvoeder.
3. Indien blijkt dat de afspraken niet worden nagekomen, kunnen er bestraffende maatregelen worden genomen. Hierbij kan worden gedacht aan het binnenhouden in de pauze van de pester, laten nablijven, een schriftelijke opdracht geven over pesten, enz. Hier start de leerkracht echter niet mee: de leerling moet de kans krijgen zijn gedrag aan te passen.

Naast bovenstaande maatregelen in de groep, neemt de leerkracht ook de volgende punten in beraad:

* De leerkracht bevraagt zichzelf over het eigen functioneren. Hoe is de eigen houding naar de klas en eventueel specifiek naar bepaalde leerlingen? Hoeveel ruimte en verantwoordelijkheid krijgen de leerlingen zelf? Hoe veilig zijn de leerlingen in de klas? Waar nodig brengt de leerkracht wijzigingen aan in het eigen functioneren.
* Komt de pestsituatie (bij zowel de pester als de gepeste) vooral voort uit onzekerheid, gebrek aan weerbaarheid, minimale sociale vaardigheden, gebrek aan inlevingsvermogen? Dit wordt besproken met de IB. Daarna wordt met ouders gesproken over een eventuele training bij bijvoorbeeld Context of het Riagg.

Alle signalen en acties die worden ondernomen, worden genoteerd in Parnassys onder het kopje “Pestprotocol”.

Wat als het pesten niet stopt?

Als bovenstaande aanpak niet het gewenste effect heeft, treedt het gedragsprotocol in werking. Dit protocol is te vinden in het schoolplan en de schoolgids.