

1. Inleiding

Als school willen wij werken aan een pestbeleid waarbij alle partijen betrokken worden (ouders, leerkrachten, directie, zorgleerkracht, CLB en leerlingen).

Omdat pesten een grote impact heeft op leerlingen nu en later, wil de school zich inzetten om pesten zo goed mogelijk te voorkomen. Wegdenken kunnen we pesten jammer genoeg nooit, daarom willen we ook nadenken over hoe we een pestprobleem aanpakken.

Een duidelijk neergeschreven beleid zorgt ervoor dat de procedure voor iedereen duidelijk is. Ouders, leerkrachten, maar ook leerlingen moeten weten hoe pesten wordt aangepakt, dat we dit als school niet goedkeuren en zeker niet aan ons willen laten voorbijgaan willen we duidelijk stellen met een concreet anti-pestbeleidsplan.

2. Visie

Het opvoedingsproject van onze school stelt duidelijk dat we binnen onze school de ruimte en de sfeer willen scheppen waarin elk kind harmonisch kan openbloeien. We willen ethische waarden zoals respect, verdraagzaamheid, luisterbereidheid, ... nastreven, zowel bij de leerlingen als bij de teamleden.

Van het schoolteam wordt een correct voorleven verwacht met respect voor elkaar. We durven dit dan ook van onze kinderen verlangen. Groepsactiviteiten op school moeten de ontwikkeling van de sociale vaardigheden bevorderen: luisteren naar elkaar, verdraagzaam leren zijn, delen met anderen, gelijkgerichtheid nastreven, vlot communiceren met anderen, ruzies leren oplossen, ...

Wanneer het toch eens mis gaat, wil de school ingrijpen en zijn rol als opvoeder opnemen. We willen luisteren naar de betrokken leerlingen en in dialoog met elkaar tot oplossingen komen. Samen met de leerkracht, de directie en het zorgteam wil de school zijn verantwoordelijkheid opnemen. We willen niet meteen bestraffend optreden, maar alle partijen aan het woord laten. We willen het verhaal achter het gedrag kennen. Samen met de leerlingen moet soms een weg worden afgelegd.

Een open communicatie met ouders rond moeilijkheden en mogelijkheden kan dan vaak niet worden weggedacht.

3. Pesten en Plagen

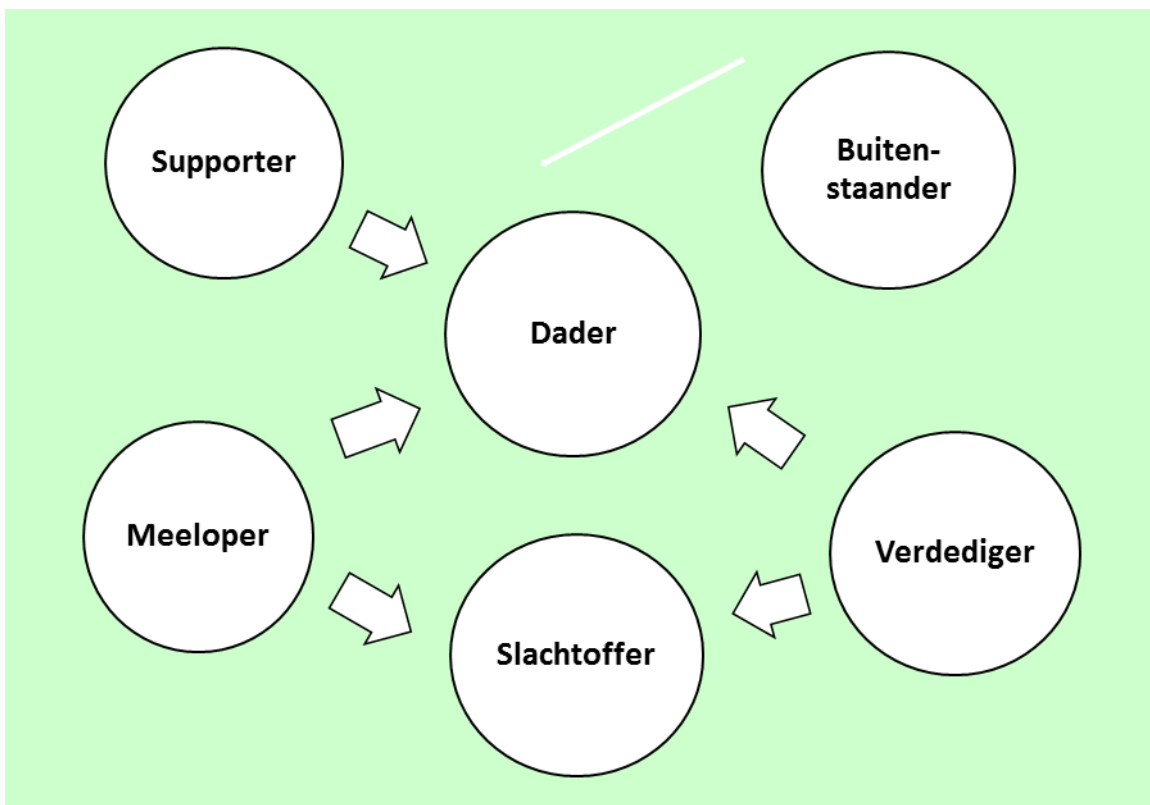
3.1. Wat is pesten?

Pesten is het herhaaldelijk en langdurig uitoefenen van geestelijk en/of lichamelijk geweld door één of meer personen met de bedoeling het slachtoffer te kwetsen, te benadelen of schade te berokkenen.

Slachtoffers hebben in deze situatie weinig tot geen verweer (machtsonevenwicht).

Pesten heeft vaak een sociale functie: het pestgedrag is betekenisvol voor de groep waarin het gebeurt: pestkoppen zijn op zoek naar populariteit en status. Hiervoor gaan ze een machtsspel aan met wie 'zwakker' staat. Vaak stopt het pesten als de groepssteun wegvalt. Pesten gebeurt op veel manieren: direct of indirect pesten, verbaal pestgedrag, cyberpesten.

3.2. De rollen in een pestsituatie



3.3. Plagen versus pesten

Plagen	Pesten
<ul style="list-style-type: none"> * onschuldig, met humor, niet gemeen * korte duur en ongepland * op gelijke voet * is te verdragen * 1 tegen 1 * niet systematisch * wisselend slachtoffer * geen pijn/korte pijn/snel vergeten * plooiën snel terug glad gestreken * de groep blijft zichzelf <p>In een nieuwe groep worden vaak plaagstoten uitgedeeld om op zoek te gaan naar wie zwakker staat.</p>	<ul style="list-style-type: none"> * berekend: doelbewust en gepland * aanhoudend en systematisch * ongelijke strijd * één tegen allen/kliekje * doel = kwetsen * gebeurt vaak door dezelfde personen * verregaande gevolgen, moeilijk herstel * groep deelt in de klappen en verandert.

- Ruzie maken en plagerijen is niet pesten. Het helpt kinderen om sociale vaardigheden te ontwikkelen en om zich weerbaar op te stellen.
- Hoe ga je om met agressie?
 - Hoe onderhandel je?
 - Wanneer ga je te ver?

Terwijl kinderen ruzie maken zoeken ze immers hun positie in de groep en in de samenleving. Ze leren zelf problemen oplossen, ze komen er sterker uit. Er moet dus een zone zijn waarin ruimte is voor plagerijen en ruzietjes. Maar, systematisch en berekend eenzelfde kind viseren, pijn

doen,... en dit in een ongelijke machtsstrijd, overstijgt de ruimte die er is voor ruzie maken en plagerijen en mondt uit in pesten.

4. Gevolgen van pesten

Bij pesten zijn de gevolgen voor beide partijen (pester – gepeste) niet te onderschatten. Uiteindelijk gaat ook een hele groep lijden onder pesterijen, omdat pesten de groepsgeest bederft.

4.1. Gevolgen voor het slachtoffer

* aanpassingsproblemen

- o zwakke cijfers
- o leerproblemen – concentratiestoornissen
- o spijbelen

* zware stress, enorm gevoelig

- o depressie – agressie
- o angst – sociale angst
- o lichamelijke klachten: buikpijn, diarree, braakneigingen, ...
- o suïcidaal gedrag
- o psychosomatische klachten
- o gevoel van eenzaamheid
- o gevoel van wantrouwen

* negatief zelfbeeld, onzeker, weinig zelfvertrouwen

* Risico op sociaal isolement!

4.2. Gevolgen voor pestende kinderen/jongeren

- * sociaal-emotionele problemen
 - o zelfbeeld – zelfvertrouwen?
 - o erbij willen horen vanuit 'dominantie' en 'macht'
 - o depressie – agressie

- * norm overschrijdend en delinquent gedrag, op latere leeftijd in botsing komen met de maatschappij

- * suïcidaal gedrag

- * groot risico op afwijzing en isolement

- * uitsluiting: geen vrienden meer overhouden

5. Signalen

Soms vertonen kinderen signalen wanneer er sprake is van pestgedrag. De school, maar ook ouders moeten zo goed mogelijk proberen oog te hebben voor deze signalen. Er zijn directe en indirecte signalen.

5.1. Directe signalen

- * SMS-jes, screenprints, websites, pestboodschappen en bedreigingen uiten;
- * uitgesloten worden;
- * als laatste gekozen worden (en/of met veel gemor gekozen worden);
- * vaak alleen staan;
- * geen vriendjes die langskomen of eens willen afspreken;
- * steeds proberen overheersen.

5.2. Indirecte signalen

- * onverklaarbare blauwe plekken – kapotte kleren;
- * spullen die verdwijnen;
- * agressiever, meer teruggetrokken gedrag/depressieve signalen;
- * psychosomatische klachten;
- * laattijdig naar school – omweg maken met de fiets;
- * ontspannen op vrijdagavond – gespannen op zondagavond;
- * dalende cijfers;
- * minder gemotiveerd,
- * ...

6. Aandachtspunten voor de ouders, de school en de leerkrachten

De leerkrachten op school proberen hun leerlingen zo goed mogelijk op te volgen, zodat eventuele signalen kunnen erkend worden. Het is belangrijk dat ook ouders hun kind niet uit het oog verliezen. Samen met de ouders wil de school werken aan:

- * Veiligheid
- * Vertrouwen
- * Verbondenheid

Van de ouders en onze leerkrachten verwachten we dat ze elkaars rol en deskundigheid respecteren. Samenwerken en echt in gesprek gaan loont. Een waarderende houding en positieve betrokkenheid zorgt voor een positief schoolklimaat.

Wanneer voor kinderen de regels duidelijk zijn en hier consequent aan vastgehouden wordt, is het duidelijk wanneer er een regel overtreden wordt of wanneer er zich gedrag stelt dat niet door de beugel kan. Consequent optreden is dan ook belangrijk. Bij dit consequent optreden durven we ook de steun vragen van onze ouders.

Door in gesprek te gaan willen we het probleemoplossend vermogen van leerlingen stimuleren en hen zelf tot het besef laten komen wat kan en niet kan. Samen kan dan naar oplossingen gezocht worden.

7. Wat kan je als ouder doen?

7.1. Als jouw kind wordt gepest

- * Kies indien mogelijk een gepast gespreksmoment: tijd, plaats, rust.
- * Luister naar je kind.
- * Neem het verhaal ernstig.
- * Leg de schuld niet bij je kind. Toon begrip (voor het lange stilzwijgen, de emoties, de behoeften die het kind uitdrukt).
- * Maak duidelijk dat je achter je kind staat en dat je mee wil zoeken naar een oplossing.
- * Prijs je kind omdat het heeft willen praten.
- * Wijs je kind op de noodzaak om met de school te praten en zoek samen naar de meest geschikte contactpersoon.
- * Bekijk samen wat je de school wil meedelen en wat je van de school verwacht/niet verwacht.
- * Ga na bij wie het kind aansluiting kan zoeken (wie deed nooit mee met het pesten?)
- * Stimuleer andere contacten met leeftijdsgenoten (binnen en buiten de school).
- * Zoek een 'back-up' voor jezelf.
- * Richt je bij ernstige problemen tot de hulpverlening. Eventueel kan de school en het CLB hierbij helpen.

7.2. Als je kind heeft gepest

- * Kies een geschikt moment om met je kind in gesprek te gaan.
- * Zeg duidelijk waarom je een gesprek wilt.
- * Luister naar je kind! Pols naar het wat, hoe en waarom van het (mee-) pesten.
- * Keur het voorbijge pestgedrag af en maak duidelijk dat je wilt dat je kind ermee stopt.
- * Wijs op het verschil tussen pesten en plagen.
- * Verduidelijk wat pesten teweeg brengt.
- * Vraag je kind om de schade te herstellen:
 - o veilig stellen van het slachtoffer;
 - o eventuele schade herstellen;
 - o vertrouwen herwinnen van het slachtoffer, groep, school, ...
- * Bekijk met de school hoe je de schoolaanpak van thuis uit kan steunen.
- * Blijf in gesprek met je kind/met de school.
- * Zoek zo nodig steun en hulp voor jezelf/je kind.

8. Aanpak op school

8.1. Pestpreventie op school

Op school proberen we heel wat te doen om pesten te voorkomen en om een veilig en positief schoolklimaat te bekomen:

8.1.1. Werken aan een positieve klassfeer

Elke klas en elke leerkracht werkt aan een positieve klassfeer. Een gemotiveerd team wil ervoor zorgen dat elke leerling graag naar school komt en zich goed voelt bij ons op school. Er worden verschillende leuke activiteiten georganiseerd binnen en buiten de klas. De lessen worden ingekleed in een thema en er is ruimte voor verschillende werkvormen, kringgesprekken, vertelrondes, kindcontacten, ...

Doorheen het schooljaar worden fijne feesten georganiseerd op klasniveau (kerstfeest, sintfeest, ...) en op schoolniveau (eetdag, schoolfeest, ...).

Verder zijn er de tweejaarlijkse openluchtklassen die het werken aan een positieve klassfeer moeten bevorderen (bos- en openluchtklassen).

Doordat we een relatief kleine school zijn, kennen veel leerlingen elkaar. Dit komt de sfeer op school en op de speelplaats ten goede.

8.1.2. Pestpreventie op de speelplaats/op school

Als school willen we inzetten op pestpreventie. Door een aantal activiteiten aan te bieden tijdens de middagpauzes hopen we dat leerlingen zich niet gaan vervelen en dat ze geen tijd hebben om te pesten.

We willen hen tips aanreiken om te spelen tijdens de speeltijden. Er zijn spelkaartjes met uitleg van spelletjes die men kan spelen.

Er staat een ballenvanger op de speelplaats.

Regelmatig stellen wij de overdekte speelruimte open.

We hebben een 'speeltuintje' en een grasveldje. We zorgen er ook voor dat de speelplaats geveerd wordt met leuke hinkelparcours en dergelijke.

We hebben speelkoffers met materialen die uitnodigen tot samenspel.

Tijdens de sintperiode en de kerstperiode kan er ook door de klastitularis spel materiaal aangekocht worden voor tijdens speeltijden.

In de bovenbouw worden er lessen gegeven rond ICT en cyberpesten.

8.2. No Blame-methode

Ondanks preventieve maatregelen kan je pesten nooit wegdenken. Wanneer er een vermoeden van pesten is, worden volgende stappen ondernomen:

- Luisteren naar het slachtoffer en zijn/haar verhaal ernstig nemen.
- Met hem/haar afspreken welke stappen ondernomen zullen worden
- Intensief observeren en de daders proberen te betrappen.
- Overleggen met collega's: 'hebben ze iets opgemerkt?'
- Spreken met andere leerlingen, andere leerlingen bevragen.
- Eventueel de ouders van de verschillende partijen contacteren.
- De pester apart nemen voor een gesprek en vertellen wat gezien en gehoord werd.
- Luisteren naar het verhaal van de pester.
- Duidelijk maken dat dit gedrag niet getolereerd wordt.

De pester zal het moeten goedmaken. Dit wordt ook opgevolgd.

Eventueel een groeps gesprek met de pester/gepeste/ de andere kinderen van de klas...

Een stevige babbel met de pester kan soms al voldoende zijn om de zaak te keren. Toch kan het zijn dat in bepaalde situaties een andere aanpak moet worden toegepast. *Op onze school wordt dan ook soms de No-Blame methode gebruikt. No Blame ziet pesten als een groepsprobleem. Er wordt niet vertrokken vanuit de feiten maar vanuit de gevoelens van het slachtoffer. Alleen als het slachtoffer akkoord gaat met een straffeloze aanpak, is het zinvol.*

Het proces verloopt in **7 stappen**:

1. De leerkracht/zorgcoördinator/directie praat met het slachtoffer over zijn gevoelens en vraagt namen van wie pest, bij wie het zich goed voelt.... Feiten zijn hier niet belangrijk. Het slachtoffer knutselt, tekent, schrijft vervolgens iets over zijn gevoelens.
2. De leerkracht/zorgcoördinator/directie brengt een zestal pesters, meelopers, stille getuigen en 'behelpzame leerlingen' bij elkaar. Hij/zij vertegenwoordigt zelf het slachtoffer.
3. In een gesprek met deze groep legt de leerkracht/zorgcoördinator/directie uit wie zich slecht voelt in de klas en waarom dit zo is. Zijn of haar ellendige gevoel wordt concreet met het werkstukje uit stap 1. Details, feiten, beschuldigingen komen niet aan bod.
4. De leerkracht/zorgcoördinator/directie benadrukt dat er geen straffen volgen. De groep is enkel bijeen om het probleem op te lossen. Zij zijn samen verantwoordelijk voor een beter gevoel bij het slachtoffer.
5. De groep formuleert voorstellen: iedereen doet dat in de ik-vorm. "Ik zal niets doen, ik zal hem/haar met rust laten" is ook een waardevol voorstel. Geen enkel idee komt van de leerkracht.
6. De groep voert in de volgende week de voorstellen uit.
7. Na een week spreekt de leerkracht/zorgcoördinator/directie opnieuw met elk kind, nu apart. Het slachtoffer komt eerst en vertelt hoe die week verlopen is. Als het pesten niet gestopt is, wordt een nieuwe groepsbijeenkomst gepland. Eventueel met een andere samenstelling.

Natuurlijk wordt er op school flexibel omgesprongen met de No Blame methode. Deze methode is een leidraad in het aanpakken van pestproblemen. De zorgcoördinator en de leerkracht bekijken zelf hoe ze de stappen doorlopen, hoeveel leerlingen er deelnemen aan het gesprek, of er al dan niet een groepsgesprek moet zijn met alle partijen... Elke peestsituatie is anders en wordt dan ook anders benaderd.

8.3 Projectwerking

Soms kan het nuttig zijn om in een bepaalde klas of met de hele school een project uit te werken rond pesten. Via rollenspelen, groepsgesprekken, activiteiten, ... worden kinderen geconfronteerd met de gevoelens van het slachtoffer en de pester en met de gevolgen voor beide partijen.

8.4. En verder?

Merken we echter dat het pesten aanhoudt, dan staan we erop dat er contact is met de ouders van de pester en/of de gepeste leerling. Op die manier kunnen we via een constructieve communicatie nagaan wat we samen kunnen doen om het pesten te stoppen.

Indien nodig worden er strenge maatregelen opgelegd in samenspraak met de directie.

8.5. Pestmeldpunten

Pesten dient eerst en vooral gemeld te worden. Omdat dit voor leerlingen al een grote stap is, willen we ervoor zorgen dat ze dit op een veilige, eventueel anonieme, manier kunnen doen. Ze kunnen hiervoor de anti-pestbox gebruiken en zij kunnen ook terecht bij een leerkracht die ze vertrouwen en/of de directie. Elke melding (mondeling/ schriftelijk) zal door het zorgteam (klasleerkracht, directie, zorgleerkracht en CLB-vertegenwoordigster) besproken worden.

Het gaat hier immers niet om klikken.

Wanneer je klikt, wil je dat de pester een straf krijgt

Wanneer je het pesten meldt, wil je dat het pesten stopt.

Wij hechten veel belang aan het melden van pesten en hopen dat ouders niet zelf onderling de problemen willen gaan oplossen en pesters gaan benaderen. Wanneer het pesten op school gebeurt, willen wij als school op de hoogte gebracht worden en willen we het probleem aanpakken. Als school kennen wij beide partijen en kunnen we onpartijdig het verhaal van alle partijen beluisteren.

8.6. Cyberpesten

Nieuwe media hebben zeker hun waarde, maar kunnen ook negatief gebruikt worden. We durven van de ouders te vragen om zelf controle te houden over het gsm- en internetgebruik van hun zoon of dochter. Beledigingen via internet of gsm, roddels verspreiden, ... zijn niet toegelaten. De ouder is wettelijk mede verantwoordelijk voor de gevolgen van zulk pestgedrag door de zoon of dochter.

GSM-gebruik op school is verboden. Indien er een leerling betraapt wordt wordt bij het in gebruik nemen van zijn gsm op school, wordt deze afgenomen en aan de directie bezorgd. De ouders moeten zelf de gsm afhalen bij de directie. Op school proberen we verder ook sociale netwerksites te blokkeren (o.a. Facebook).

Wanneer ouders/kinderen toch naar school komen en melding geven van cyberpesten (wat dan eerder vaak thuis gebeurt, maar wel met kinderen van de school) vragen wij steeds om bewijsmateriaal mee te nemen (het sms-je bewaren, screenprint van het computerscherm, ...). Wij willen dit als school dan ook niet negeren en hiermee aan de slag gaan.

9. De rol van de leerkracht, de zorgcoördinator en de directie

Pestproblemen willen we als school aanpakken in samenspraak met de leerkracht, de zorgcoördinator en de directie. De leerkracht is de eerstelijnsverantwoordelijke van zijn of haar klas. In de mate van het mogelijke probeert de leerkracht met de leerlingen te praten, tot oplossingen te komen. De leerkracht maakt melding bij de directie en zorgcoördinator. Echter is er soms nood aan een minder betrokken persoon. Vaak wordt de hulp ingeroepen van de zorgcoördinator om de situatie van op een afstand te bekijken, de leerkracht te ondersteunen en de contacten te leggen met de betrokken partijen (ouders, externe instanties, CLB, ...).

10. Ouderbetrokkenheid

Ouders willen we betrekken bij een pestprobleem. Ook hier moet het onderscheid gemaakt worden tussen ruzies en een effectief langdurend pestprobleem. Het is onmogelijk om bij elke ruzie ouders op de hoogte te brengen. Als school willen we dit intern oplossen. Wanneer er sprake is van pesten, zal de school in eerste instantie ook het probleem proberen op te lossen. Indien de school zorgwekkende signalen opmerkt, worden de ouders meteen op de hoogte gebracht.

Diegene die melding heeft gemaakt van de problemen zal wel op de hoogte gehouden worden. Indien de problemen aanhouden worden de ouders van de pester/gepeste op de hoogte gebracht om samen met de school te kijken wat er kan gedaan worden opdat het pesten zou stoppen. Er kan geen eenduidige grens getrokken worden vanaf welk punt ouders worden betrokken in het verhaal. Elke situatie is anders en wordt anders bekeken en aangepakt. We vragen van ouders wel vertrouwen, erkenning en respect voor de aanpak van de school.

11.Contact

Bij pestproblemen of andere problemen kan je steeds contact opnemen met de school of met het CLB. Wij werken nauw samen met het VCLB Diest.

11.1. School

* *Directie:*

- *Mevrouw Els Mitchaux*

e-mail: els.mitchaux@ksdiest.be

tel: 013 77 36 58

* *Zorgcoördinator*

- *Mevr. Isabelle Coene*

e-mail: isabelle.coene@ksdiest.be

tel: 013 77 36 58

11.2. CLB

Op school hebben wij 2 CLB-ankers:

Lore Vos en Liesbeth Verheyden

de schoolarts : An Nolmans

de sociaal verpleegkundige : Lien Cools

u kan hen contacteren : Mariëndaalstraat 35 - 3290 Diest
013 31 27 29