

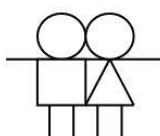
elkaar verdragen



Pestactieplan van VBS Pulle

Inhoudsopgave

1	Inleiding : Waarom een pestactieplan?.....	2
2	Definitie : Wanneer spreken we (niet) over pesten?	2
3	Pesten : Wanneer, waarom, waar en hoe?	3
4	Gevolgen voor alle betrokken partijen.....	4
5	Aanpak van de school.....	5
5.1	Preventie	5
5.2	Signalen	7
5.3	Interventie	8
6	Conclusie	12



1 Inleiding : Waarom een pestactieplan?

Het pestactieplan is één van die mappen die elke school ergens in de kast heeft liggen en waarvan met hoopt ze nooit te moeten bovenhalen. Gelukkig komt een echt pestprobleem ook niet in elke klas voor, maar we zullen zeker niet pretenderen dat pesten op onze school nooit gebeurt. En als we er dan mee geconfronteerd worden, willen we de koe bij de horens kunnen vatten en de situatie op een grondige en doeltreffende manier aanpakken.

Kinderen brengen immers een groot deel van hun tijd op school door. Pestgedrag werkt (voor alle betrokken partijen!) een negatieve sfeer van angst, verdriet, stress, agressie,... in de hand. In een dergelijk 'verziekt' klimaat willen we onze kinderen uiteraard niet laten opgroeien. We streven ernaar dat alle kinderen zich goed voelen op school, dat ze goed in hun vel zitten en dat ze graag naar school komen.

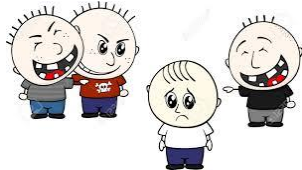
Het welbevinden van de kinderen is ook een essentiële voorwaarde om tot leren, en ontwikkeling in het algemeen, te komen. Een kind dat zich niet goed voelt, om welke reden dan ook, wordt belemmerd in zijn ontwikkeling en leerproces. Het aanpakken van situaties die dit welbevinden in de weg staan, maakt dus ook vanuit pedagogisch-didactisch standpunt deel uit van de opdracht van de school.

Ten slotte willen we op school onze kinderen voorbereiden op het leven in de maatschappij. Deze doelstelling kunnen we gerust de bestaansredenen van het onderwijs noemen. En is de maatschappij niet, nu misschien wel meer dan ooit, gebaat bij een verdraagzame samenleving waarin alle mensen vanuit wederzijds respect met elkaar omgaan?



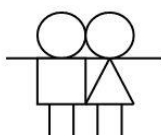
2 Definitie : Wanneer spreken we (niet) over pesten?

In Klasse (een tijdschrift dat uitgegeven wordt door het Vlaams Ministerie van Onderwijs en Vorming) lezen we : **“Pesten is gewelddadig en meestal herhaald gedrag van één of meer personen, met de bedoeling om de andere(n) te kwetsen.** De schade kan psychologisch, seksueel, lichamelijk of sociaal zijn. Wie wordt gepest, kan zich meestal niet verdedigen. Er is sprake van een **ongelijke (of als ongelijk ervaren) machtsverhouding** tussen diegene die pest en de gepeste.”



Deze definitie laat meteen toe het onderscheid te maken met **plagen**. Plagen is eerder onschuldig. Het gebeurt spontaan en duurt niet lang. Het gaat vaak om humor en aandacht vragen. Bij plagen zijn beide partijen gelijk aan elkaar. Het is niet altijd leuk, maar zeker nooit bedreigend. Meestal gaat het om één kind dat een ander kind plaagt, terwijl het slachtoffer van pesterijen vaak alleen staat tegenover een groep.

Ook **ruziemaken** mag op school, hoe raar dat ook klinkt. Het helpt kinderen immers om sociale vaardigheden te ontwikkelen. Hoe kom je op voor jezelf, hoe onderhandel je, wanneer ga je te ver...? Het zijn allemaal vaardigheden die we nodig hebben om te functioneren in de samenleving. We willen onze leerlingen stimuleren om ruzies zelf op te lossen, maar zonder hen hierbij aan hun lot over te laten. We willen hen handvaten reiken om met conflicten om te gaan en hen hierbij begeleiden wanneer dat nodig blijkt.



Er moet op school dus een zone blijven waarbinnen kinderen kunnen plagen en ruziemaken in een veilige sfeer. Voor eender welke vorm van pestgedrag echter kan er op school geen plaats zijn!

3 Pesten : Wanneer, waarom, waar en hoe?

In de kleuterschool is de problematiek rond pesten minder van toepassing. Kleuters zijn nog heel sterk gericht op zichzelf. Ze hebben weliswaar contact met hun klasgenootjes, en dat kan zeker al eens botsen, maar echt pestgedrag steekt pas later de kop op. Vanaf de leeftijd van de **lagere school** gaan kinderen stilaan leren dat hun gedrag gevolgen heeft voor de anderen. Ze ontdekken dat hun 'ik'-je deel uitmaakt van een grotere sociale context. Op dat moment start de ontwikkeling van de empathie, het verantwoordelijkheidsbesef en de zelfreflectie. Anderzijds ontstaan tegelijkertijd ook vormen van sociale agressie, zoals pesten.

In tegenstelling tot wat wel eens aangenomen wordt, ligt de oorzaak van pestgedrag bij de **pesters**. Zij zijn **op zoek naar macht**. Die proberen ze te verkrijgen door anderen te viseren. Toch verantwoorden ze hun gedrag graag door allerlei drogredenen te zoeken waarom het slachtoffer 'erom vraagt' om gepest te worden. Dit kunnen uiteenlopende factoren zijn die te maken hebben met het uiterlijk van de gepeste, zijn/haar etnische en/of socio-economische afkomst, schoolresultaten,...



Pesten gebeurt vooral op momenten dat de leerlingen **ontsnappen aan het toezicht van volwassenen** : tijdens de speeltijd, in de gangen, op weg van en naar school,... Het pestgedrag kan verschillende vormen aannemen :

- **Verbaal pesten** : kwetsende of vernederende opmerkingen maken, schelden, dreigende taal gebruiken, uitlachen,...
- **Fysiek pesten** : slaan, schoppen, duwen, aan de haren trekken, pitsen,...
- **Materieel pesten** : materiaal van de ander stelen, afnemen, beschadigen,...
- **Sociaal en relationeel pesten** : uitsluiten, negeren, roddelen of leugens verspreiden,...
- **Steaming** : dwingen geld of een voorwerp af te geven
- **Cyberpesten** : pesten via sociale media zoals sms, e-mail, facebook, een webpagina of blog,...



Wie gepest wordt, krijgt meestal te maken met een **combinatie** van verschillende pestvormen. Zo versterkt cyberpesten in veel gevallen het offline pesten. Dat maakt de radeloosheid bij de slachtoffers nog groter, want ze voelen zich nergens meer veilig.

4 Gevolgen voor alle betrokken partijen

Bij een peestsituatie herkennen we drie betrokken partijen : de pester(s), de gepeste en de middengroep. Alle drie lijden zij, op korte of lange termijn, onder de pesterijen.

Het **slachtoffer** kan een negatief zelfbeeld ontwikkelen en behalve zijn/haar zelfvertrouwen, ook het vertrouwen in andere mensen verliezen. Schoolangst is een reëel risico maar ook andere angststoornissen kunnen, ook in het latere leven, de kop opsteken. Gepest worden kan ook een oorzaak zijn van concentratiestoornissen en van allerlei lichamelijke klachten. Het slachtoffer kan in een depressie verzeild geraken. We geven een veelzeggend citaat mee: "De ernst van een pestprobleem kan alleen worden gemeten aan het effect op het slachtoffer."

De **dader** dreigt zichzelf vast te werken in zijn rol als pester en kan, ondanks een positieve verandering in zijn gedrag, de grootste moeilijkheden ondervinden om in groep een andere rol aan te nemen. De pester wordt echter eerder gevreesd dan geliefd en houdt daardoor op lange termijn vaak geen echte vrienden over. Op lange termijn is de kans groot dat hij/zij moeite blijft ondervinden om op een positieve manier om te gaan met anderen. Verder heeft de pester ook meer kans om op latere leeftijd in botsing te komen met de maatschappij, wat zich kan uiten in ontslag, crimineel gedrag,...

De **middengroep**, ten slotte, is de minst besproken maar wel de meest talrijke groep van leerlingen. Hij bestaat uit de leerlingen die zich ofwel als toeschouwer, ofwel als meeloper gedragen. Zij zien het pesten gebeuren, maar uit angst om zelf gepest te worden, grijpen ze niet in. Het is niet uitzonderlijk dat ze zelfs deelnemen aan de pesterijen, om bij de groep te horen. In persoonlijke contacten steunen ze soms het slachtoffer, maar ze komen zeker niet voor hem/haar op in groep. In de eerste plaats lijden zij, net als iedereen, uiteraard ook onder de 'bedorven' groepsgeest. Op langere termijn ontwikkelen vele van hen bovendien schuldgevoelens of worden ze gevoelloos t.a.v. kwetsend gedrag.



5 Aanpak van de school

Uit voorgaande blijkt duidelijk dat een efficiënt antipestbeleid in het belang is van alle leerlingen. Om pestsituaties zoveel mogelijk te vermijden enerzijds en ze anderzijds zo goed mogelijk op te lossen, situeert de aanpak van de school zich op twee niveaus. We spreken over 'preventie' zolang er geen sprake is van een effectief pestprobleem. Wanneer dit niet volstaat, en er blijkt toch pestgedrag de kop op te steken, gaan we over tot 'interventie'. Om de stap te kunnen zetten naar dit tweede luik, is het bovendien belangrijk dat we een pestsituatie zo vroeg mogelijk herkennen. Het oppikken van signalen die kunnen wijzen op een pestprobleem, vormt dus eveneens een essentieel onderdeel van ons pestactieplan.

5.1 Preventie



In het luik 'preventie', denken we in de eerste plaats aan de aandacht voor en ontwikkeling van **sociale vaardigheden** doorheen de hele basisschool. We zien het als één van de basisopdrachten van de school (én van de ouders!) om onze kinderen fundamentele waarden als respect en verdraagzaamheid mee te geven. Dit wordt meteen weerspiegeld in de eerste omgangsregel die op affiches verspreid door de hele school (met de figuurtjes 'Magda en Dani') vermeld wordt: "Respect tonen voor elkaar!"

In de **dagelijkse omgang** besteden we hieraan aandacht door bijvoorbeeld actief toezicht te houden op de speelplaats. We zijn er niet enkel om te controleren of kinderen veilig spelen en zich aan de regels houden, maar hebben ook aandacht voor de sociale dynamieken tussen kinderen. We observeren nauwlettend hoe kinderen spelen, welke kinderen wel eens alleen staan, wat er in de hoekjes van de speelplaats gebeurt,... zodat we indien nodig daar reeds kunnen ingrijpen.

Een belangrijke rol is hierbij ook weggelegd voor de turnleerkracht. De specifieke context van een turnles biedt haar immers een uitgelezen kans om de sociale interacties tussen leerlingen te observeren. Zo kan zij eventuele conflictsituaties vaak al vroegtijdig opmerken en melden aan de klasleerkracht. Anderzijds wordt zij ook bevraagd wanneer leerkrachten vermoeden dat er zich een probleem voordoet in de relaties tussen kinderen onderling.

In de klas wordt tijd gemaakt om vervelende situaties, zoals ruzies of niet-meer-zo-leuke-plagerijen, te bespreken. De kinderen worden uitgenodigd hun gevoelens hierbij uit te drukken en, wanneer het hen niet lukt om er onderling uit te raken, denken we samen na over mogelijke constructieve oplossingen voor het probleem. Reeds in de kleuterschool leren de kinderen basisgevoelens zoals blij, bang, boos,... uit te drukken. Doorheen de basisschool blijft er in elk leerjaar gewerkt worden rond gevoelens, met steeds meer nuance en complexiteit.

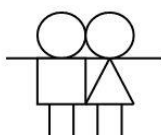
De **kleuterleidsters** werkten een schooleigen methode uit om ook op systematische wijze rond sociale vaardigheden te werken. De centrale figuur in deze methode is Rikki, bekend van de prentenboeken van Guido Van Genechten. Rikki is een buitenbeentje, zijn ene oortje hangt altijd slap. Hij worstelt soms met zichzelf maar ook met zijn vriendjes. Het ideale uitgangspunt dus om samen met kleuters na te denken over en te werken aan sociale vaardigheden. Voor elke maand werd een aandachtspunt afgesproken waarrond in elke kleuterklas op een aangepast niveau gewerkt wordt. Deze maandpuntjes dragen bij tot een aangename klas- en schoolsfeer : “Iedereen hoort erbij”, “Samen spelen, samen delen”, “Elkaar helpen, lief zijn”,...



Ook voor de **lagere school** werkte het team een duidelijke leerlijn uit. Voor elk leerjaar werden een aantal aandachtspunten i.v.m. sociale vaardigheden geformuleerd. Doorheen het schooljaar wordt hieraan aandacht besteed d.m.v. gerichte observaties en klasgesprekken. Ook in bepaalde thema's van godsdienst en wereldoriëntatie komen deze vaardigheden aan bod en wordt hieraan gewerkt. Omdat we ouders ook systematisch willen informeren over het sociaal gedrag van hun kinderen, wordt hierover ook gereflecteerd op het rapport. De leerlingen krijgen uiteraard geen punten voor dit onderdeel, maar wel een duidelijke waardering in de vorm van sterren. Net als in de kleuterschool, vertonen deze aandachtspunten een duidelijke gradatie van het eerste tot en met het zesde leerjaar. De betreffende vaardigheden hebben te maken met weerbaarheid, eigen talenten erkennen en beperkingen aanvaarden, beleefdheid en respect voor elkaar, samenwerken,... Ze werden geformuleerd als doelstellingen waaraan we met onze kinderen willen werken. Een kleine greep uit de lijst :

- “Je kan een fout toegeven.” (eerste graad)
- “Je durft naar anderen toestappen en contacten leggen.” (eerste graad)
- “Je vindt een manier om te reageren als iemand iets afneemt.” (eerste graad)
- “Je bent beleefd in de omgang.” (tweede graad)
- “Je kan met anderen samenwerken en samenspelen.” (tweede graad)
- “Je toont waardering voor de anderen.” (tweede graad)
- “Je durft je eigen mening verwoorden.” (derde graad)
- “Je bent bij een conflict bereid te praten om tot een oplossing te komen.” (derde graad)
- “Je aanvaardt de anderen zoals ze zijn.” (derde graad)
- ...

In bepaalde gevallen kan het wenselijk zijn kinderen door te verwijzen naar **externe begeleiding** buiten de schoolcontext. Zo hebben we reeds positieve ervaringen met “Blij met mij” te Lier. “Blij met mij” is een training die erop gericht is het zelfvertrouwen van kinderen te vergroten en hen weerbaarder te maken. (Voor meer info : www.blijmetmij.nu)



In het kader van het pestactieplan is het belangrijk om op te merken is dat het **welbevinden** en de **betrokkenheid** van de leerlingen in de lagere school op dezelfde manier geobserveerd en geëvalueerd wordt als de sociale vaardigheden. Deze factoren kunnen immers een indicatie zijn voor bepaalde onderliggende problemen : waarom voelt een kind zich niet goed op school of kan het zich niet concentreren? De mogelijke verklaringen zijn legio, maar een pestsituatie kan hiervan helaas ook één zijn...



Naast de systematische en voortdurende aandacht die we op school besteden aan het ontwikkelen van sociale vaardigheden en het bewaken van het welbevinden van onze kinderen, nemen we ook geregeld deel aan **specifieke acties** tegen pesten. De bekendste hiervan is allicht de jaarlijkse “Move tegen Pesten”. Met de hele school oefenen we gedurende één week het themalied en – dans van Ketnet in. Aan het einde van de week voeren we de dans met zijn allen uit op de speelplaats en drukken zo onze afkeer van pesten uit. Sfeer en samenhangsgevoel verzekerd! Uiteraard krijgt de actie ook een duiding in de klas. Het is een ideale gelegenheid om eens concreter rond ‘pesten’ of ‘iedereen hoort erbij’ te werken. De kinderen doen des te enthousiaster mee doordat ze de campagne en videoclip bij de “Move tegen Pesten” herkennen van op tv.

Indien dit wenselijk blijkt, kan het team beslissen om ook aan andere acties deel te nemen. Jaarlijks krijgt de school vanuit verschillende hoeken informatie toegestuurd over acties rond de thema ‘pesten’ en/of ‘sociale vaardigheden’. Een greep uit het aanbod :

- Projecten ‘Vlaamse week tegen pesten’, ‘De muur tegen pesten’, ‘Dag tegen pesten’,... met bijhorend les- en projectmateriaal, uitgegeven door DMS educatief
- Pakket ‘Vlieg erin’, uitgegeven door CM : project om te werken aan het welbevinden in de klas, voor de derde graad lager onderwijs
- ...

5.2 Signalen

Het is van het allergrootste belang dat een pestprobleem snel wordt opgemerkt, zodat er ook in een zo vroeg mogelijk stadium kan worden ingegrepen. Leerkrachten moeten daarom alert zijn voor signalen die kunnen wijzen op pestgedrag. Het gaat hier vooral om signalen die het slachtoffer uitzendt. We sommen de meest voorkomende op:

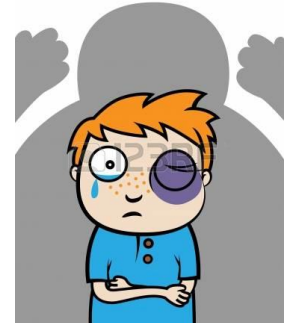
het kind in kwestie:

- mag niet meedoen bij spelletjes of wordt als laatste gekozen
- vermijdt de speelplaats of blijft dicht bij de leraar tijdens pauzes
- ziet er ongelukkig, gestresseerd, depressief uit
- klaagt over buikpijn, hoofdpijn
- heeft in veel gevallen niet één goede vriend
- wordt onvriendelijk benaderd, uitgelachen
- zijn/haar bezittingen worden afgenomen of verstopt
- zijn/haar schoolprestaties gaan achteruit



Zoals we reeds eerder aanhaalden, ontsnapt pestgedrag echter vaak aan het oog van de leerkracht. Daarom is het ook belangrijk dat ouders eventuele signalen thuis herkennen, zodat ze het vermoeden van een peestsituatie kunnen melden aan de school. Volgende alarmsignalen zullen eerder thuis opgemerkt worden dan op school : het slachtoffer van pesterijen :

- komt thuis met een kapotte fiets, kleren of boeken
- heeft blauwe plekken, schrammen
- neemt geen klasgenootjes mee naar huis
- wordt niet uitgenodigd voor feestjes
- is bang om naar school te gaan
- kiest een onlogische route van en naar school
- slaapt onrustig en heeft nare dromen
- is overspannen en gestresseerd op zondagavond of aan het einde van een vakantie
- vraagt en/of steelt geld van familie

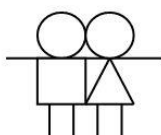


5.3 Interventie

Ondanks alle voornoemde inspanningen, is geen enkele school immuun tegen pesten. Wanneer zich op onze school dan toch een peestsituatie manifesteert, willen we de koe onmiddellijk bij de horens vatten. De manier waarop we een pestprobleem aanpakken, wordt steeds afgestemd op de concrete situatie en de individuele betrokken leerlingen. Een constante is evenwel de betrokkenheid van zowel leerlingen, leerkrachten als ouders hierbij. Bovendien wordt pestgedrag steeds gesignaleerd bij het CLB (Centrum voor leerlingenbegeleiding). In een latere fase kan het immers wenselijk blijken hen te betrekken in het zoeken naar oplossingen (zie verder).

In grote lijnen worden volgende stappen gezet :

1. **Melding** : het pestprobleem wordt opgemerkt en gemeld door een leerling (al dan niet het slachtoffer zelf), leerkracht, ouders, middagmoeder,...
2. **Gesprek met het slachtoffer** : het kind kiest zelf een vertrouwenspersoon bij wie hij/zij zich goed en veilig genoeg voelt om te praten over het probleem. Dit kan, maar moet niet, de eigen klasleerkracht zijn, de directie, een zorgleerkracht,...
3. **Gesprek met de betrokken leerlingen** : hiermee bedoelen we de pester(s) maar ook kinderen uit de middengroep. Aangezien zij in principe onpartijdig zijn, spelen zij een grote rol in het omkeren van de 'scheefgegroeide' situatie.
4. **Samen zoeken naar oplossingen** : we leggen geen nieuwe gedragsregels op, maar gaan samen met de kinderen op zoek naar mogelijke oplossingen. De leerlingen maken met de leerkracht duidelijke afspraken over wat er moet veranderen en hoe dat zal gebeuren.
5. **Evaluatie** : na een korte periode (afgesproken met de betrokken leerlingen) wordt het resultaat van de aanpak samen met de kinderen geëvalueerd. Uiteraard is de mening van het slachtoffer hierbij van cruciaal belang. Indien nodig, worden nieuwe afspraken gemaakt en een nieuw evaluatiemoment afgesproken.



Zoals reeds vermeld, worden ouders vanaf het begin van dit proces betrokken en geïnformeerd over de gang van zaken, totdat we kunnen stellen dat het pestprobleem opgelost is.

Voornoemde stappen zijn afgeleid van een welbekende methode bij pesten, de zogenaamde **'No Blame'-methode**. Deze methode, ontwikkeld door Leefsleutels (een organisatie die inzet op het versterken van het welbevinden op school), heeft zichzelf bewezen als een succesvolle aanpak. Aangezien het belangrijk is om de filosofie achter de No Blame-methode te begrijpen om de specifieke aanpak hierbij te kunnen kaderen, gaan we hier graag concreter op in.

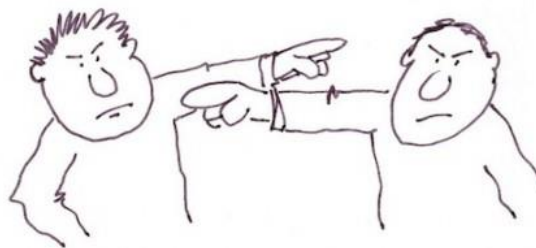


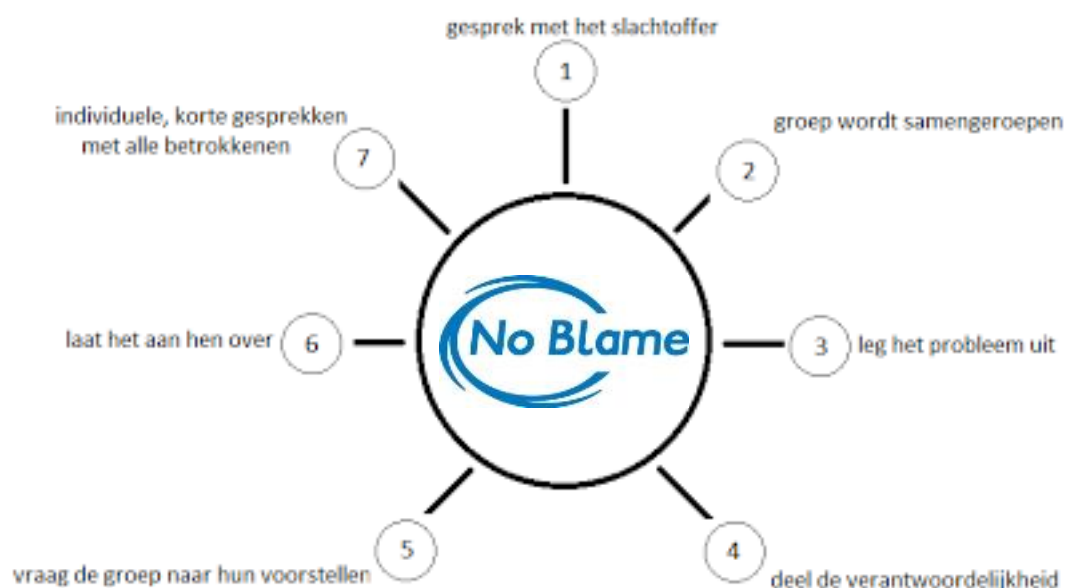
De essentie van de No Blame-methode laat zich samenvatten in **vier principes** :

- Niemand wordt gestraft ("No Blame")
- Aanmoedigen van empathie
- Gedeelde verantwoordelijkheid
- Gericht op oplossingen

Pesten wordt gezien als een **groepsproces**, waarbij alle betrokkenen een verantwoordelijkheid dragen in het meewerken aan een oplossing. De No Blame-methode wil **geen individuen viseren**. Zo worden de daders niet persoonlijk beschuldigd, maar wordt het pestgedrag als probleemsituatie voorgelegd. Anderzijds wil de aanpak ook het slachtoffer niet veranderen. Er is niets mis met het stimuleren van sociale vaardigheden of assertiviteitstrainingen, maar dergelijke initiatieven mogen niet rechtstreeks gekoppeld worden aan de situatie van een slachtoffer van pesten. We willen immers absoluut vermijden dat het kind denkt dat het zélf schuld heeft aan de pesten.

We schetsen de volledige No Blame-aanpak a.h.v. een stappenplan voor de begeleider :
(bron : www.diversiteitactie.be)





Vooraf : in kaart brengen van de peestsituatie

- Wie is de gepeste?
- Over welke vervelende, regelmatig voorkomende situaties gaat het?
- Wie is de pestkop? Zijn er meerdere?
- Omschrijf de middengroep.
- Is de klas/groep op de hoogte?

Stap 1 : gesprek met het slachtoffer

- Vraag algemene informatie over wat er aan de hand is, geen details over wat er precies gebeurd is.
- Vraag naar de beleving en gevoelens van het slachtoffer.
- Leg de aanpak uit, leg daarbij de nadruk op het niet-bestraffende aspect, vraag toestemming.
- Bespreek samen de namen om de groep samen te stellen.
- Vraag wat je wel of niet mag vertellen over de belevingen van het slachtoffer.
- Vraag eventueel naar een verhaal of een tekening over het gevoel van het slachtoffer.
- Geef aan dat je steeds bereikbaar bent voor het slachtoffer.

Stap 2 : een groep wordt samengeroepen

- Een groep wordt samengesteld, bestaande uit de pester(s), kinderen uit de middengroep (meelopers/toeschouwers), vrienden en/of positief ingestelde kinderen.

- Het slachtoffer is niet aanwezig bij deze bijeenkomst. Dit kan de probleemoplossende aanpak bemoeilijken.

Stap 3 : leg het probleem uit

- Vertel de groep dat je een probleem hebt.
- Gebruik eventueel het verhaal of de tekening van het slachtoffer.
- Praat niet over details van gebeurtenissen.
- Beschuldig niemand.
- Maak duidelijk dat er een probleem is dat moet opgelost worden.

Stap 4 : deel de verantwoordelijkheid

- Zeg duidelijk dat er niemand in de problemen zit of gestraft wordt.
- Elk groepslid kan bijdragen aan de oplossing.
- De groepsleden hebben het meeste contact met het doelwit en dus de beste kansen om het pesten te stoppen.

Stap 5 : vraag naar de ideeën van elk groepslid

- Aanvaard alle positieve voorstellen ('niets meer doen' is ook een positief voorstel!).
- Vraag om de voorstellen concreet te maken : "Hoe ga je dat doen?"
- Heb aandacht voor 'ik-taal', wees niet tevreden met algemene uitspraken.
- De concrete voorstellen kunnen opgeschreven worden.

Stap 6 : laat het aan hen over

- Leg de verantwoordelijkheid bij de groep; zij alleen kunnen het probleem oplossen.
- Bedank hen en geef hen duidelijk vertrouwen.
- Vertel dat je hen na een week individueel wilt spreken. Blijf ondertussen bereikbaar.

Stap 7 : Spreek hen opnieuw

- Laat elk lid afzonderlijk vertellen over zijn of haar bijdrage.
- Gebruik kernvragen zoals : "Hoe is het nu?","Is het pesten gestopt?","Ben je tevreden?","..."
- Indien het slachtoffer niet helemaal tevreden is, kan de procedure herhaald worden, al of niet met een andere overleggroep.

Wij zijn er als team van overtuigd dat de positieve en oplossingsgerichte benadering van de No Blame-methode veel kansen biedt om een pestsituatie (ook) op lange termijn op te lossen. Andere, meer autoritaire en bestraffende manieren om pesten de kop in te drukken, zullen oppervlakkig misschien een directer zichtbaar effect hebben, maar gaan voorbij aan de onderliggende dynamiek, waardoor het pestgedrag allicht niet helemaal verdwijnt, zich eventueel verplaatst naar een ander slachtoffer, of na een tijdje gewoon weer de kop opsteekt. We geloven er bovendien in dat kinderen groeien door ook in dergelijke situaties hun verantwoordelijkheid te nemen en te ervaren hoe ze als individu bijdragen tot de oplossing van een probleem van de hele groep.

Wanneer het toch niet lukt om een pestsituatie intern op te lossen, kan de hulp van het **CLB** (Centrum voor leerlingenbegeleiding) ingeroepen worden. Het CLB ondersteunt de school, leerlingen en ouders op verschillende vlakken. Het socio-emotionele maakt daar een essentieel onderdeel van uit. Bij een hulpvraag van de school hierrond, komt een medewerker van het CLB in eerste instantie praten met directie en leerkrachten en advies geven. Een volgende stap kan zijn dat zij individuele gesprekken voert met de betrokken kinderen en/of ouders. Ook hier wordt casus per casus overwogen welke aanpak de grootste kans op slagen heeft.

Als een kind nood blijkt te hebben aan professionele psychologische begeleiding, kan de school ook hiervoor doorverwijzen naar **externe hulp**. Zo is er het “Therapiecentrum Zandhoven”, een team van psychologen en therapeuten die onder andere werken rond emotionele en gedragsproblemen. Kinderen die lijden of geleden hebben onder een pestsituatie kunnen er terecht voor therapie, maar ook een kind dat anderen pest kan er in behandeling gaan.
(Voor meer info : www.therapiecentrum-zandhoven.be)



6 Conclusie

Het mag duidelijk zijn dat we, hoe groot het enthousiasme over de No Blame-methode ook is, van harte hopen deze zo weinig mogelijk te moeten toepassen. In de ideale wereld zijn ‘alle kindjes lief voor elkaar’. Zo naïef kunnen en mogen we echter niet zijn. Met dit pestactieplan, in combinatie met de ervaring en kundigheid van leerkrachten, directie en CLB, hopen en geloven we dat we een krachtig instrument in handen hebben om pestgedrag doeltreffend aan te pakken.

De rol van de ouders in deze problematiek kunnen we niet genoeg onderstrepen. Ouders zijn voor ons een bron van informatie waar wij als school vaak geen toegang toe hebben. We vermeldden al welke signalen thuis een alarmbelletje zouden moeten doen rinkelen. Verder gebeurt het pesten ook op manieren die buiten ons gezichtsveld liggen, denk bijvoorbeeld aan het cyberpesten. Ten slotte wordt het effect van de aanpak op school vergroot, om niet te zeggen : mogelijk gemaakt, als ouders en school dezelfde taal spreken. Eens te meer zien we ouders dus ook in deze materie als partners van de school en hopen we hierbij op hun medewerking te kunnen rekenen.

Op deze manier willen we samen werken aan een verdraagzame school, waarin al onze kinderen elkaar niet enkel verdragen, maar vooral ook VER dragen, door respectvol met elkaar om te gaan en elkaar en zichzelf te waarderen om wie ze zijn.

