



PESTEN OP SCHOOL DAAR DOEN WE SAMEN IETS AAN!!

Op onze school vinden wij het belangrijk dat alle kinderen zich goed kunnen voelen in de klas en op school. Wij rekenen op alle kinderen, ouders en leerkrachten om daar samen aan te werken.

INFORMATIE VOOR OUDERS

Wat is pesten?

We spreken over pesten als één of meerdere kinderen een ander kind meer dan eens en gedurende een langere periode, geestelijk of lichamelijk geweld aandoet, met de bedoeling de andere te kwetsen.

Bij pesten is er sprake van een machtsonevenwicht: de ene is altijd winnaar, de andere altijd verliezer.

Wat is plagen?

Plagen is van korte duur, het is onschuldig, het gebeurt spontaan en is speels. Kinderen die elkaar plagen doen dat vaak om de beurt. Nu eens plaagt de één dan weer de andere. Als kinderen aangeven dat het niet leuk meer is, dan houdt het plagen op. Af en toe geplaagd worden, daar moet je kind tegen kunnen. Bij plagen blijft je kind opgenomen in de groep.

Wat is ruziemaken?

Zowel volwassenen als kinderen maken wel eens ruzie. Ruziemaken hoort bij samenleven. Je kan ruziemaken omdat je ergens niet akkoord mee gaat, omdat je van mening verschilt, omdat je toevallig hetzelfde of een andere kant uit wilt. Als je ruzie maakt zeg je soms dingen die niet zo bedoeld zijn en die harder aankomen dan verwacht. Als dit gebeurt, heb je altijd de kans om je te verontschuldigen. Na een ruzie is er steeds een kans tot verzoening. Een ruzie goed afronden kan je je kind leren.

WAT DOE JE ALS JE KIND GEPEST WORDT?

- Maak voldoende tijd vrij voor een gesprek.
- Laat je kind vertellen wat er zich afspeelt en hoe het zich voelt.
- Neem het verhaal van je kind ernstig.
- Probeer rustig te blijven ook al is dat moeilijk. Je kind heeft je steun nodig.
- Leg de schuld niet bij je kind. Wijs op de mooie en sterke kanten van je kind.
- Vraag aan je kind of er op school vriendjes of klasgenoten zijn bij wie het zich goed voelt.
- Bekijk samen wat wel leuk is op school.
- Vertel aan je kind dat het nodig is om de school in te lichten om het pesten te laten stoppen.
- Overleg samen met je kind wie de meest geschikte contactpersoon is.
- Bekijk samen wat je de school zeker wilt zeggen

HET GESPREK MET DE SCHOOL - ALS JE KIND GEPEST WORDT

- Stel het gesprek met de school niet te lang uit.
- Houd je aan de afspraken die je hierover met je kind hebt gemaakt.
- Voer het gesprek met de school niet via de telefoon, maar kies voor een echt gesprek ter plaatse. Maak hiervoor een afspraak.
- Probeer rustig te blijven. Druk je bezorgdheid uit en je vertrouwen in de school.
- Vertel wat er aan de hand is met concrete feiten. Verduidelijk hoe je kind zich nu voelt en wat de pesterijen met hem/haar doen.
- Verduidelijk de belangrijkste wens van je kind.
- Vraag de school om eerst en vooral te observeren wat er zich op school rondom jouw kind afspeelt (refter, speeltijd, klas).
- Laat de school de nodige tijd om het probleem stapsgewijs aan te pakken.
- Druk vertrouwen uit in de aanpak van de school. Respecteer het sanctiebeleid van de school. Vraag naar de meest geschikte contactpersoon voor jouw kind binnen de school.
- Maak een nieuwe afspraak om het verdere verloop en de ervaringen van je kind te bespreken. Mogelijk volstaat een telefonisch contact.
- Verwacht niet dat het pesten van vandaag op morgen opgelost is.
- Bedank de contactpersoon voor zijn/haar inspanningen.
- Spreek af dat jij jouw kind op de hoogte zult brengen van het voorbije gesprek

WAT DOE JE ALS JE KIND ANDEREN PEST?

Kinderen komen thuis niet zomaar vertellen dat ze anderen pesten. Vaak zal de school je op de hoogte brengen of zullen de ouders van het slachtoffer je er over aanspreken. Als je verneemt dat je kind andere kinderen pest, is dat geen prettige boodschap. Toch is het beter dat je wordt aangesproken. Het drukt vertrouwen uit in jouw rol als ouder en is dus zeker geen verwijt.

Probeer een zo duidelijk mogelijk beeld te krijgen van wat er precies aan de hand is. Erken dat het voor iedereen beter is dat het pesten zo gauw mogelijk stopt. Geef terug dat je geraakt wordt door de mededeling en dat je nu eerst en vooral met je kind in gesprek zult gaan

Als je het verneemt van de ouder(s) van het slachtoffer :

- Luister naar wat de andere ouder te vertellen heeft en blijf er zelf rustig bij.
- Maak duidelijk dat je de pesterijen in ieder geval afkeurt en dat je de bezorgdheid van de andere ouder begrijpt.
- Leg uit dat je het probleem nu eerst en vooral met je kind wilt bespreken om te horen wat er aan de hand is.
- Vertel ook dat je er voor open staat om het probleem desnoods te bespreken met de school. Een pestprobleem is meestal een groepsgebeuren, dat ook op school moet aangepakt worden.

Als de school je contacteert :

- Luister naar wat de school te vertellen heeft.
- Zeg de school dat je het probleem in elk geval met je kind zult bespreken en dat je na dat gesprek opnieuw contact zult nemen om verdere afspraken te maken.
- Bespreek thuis het probleem met je kind.
- Vraag aan de contactpersoon op school hoe je als ouder de aanpak van de school kan ondersteunen.
- Maak zo nodig een afspraak met de school om de opvolging en ondersteuning van je kind te bespreken.
- Vraag zo nodig de hulp van de school voor toezicht, begeleiding en opvolging van afspraken.

Praten met je kind :

- Bespreek het probleem met je kind. Luister naar zijn/haar verhaal.
- Keur pestgedrag af. Onderstreep dat je er op rekt dat je kind de pesterijen niet (langer) steunt.
- Wijs op het verschil tussen plagen en pesten. Motiveer waarom pesten voor jou niet kan.
- Wijs je kind op de negatieve gevolgen van pesterijen op het slachtoffer, op zichzelf en op de (klas)groep.
- Geef je kind de kans om het terug goed te maken en om de schade te herstellen: ga samen na hoe dit kan gebeuren. Doe een voorstel aan de school/aan het slachtoffer.
- Druk vertrouwen uit in je kind en reageer positief op elke positieve verandering.
- Blijf je bewust van jouw verantwoordelijkheid en neem die ter harte.
- Zoek eventueel steun om jouw verantwoordelijkheid goed te blijven opnemen. Het is niet altijd makkelijk om rustig en kalm te blijven en het nodige te doen.

WAT DOE JE ALS JE KIND BETROKKEN IS BIJ PESTEN ALS TOESCHOUWER OF MEELOPER ?

- Laat je kind vertellen wat er aan de hand is.
- Wijs je kind op de gevolgen van pesterijen, het verdriet van het slachtoffer, de nadelen voor de pestende kinderen en de groep.
- Vertel je kind dat het pesten moet stoppen en dat hij/zij daarbij kan helpen.
- Wijs op het belang van samenwerking en op de noodzaak om peestsituaties bespreekbaar te maken.
- Bekijk met je kind op welke manier hij/zij verantwoordelijkheid zou kunnen opnemen.
- Overleg op welke manier de school op de hoogte kan worden gebracht van een bestaand pestprobleem (hoe en aan wie melden?)
- Bespreek met je kind mogelijke manieren om het pesten af te keuren. 'stop ermee', 'pesten is laf, daar doe ik niet aan mee', 'ik vind pesten helemaal niet leuk en daarom doe ik er niet aan mee',
- 'Nee zeggen' lukt beter wanneer je het samen doet. Zoek uit welke klas- of groepsgenootjes je kind kan aanspreken om hem of haar te steunen.

ouders en cyberpesten

Wat kan je als ouder doen om cyberpesten te voorkomen ?

- Informeer je over het gebruik en misbruik van internet en gsm bij jongeren.
- Toon interesse in de ICT-bezigheden en -vaardigheden van je kind. Weet waarmee je kind bezig is op pc en gsm en maak duidelijke afspraken over wat kan en niet kan (o.a. tijdgebruik).
- Zorg voor een open gesprek over wat binnenkomt en buitengaat via de computer en de gsm.
- Bespreek concrete voorvallen, ervaringen of nieuwtjes en verken wat kan of niet kan. Ga samen op zoek naar gepaste manieren van omgaan en communiceren via het internet ('netiquette') en gsm.
- Bekijk met je kind hoe het met Facebook en MSN kan omspringen (vrienden maken, boodschappen of contacten blokkeren, informatie delen, ...). Hou een oogje in het zeil bij ICT-gebruik. Zeker bij lagere schoolkinderen hoort de computer in een gemeenschappelijke ruimte waar toezicht mogelijk is.
- Dring er bij je kind op aan dat het geen paswoorden of andere gevoelige informatie uitwisselt met anderen

Wat als je kind slachtoffer is van cyberpesten?

- Let op gedragssignalen (plots niet meer naar school willen, niet meer computeren, of gsm'men, ...) en ga zo nodig met je kind in gesprek.
- Blijf rustig en luister naar zijn/haar verhaal.
- Neem het verhaal van je kind ernstig, maar durf ook relativeren. Internet- of gsm-communicatie komt soms harder aan dan bedoeld.
- Reageer niet zelf op pestmails of pest-smsjes.
- Vertel je kind pestmails, pestchats en pest-smsjes bij te houden of uit te printen als eventueel bewijsmateriaal.
- Bekijk samen met je kind hoe het zich beter kan beschermen. Verander desnoods het gsmnummer, e-mailadres of de online gebruikersnaam. Zoek uit hoe bepaalde contactpersonen kunnen worden geweerd of geblokkeerd.
- Komen de pesterijen uit de schoolomgeving, praat dan met de school, net zoals je dat met gewoon pesten doet.
- Doe bij ernstige gevallen aangifte bij de Federal Computer Crime Unit (via www.e-cops.be).

Wat als je kind cyberpest?

- Maak je zoon of dochter duidelijk dat je niet wil dat hij/zij anderen op die manier pest. Eis dat het (cyber)pesten stopt.
- Vraag uitleg over het waarom van zijn/haar gedrag.

- Speel in op zijn/haar inlevingsvermogen:: 'Hoe zou jij het vinden als dit met jou zou gebeuren'?
- Wijs op de gevolgen van onheus internet- of gsmgebruik: de impact op het slachtoffer, de wettelijke risico's en sancties, de negatieve weerslag op jullie relatie, de problemen met de school,
- Bespreek met je kind hoe hij/zij de aangerichte schade en het geschonden vertrouwen kan herstellen (naar het slachtoffer toe, naar jullie toe, naar de school toe).
- Bereid de stap naar echte verontschuldiging voor en kijk toe op de uitvoering.

Twee vuistregels om mee te geven aan je kinderen :

1. Alle informatie die je in het gewone leven voor jezelf houdt, geef je ook niet prijs op het internet. Denk aan je dagboek of je tandenborstel... die houd je ook voor jezelf.
2. Alles wat je niet in het ware leven recht in iemand zijn gezicht durft zeggen, tik je ook niet in op msn, netlog, facebook,

DE NO- BLAME METHODE

Op onze school vinden wij het belangrijk dat alle kinderen zich goed kunnen voelen in de klas en op school.

Eén van de middelen die daarbij kunnen helpen is de No-Blame methode.

'No Blame' is Engels voor 'niemand de schuld geven' of 'niet straffen'.

Meer uitleg over deze methode ontvangt u in de brief in bijlage.

Bijlage 1

Beste ouder,

Bij het begin van dit nieuwe schooljaar besteden we in elke klas aandacht aan het belang van je goed voelen binnen de groep. Samen met de kinderen gaan we op zoek naar wat ze nodig hebben om zich veilig en blij te voelen op school en hoe ze elkaar daarbij kunnen helpen.

Niettemin loopt het soms fout en kan er pestgedrag ontstaan. Misschien was jouw kind ooit betrokken bij een peestsituatie of kwam het thuis vertellen dat anderen worden gepest.

Vanaf dit schooljaar passen wij op school de 'No Blame-aanpak' toe. Deze methode heeft tot doel elke peestsituatie zo snel mogelijk te stoppen en op te lossen. Zoals de Engelse naam reeds doet vermoeden, wordt de pester niet beschuldigd of gestraft. Hij of zij wordt wel betrokken bij een groeps gesprek waarbij een aantal kinderen de verantwoordelijkheid en de taak krijgen ervoor te zorgen dat het gepeste kind zich weer goed en veilig kan voelen in de klas en op school. Door deze groepsbenadering wakker je de empathie (= meevoelen met een ander) van de kinderen aan en leer je hun dat ze zelf deels verantwoordelijk zijn voor de goede sfeer binnen de groep. De pester ervaart dat zijn gedrag niet wordt geapprecieerd door de groep en dat hij of zij niet langer kan rekenen op steun van de anderen.

Wij kiezen voor deze methode omdat het bestraffen van pestgedrag nooit voor oplossingen op lange termijn zorgde. Kinderen die worden gestraft nemen soms wraak, ze gaan nog onopvallender aan de slag of ze verschuiven hun pestgedrag naar situaties buiten de school. Wij gaan ervan uit dat kinderen die pesten zelf ook nood hebben aan ondersteuning of begeleiding, zodat ook zij zich opnieuw goed kunnen voelen binnen de groep en niet in een spiraal van negatieve aandacht en straffen belanden.

Deze methode werd reeds in verschillende scholen met succes toegepast. Wanneer je kind dit schooljaar slachtoffer zou worden van pestgedrag, gaan wij ervan uit dat wij samen de hoop delen dat het pesten zo snel mogelijk stopt.

Daarom is het belangrijk dat wij zo snel mogelijk op de hoogte zijn van mogelijke pestproblemen. Wij vragen dan ook om ons te contacteren of je kind aan te moedigen steun te zoeken bij een leerkracht. Dit is niet altijd even gemakkelijk omdat het misschien erg bang is. Om deze angst een beetje te verzachten wordt de methode in alle klassen toegelicht en wordt er sterk de nadruk op gelegd dat het melden van peestsituaties niet hetzelfde is als het zogenaamde klikken.

Wij hopen dat alle kinderen zich op onze school goed voelen.

Wij hopen dat we deze aanpak zo weinig mogelijk moeten toepassen.

Wij hopen op je steun en vertrouwen.

Met vriendelijke groeten,
De directie en het leerkrachtenteam