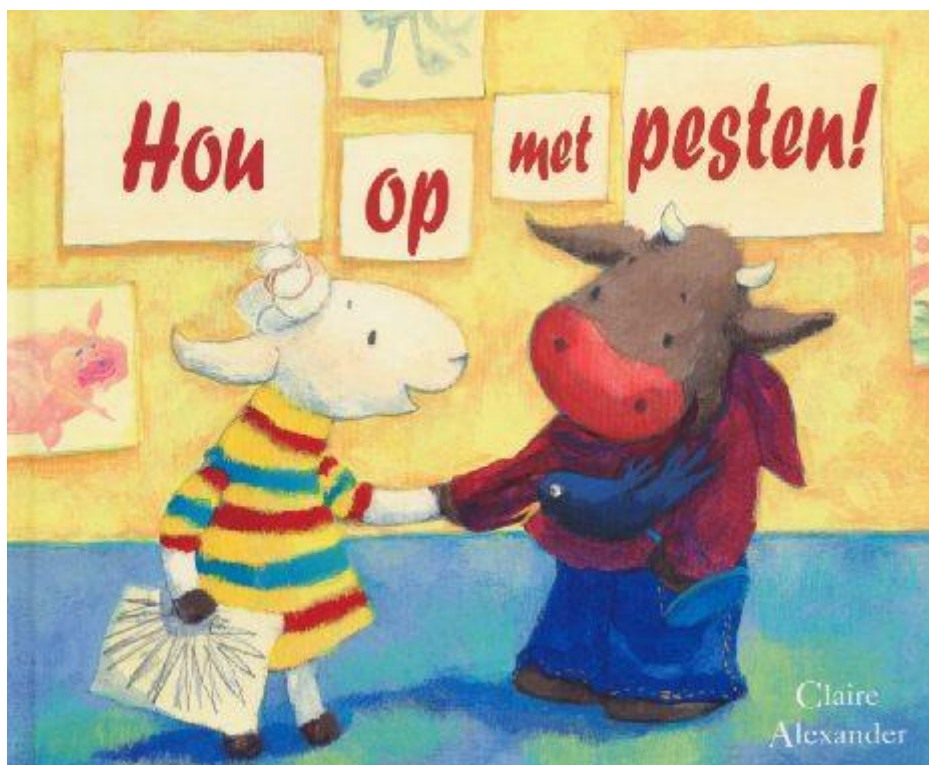


# Pestactieplan Sint-Jozefsschool



## Wat is plagen en wat is pesten?

### Wat is pesten?

Je hebt plagen, ruzie maken en pesten. Het verschil daartussen is groot.

#### PLAGEN

is onschuldig en ongepland.  
is maar tijdelijk.  
gebeurt tussen gelijken.  
is te verdragen.  
is vaak één tegen één.  
Doet iedereen wel eens.  
Een wisselend slachtoffer.  
Is vlug vergeten.

#### PESTEN

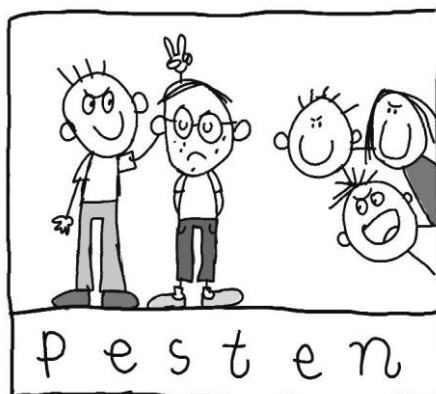
Is doelbewust en gepland.  
Is systematisch en langdurig.  
Met een duidelijk machtsverschil  
Gebeurt met het doel om te kwetsen.  
Is vaak een groep tegen één.  
Gebeurt vaak door dezelfde.  
Vaak hetzelfde slachtoffer  
Een moeilijk herstel.

Pesten is dus berekend iemand pijn willen doen, iets vernielen of iemand laten merken dat hij waardeloos is. En dat gebeurt telkens opnieuw! De pestkoppen zijn meestal dezelfde, de slachtoffers ook...

Ruzie maken mag...hoe raar dit ook klinkt. Het helpt kinderen om sociale vaardigheden te ontwikkelen. Hoe ga je om met agressie, hoe onderhandel je, wanneer ga je te ver? Terwijl ze ruzie maken, zoeken ze immers hun positie in de samenleving en geven ze zin aan hun leven. Kinderen worden alleen maar sterker als ze het zelf kunnen oplossen. Er moet dus een zone blijven waarbinnen ze kunnen plagen en ruzie maken.

## Waar en wanneer wordt overal gepest?

Pesten komt vooral voor op momenten dat de klasgroep ontsnapt aan het toezicht van volwassenen: tijdens de speeltijd, in de gangen, op uitstappen, op weg naar school en naar huis...



## Hoe gebeurt pesten?

### **\*verbaal**

Spotten, uitschelden, afdreigen, roddelen, leugens verspreiden, vernederen... Woorden laten immers geen bewijzen na en zijn makkelijk te gebruiken.

### **\*fysiek**

Slaan, schoppen, vechten, duwen, krabben...

### **\*materieel**

Bezittingen stelen of vernielen, iets doen verdwijnen, met iets gooien...

### **\*uitsluiten en negeren**

Niet laten meespelen, niet antwoorden, doen alsof iemand lucht is...

### **\*steaming**

Een groep kinderen die een individu afdreigen, vernederen of intimideren totdat hij geld of een voorwerp afgeeft.

### **\*cyberpesten**

Pesten via nieuwe media zoals internet, sms en e-mails. De anonimiteit van het cyberpesten laat zich verleiden tot grove beledigingen en vaak zware dreigementen. Het opereert tot ver buiten de schoolpoorten tot in de veilige huiskamer toe.



## Gedragcode

Ik houd me aan de afspraken i.v.m. een goede omgeving.

Ik houd me aan de volgende leefregels:

- Ik praat beleefd.
- Ik durf zeggen hoe ik mij voel.
- Ik vraag om mee te spelen.
- Ik kom voor mijn mening uit.
- Ik respecteer de mening van anderen.
- Ik aanvaard een meerderheidsbeslissing.
- Ik moedig aan, help zoveel ik kan.
- Ik aanvaard opmerkingen.
- Ik vermijd uitsluiting tijdens een spel op zoek naar een oplossing zodat iedereen tevreden is.
- Ik speel eerlijk en houd me aan de afspraken.
- Ik overleg bij een conflict en zoek actief naar een oplossing.
- Ik speel voorzichtig op de speelplaats.
- Ik heb respect voor het bezit van anderen en van de school.
- Ik scheld niemand uit.
- Ik lach niet met de fouten van de anderen.
- Ik pest niet en zet niemand aan tot pesten.
- Ik praat eerlijk over meegemaakte of geziene pestgedrag met mijn leerkracht en ouders en houd geen informatie achter.



## Beeld van de betrokkenen

### \*Mogelijke kenmerken van het slachtoffer of de gepeste

Hij of zij:

- is meestal fysiek zwakker
- is introverter
- is minder zelfverzekerd
- is geneigd zich gediensstig te gedragen
- is verbaal wat zwakker
- heeft een uiterlijk kenmerk dat aanleiding tot pestgedrag kan geven
- vertoont soms ook provocerend gedrag
- zoekt soms de veiligheid van de leerkracht op

### \*Mogelijke kenmerken van de pester

Hij of zij:

- wil stoer doen en imponeren
- is fysiek vaak sterker dan het slachtoffer
- wil overheersen en zichzelf bewijzen
- is impulsief en reageert agressief
- heeft een groot idee van zichzelf
- omringt zich met meelopers die zorgen voor zijn aanzien
- is eerder gevreesd dan geliefd in de groep

### \*Mogelijke kenmerken van meelopers

Hij of zij:

- pest mee om bij de groep te horen en zo ontstaat een pestklik
- doet mee uit angst zelf slachtoffer te worden
- steunt soms in persoonlijke contacten het slachtoffer, maar zwijgt in grote groep

### \*Mogelijke kenmerken van toeschouwers

Hij of zij:

- reageert onverschillig of reageert niet
- steunt de pester(s) niet, maar helpt ook het slachtoffer niet



## Identificatie van slachtoffers en pesters

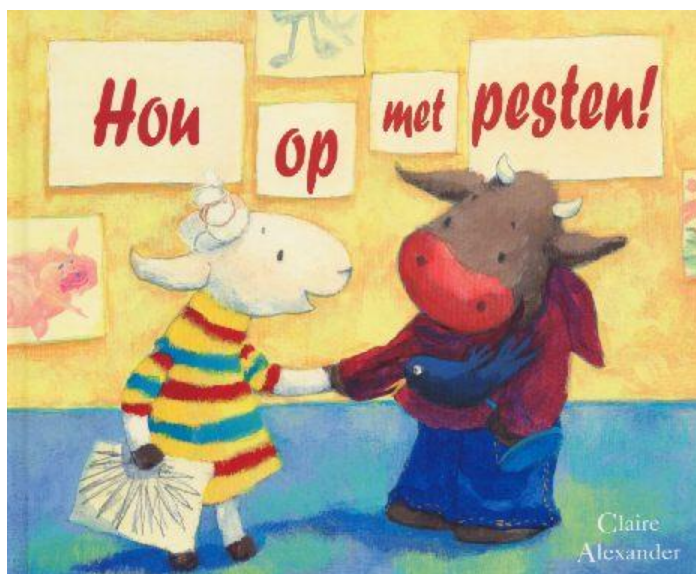
Om een pestprobleem snel te herkennen en in te kunnen schatten, diende de leerkrachten alert te zijn voor een aantal signalen.

### \*Mogelijke signalen van slachtoffers

- Ze lijken niet echt vrienden te hebben
- Ze worden vaak als laatste gekozen
- Ze geven een onzekere indruk
- Ze zien er ongelukkige uit
- Ze worden vaak uitgelachen
- Hun bezittingen worden beschadigd
- Ze komen niet graag naar school

### \*Mogelijke signalen van pestkoppen

- Ze proberen te overheersen in allerlei situaties
- Ze zijn vaak tegendraads
- Ze aanvaarden geen tegenwerking
- Ze doen heimelijk
- Ze spotten, lachen iemand uit
- Ze intimideren
- Ze maken dingen stuk
- Ze roddelen
- Ze sluiten iemand uit



## Mogelijke gevolgen van het pesten

Dit is een zeer belangrijk onderdeel van het pestactieplan. Als we goed beseffen wat pesten allemaal teweeg kan brengen, dan gaan we er ook zeker onze ogen niet voor sluiten. Integendeel, we zullen er alles aan doen om dit een halt toe te roepen.

- **het slachtoffer kan:**

- vaak een negatief beeld krijgen van zichzelf en zich onzeker gedragen
- overdreven voorzichtig worden in zijn doen en laten
- zich eenzaam voelen en in de steek gelaten
- een plotselinge of geleidelijke verslechtering tonen in de schoolresultaten
- zich terugtrekken en geïsoleerd geraken
- concentratiestoornissen ontwikkelen
- niet meer durven opkomen voor zichzelf
- iedereen gaan wantrouwen
- geen initiatief durven nemen
- spanningen op lichamelijk vlak gaan uiten: buikpijn, braakneigingen, diarree...
- in het ergste geval depressief worden en later zelfmoordneigingen vertonen

- **de pester kan:**

- op lange termijn geen echte vrienden meer overhouden
- eens pester altijd pester
- op latere leeftijd in botsing komen met de maatschappij (crimineel gedrag, ontslag)
- moeite blijven ondervinden voor een goede omgang met anderen

**De gevolgen voor beide partijen zijn dus niet te onderschatten. Uiteindelijk gaat iedereen zelfs leiden onder de pesterijen, omdat ze de groepsgeest bederven.**



## Onze aanpak op school

1. Elke leerkracht heeft met de kinderen in het begin van het schooljaar een kringgesprek over pestgedrag. Ze bespreken samen wat pesten is. De juf laat duidelijk voelen dat zo'n gedrag op onze school niet thuishoort en dat hij of zij het niet zal nalaten de nodige maatregelen te nemen.
2. In dit gesprek maken we de kinderen duidelijk dat ze met hun problemen altijd bij de leerkracht terecht kunnen. **Hulp vragen aan een leerkracht is niet hetzelfde als klikken.**
3. Twee keer per jaar zal er bij de kinderen een screening omtrent welbevinden en betrokkenheid worden afgenomen. Deze lijst mogen kinderen dan persoonlijk invullen. Leerkrachten kunnen dan op deze manier hulpvragen omtrent pesten achterhalen. Screening lagere school: zie bijlage
4. Alle kinderen zijn verantwoordelijk voor de sfeer van de groep. Dus iedereen draagt mee de verantwoordelijkheid om een pestprobleem aan te kaarten. Kinderen die dit liever anoniem doen kunnen dit door een briefje aan de juf te geven.
5. Bij melding van pestgedrag proberen we eerst om dader en slachtoffer de kans te geven het zelf bij te praten: kringgesprek, plaatsje om rustig te worden (gesprek tussen twee leerlingen). Als er een oplossing is, dan vraagt de leerkracht om sorry te zeggen. Waarschijnlijk gaat het in zulke gevallen niet om echt pestgedrag, eerder om een banale ruzie. Indien nodig zal de leerkracht dit gesprek sturen.
6. Indien nodig overgaan tot een gesprek. Te volgen stappenplan:

### Stap 1: Wij vertellen wat er gebeurde

- Ik roep niet. Ik blijf rustig.
- Ik lieg niet om toch maar gelijk te krijgen.
- Ik luister naar wat de andere vertelt.
- Ik tel bij mezelf tot drie als ik voel dat ik boos word.
- Ik vertel eerlijk wat er gebeurd is.

### Stap 2: Hoe gaan we het voortaan beter doen

- Ik denk na hoe we nieuwe problemen kunnen voorkomen.
- Ik vertel hoe ik het voortaan ga doen.
- Ik sluit vriendschap.

### Stap 3: We vertellen het aan de juf

- We gaan samen naar de juf en vertellen:
  - of het gesprek gelukt is
  - hoe we het probleem opgelost hebben



1. Op het moment dat beide partijen er niet uitkomen, gaat de leerkracht een verhelderingsgesprek aan en probeert nieuwe afspraken te maken. De kinderen krijgen dus een kans om zonder straf terug een positieve relatie op te bouwen. Voor kinderen vanaf het 1<sup>ste</sup> en het 2<sup>de</sup> leerjaar kan ook de Grote Groene Victormap gebruikt worden. Bram en de OK-brigade kan toegepast worden bij het 3<sup>de</sup> en 4<sup>de</sup> leerjaar. Vanaf het 5<sup>de</sup> leerjaar kan de no blame-methode uitgeprobeerd worden. Deze methodes worden verder toegelicht: zie bijlage
2. Bij herhaaldelijke ruzie/pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en treden de fases van bestraffing in werking. Hij oordeelt in eer en geweten of één van beide partijen een sanctie krijgen.

#### Straffenoverzicht bij pesterijen: verschillende fases

- De pester wordt apart gezet, uit het groepje,
  - De pester wordt buitengesloten in vrije situaties, hij/zij krijgt dan een taak omtrent het onderwerp 'pesten' + zie Tips voor kinderen die pesten. Bv.: tekst of brief lezen en deze achteraf bespreken, excuusbrief- of tekening maken, leuke dingen schrijven over de gepeste, een opstel maken, ...
  - De pester wordt onmiddellijk geïsoleerd na pesterijen en krijgt een taak omtrent het onderwerp 'pesten'
  - Er wordt een herstelcontract opgesteld. De gepeste moet hier mee akkoord gaan.
3. Bij pestgedrag wordt altijd de directie op de hoogte gebracht die op haar beurt via een nota alle leerkrachten op de hoogte brengt. Directie en leerkracht oordelen wanneer de ouders van de betrokkenen uitgenodigd worden voor een gesprek. Dit gebeurt via een nota in de schoolagenda en/of telefonisch.
  4. Na de straf voor pestgedrag gaan we nog eens een kort gesprek aan met de pester en gaan we na of hij zich bewust is van zijn daden. Hij wordt verplicht zijn excuses aan te bieden aan de gepeste leerling. Dit kan ook via een excuusbrief die hij aan de leerkracht en de gepeste gaat lezen. We maken de pester ook duidelijk dat een verandering in zijn gedrag ook opgemerkt zal worden en eventueel beloond met een schouderklopje of een aanmoedigend woorden, tenmiste als hij zich aan de regels houdt. Indien we vinden dat de gepeste ook sociaal weerbaarder moet worden, dient ook met hem of haar een gesprek aangegaan te worden: zie Tips voor kinderen die gepest worden  
In moeilijk oplosbare situaties kan zowel voor pester als gepeste externe hulp ingeroepen worden (CLB) voor een sociale vaardigheidstraining.
  5. In onze school wordt 1 leerkracht aangeduid als vertrouwenspersoon. Deze vertrouwenspersoon is onze zorgcoördinator. Ze kan bemiddelen als leerkrachten een tweede opinie willen, wanneer leerlingen wensen te praten met een andere leerkracht, en ze volgt de peestsituatie op. Voor ouders is deze vertrouwenspersoon ook een aanspreekpunt in de school bij pestgedrag.
  6. In extreme gevallen kan een kind geschorst of verwijderd worden: zie schoolreglement

## Adviezen aan de ouders van onze school (schoolreglement)

1. School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Toch moet iedere partij waken over haar eigen grenzen. Het kan nooit de bedoeling zijn dat ouders op school (en ook niet aan de poort of op weg naar school of thuis) eigenhandig het probleem willen oplossen. Er moet overleg zijn met de leerkracht – directie – zorgcoördinator.
2. Voor een pestgedrag op school blijft de inbreng van de ouders bij voorkeur beperkt tot het aanreiken van informatie en tot het ondersteunen van de aanpak van de school. **Neem EERST contact** op met de school alvorens in contact te treden met de ouders van de andere partij. De emotionele betrokkenheid bij uw eigen kind kan soms te groot zijn om een juist inzicht te krijgen.
3. Ouders maken thuis tijd om met hun kinderen over het probleem te praten en laten het kind duidelijk aanvoelen dat ze achter de aanpak van de school staan. Geloof samen met uw kind dat er gewerkt wordt aan het probleem.
4. Indien u erachter komt dat uw kind zijn probleem niet durft melden op de school, vragen wij u om uw kind in eerste instantie toch te stimuleren om naar de leerkracht toe te stappen. Pas als dit niet lukt, neemt u zelf contact op met de school.
5. Als pesten en **niet** op school gebeurt, maar op straat of in een hobbyclub probeert u contact op te nemen met de ouders van de andere partij om het probleem bespreekbaar te maken. Een school mag immers niet voor conflicten buiten haar eigen muren verantwoordelijk gesteld worden. Toch kan het geen kwaad om ook hier van de school op de hoogte te brengen. Vaak breiden broeihaarden zich uit naar andere locaties.
6. Ouders geven zelf het goede voorbeeld hoe een conflict kan opgelost worden.
7. Moedig uw kind aan om voor zichzelf op te komen maar ook voor anderen. Het melden van pestgedrag is niet gelijk aan klikken. Stimuleer je kind niet om het recht in eigen handen te nemen en zeker niet op een gewelddadige manier.
8. Geloof niet steeds alles wat uw kind zegt, maar tracht door gerichte vraagstelling en het aanhoren van alle partijen een mening te vormen vooraleer u uw oordeel uitspreekt over uw zoon of dochter of andere leerlingen.
9. Indien uw kind op school reeds bestraft werd voor zijn daden, is het niet nodig om thuis nog een extra straf op te leggen. Wijs wel in een gesprek op de gevolgen van zijn pestgedrag en laat duidelijk uw afkeuring blijken. Reageer ook positief op elke gedragsverbetering, hoe bescheiden ook.

## Tips voor kinderen die gepest worden (schoolreglement)

Als je wordt gepest, denk je misschien dat het nooit zal ophouden. Je hebt geen schuld aan pesten, hoewel je dat misschien wel denkt. Maar je hebt misschien wel iets in je gedrag dat pesters aantrekt. Dit gedrag kan je veranderen. Niemand heeft het recht om aan je te komen. Niemand heeft het recht om je te pesten. Het is ook niet gemakkelijk om pesten te stoppen, maar het kan wel. Maar jij kunt dat niet in je eentje. Anderen moeten je daarbij helpen. Vertellen dat jij of anderen gekwetst, getrapt, geslagen of vernederd wordt/worden, is nooit klikken. Je hebt volwassenen nodig om het pesten te stoppen. De juf zal altijd jouw kant kiezen. Hier vind je een aantal tips op een rijtje. Er zit vast een goed idee bij dat je kunt gebruiken:

- Praat er met iemand over: ouders, juf, juf van vorig jaar, iemand die je aardig vindt, vriend(in)
- Vertel alles tegen je knuffel, je poes, hond, cavia
- Bel de kindertelefoon 'AWEL': 102
- Schrijf alles in een dagboek
- Steek een briefje in de brievenbus van de klas
- Vraag aan zorgjuf raad
- Maak de kinderen die pesten of meedoen heel duidelijk dat het erg is, dat je het niet grappig vindt.
- Soms gewoon negeren en ander gezelschap zoeken
- Probeer tijdens het kringgesprek je gevoelens te verwoorden
- Doe dingen die je aangenaam vindt: word lid van een jeugd-, toneel-, sportvereniging, teken-, muziekschool of volg een cursus zelfverdediging
- Probeer met de andere klasgenoten een goede band te krijgen
- Vraag een kringgesprek aan



## Tips voor kinderen die pesten

Soms weten kinderen die pesten echt niet waarmee ze bezig zijn. Het begon misschien met een grap waar heel de klas mee lachen moest en daarna ging het nog een stapje verder. Je deed maar door. Misschien wil je ermee stoppen. Maar je weet niet goed hoe je dat juist doet. Heb je al gemerkt dat de kinderen waarmee je “grapjes uithaalt” het echt niet prettig vinden? Heb je al eens geluisterd naar wat ze zeiden? Hoewel je het misschien denkt, heb je er geen schuld aan, maar je bent wel volledig verantwoordelijk voor alles wat je doet. Ook de gepeste heeft er geen schuld aan, al denk jij misschien dat ze het uitlokken. Je hebt niet het recht om iemand anders te pesten. Je moet er dus mee stoppen.

### Denk even na: waarom pest ik?

- Wil je groter, sterker, baziger dan de rest?
- Heb je angst omdat jij zelf gepest zou kunnen worden als je niet pest?
- Heeft men jou gepest en wil je dit nu terug doen?
- Vraagt men aan jou om met iemand wat uit te steken?
- Ben je ergens boos om, maar durf je dat niet te zeggen?
- Wat zou jou kwaad kunnen maken? Kun je daar niets aan verhelpen? Wat zou je kunnen doen?
- Ga naar een sportclub om je energie kwijt te kunnen?
- Doe dingen die je graag doet
- Praat er met iemand over: ouders, juf, juf van vorig jaar, iemand die je aardig vindt, vriend(in)
- Lees een boek over pesten
- Bel de kinder- en jeugdtelefoon AWEL op het nummer 102
- Weet dat elke conflictsituatie aanleiding is tot een gesprek
- Elke peestsituatie moet hersteld worden
- Materiële schade moet financieel vergoed worden

Pestkoppen die zich niet kunnen houden aan de afspraken hebben hulp nodig om met zichzelf om te gaan.



## Tips voor iedereen die wel eens meedoet (schoolreglement)

Jullie zijn nog steeds de grootste groep. Voor jullie is het heel wat gemakkelijker om er iets aan te doen dan voor de pestkoppen en de zondebokken.

Doe een ander niet aan wat je zelf niet graag hebt dat ze jou zouden aandoen. Als jullie niet meedoen, staat de pester alleen. Als die alleen staat en ziet dat er niemand meedoet, dan gaat “de lol” in pesten redelijk snel over.

Vertellen aan volwassenen dat andere kinderen gekwetst, getrapt, geslagen, vernederd worden, is niet klikken.

Denk eens na waarom je meedoet...

- Ben je bang om zelf gepest te worden?
- Hoop je zo meer vrienden te krijgen?
- Geloof je dat je echte vrienden krijgt door anderen te kwetsen?
- Praat er met iemand over: ouders, juf, juf van vorig jaar, iemand die je aardig vindt, vriend(in)...
- Zeg duidelijk: hou op, je kwetst hem/haar. Dit is echt niet grappig.
- Steek een briefje, tekening in de brievenbus van de klas.

## Nuttige tips om pesten bespreekbaar te maken of te voorkomen

- In de bib vind je allerlei informatie omtrent pesten.
- Op het internet vind je ook veel tips:

[www.pestten.net](http://www.pestten.net)

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

[www.jeugdevrede.be](http://www.jeugdevrede.be)

- Op school vind je allerlei informatie en tips. Vraag ernaar bij de leerkracht of directie
- Met verdere vragen kan je steeds terecht bij het CLB.



## De Grote Groene Victormap (1<sup>ste</sup> en 2<sup>de</sup> leerjaar)

Het is aan te raden om af en toe tijd te maken voor de Goedgevoel test met de latjes.

- de kinderen leren dat het tonen van gevoelens OK is
- de kinderen leren uiting geven aan hun fijne of minder fijne gevoel op een bepaald moment
- de kinderen leren op een eenvoudige manier te evalueren
- de kinderen worden gemotiveerd om over hun groene of rode gevoel te praten

Hierbij maken ze gebruik van een groenrood latje.

### **Stap 1: gebruik een vast openingsritueel: Victorrijmpje**

Leerkracht: Goedemorgen Prinsessen en Kerels  
Goedemorgen mussen en merels  
Neem jullie latje in de hand  
En toon mij de groene of de rode kant

Leerlingen: dag Victor, liefste pop  
Met het lichtje op je kop  
Ik toon jou nu heel graag  
Mijn kleur is ..... vandaag  
Iedereen vult voor zichzelf het woord groen of rood in.

### **Stap 2: gebruik het latje op een vast slotmoment**

Vraag de leerlingen om met het latje aan te geven hoe ze zich de voorbije week voelden. Deze algemene startvraag kan je aanvullen met extra vragen.

Bijvoorbeeld:

- Wat vonden jullie deze week van de turnles, zwemles, de huistaken, een toets, de speeltijden, ...?
- Wat vonden jullie het meest groene moment van deze week?
- Wat vonden jullie het meest rode moment van deze week?
- Wat heb je deze week gedaan dat heel groen was?
- Heb je deze week iets gedaan dat een beetje rood was?
- Hebben jullie groene wensen voor volgende week?

### **Stap 3: gebruik het latje op een moment dat je merkt dat er iets scheelt**

Bijvoorbeeld wanneer enkele kinderen na een speeltijd komen klagen over een ruzie.

Vraag de kinderen om het latje te tonen hoe ze zich voelen en knoop een kort gesprek aan over het mogelijke probleem.

### **Stap 4: vertel de kinderen dat ze het latje op elk moment mogen gebruiken als ze iets willen vertellen**

Op ieder moment kan een kind zijn latje omhoog steken of zichtbaar op de bank leggen – en dus zonder woorden – de aandacht van de leerkracht te vragen. Afhankelijk van het moment, het kind en de situatie kan je dan klassikaal of individueel reageren.

## **Bram en de OK-Brigade (3<sup>de</sup> en 4<sup>de</sup> leerjaar)**

Bram is een slimme, maar gekke onderzoeker. Met zijn OK-lab en de hulp van professor X, onderzoekt hij hoe kinderen met elkaar omgaan en waarom ze soms pesten. Met die kennis wil hij andere kinderen helpen die hem mails en brieven sturen met vragen over pesten. Na het onderzoek, motiveert hij de kinderen en de leerkrachten om lid te worden van de OK-Brigade. De leden van de OK-brigade vinden elkaar OK, ze pesten elkaar niet en ze doen hun best om pesten in de klas, op school en daarbuiten te stoppen. Tijdens de voorstelling krijgen alle kinderen een Goedgevoel latje. Met dit groenrode latje kunnen ze dag in dag uit aangeven hoe ze zich voelen, maar ze kunnen er bovendien mee tonen dat pesten niet OK is.

De leden van de OK-brigade houden zich aan een code. De code bestaat uit een aantal letters. Dit zijn de beginletters van de belangrijkste 'woorden' van de OK-Brigade. De code is uniek en enkel gekend door de leden.

Leden houden zich altijd en overal aan deze unieke code!

**P**raten is OK

**L**achen en plezier maken is OK

**A**nders zijn is OK

**H**elpen is OK

**I**edereen is OK

**P**esten is NIET OK



## No blame-methode (5<sup>de</sup> en 6<sup>de</sup> leerjaar)

Vooraf wordt de peestsituatie geëxploreerd. Gaat het om een peestsituatie (doelwit, regelmatige vervelende gebeurtenissen, één of meerdere pesters, een aantal meelopers...)?

### Stap 1: gesprek met het doelwit

De leerkracht houdt een gesprek over beleving en gevoelens met de gepeste en geeft uitleg over de methode. Hij legt vooral de nadruk op het niet-bestrafende en vraagt of de gepeste akkoord gaat met de aanpak. De leerkracht stelt samen met het doelwit een groep samen die het probleem gaat aanpakken en spreekt duidelijk af wat niet en wat wel mag gezegd worden in die groep.

### Stap 2: groep wordt samengeroepen

De groep bestaat uit 6 à 8 personen en wordt vertegenwoordigd door:

- de pester
- eventuele meelopers
- positief ingestelde kinderen
- een leerkracht

Het doelwit is niet aanwezig.

De leerkracht vraagt hen om samen het probleem op te lossen.

### Stap 3: het gesprek en een plan opstellen

Het probleem wordt duidelijk geschetst door de leerkracht. Hij maakt de groep duidelijk dat we niet op zoek zijn naar schuldigen, maar wel naar oplossingen. De gevoelens van het doelwit worden benadrukt.

Iedereen binnen de groep moet met concrete voorstellen op de proppen komen. Alle positieve voorstellen worden aanvaard. Ik-boodschappen zijn hier heel belangrijk!

“Ik ga proberen om...”

“Ik wil wel eens kijken of...”

Er wordt een afspraak gemaakt om elkaar na een week weer opnieuw te spreken. De verantwoordelijkheid van de groep wordt nog eens extra benadrukt: de groep alleen kan het probleem oplossen.

Het wordt nu aan de kinderen overgelaten, maar de leerkracht blijft bereikbaar, net zoals voor het slachtoffer.

Het gesprek wordt positief afgesloten.

### Stap 4: individuele korte gesprekken met alle betrokkenen na één week.

Kernvragen in dit gesprek zijn: Hoe is het nu? Is het gestopt? Ben je tevreden?...

Indien het doelwit nog niet tevreden is, kan de groep opnieuw samen geroepen worden.

### **Stap 5: bijkomende evaluatiemomenten**

Dit is afhankelijk van de situatie of kan gebeuren op vraag van het doelwit of een lid van het groepje. Belangrijk is in ieder geval dat het doelwit nadien geregeld bevraagd wordt of de pesterijen al dan niet gestopt zijn.

Het kan ook zinvol zijn dat het doelwit zelf begeleid wordt.