

Definitie van pesten

“Pesten is gewelddadig en meestal herhaald gedrag van één of meerdere personen, met de bedoeling om andere(n) schade toe te brengen. Wie wordt gepest, kan zich meestal niet verdedigen. Er is een ongelijke machtsverhouding tussen diegene die pest en diegene die wordt gepest.”

Uit: brochure 'pesten aanpakken, wat kunnen ouders doen' (ouderkoepelvereniging Koogo)

Taal is belangrijk :

Vermijd de termen “slachtoffer” en “pester”, we willen niemand een stempel geven! Daarom spreken we over “het kind dat gepest wordt” en “het kind dat pest”.

Hoe weet ik dat mijn kind gepest wordt?

Vaak is er stilzwijgen en geheimhouding.

Mogelijke signalen kunnen zijn:

- Vragen om van school te veranderen.
- Een vrolijk kind wordt plots teruggetrokken of ongelukkig.

Hoe voorkomen we pesten op school?

Algemene voorkomingsmaatregelen:

- Maandpuntjes: bij elke maandopening in de school komt er een werkpuntje over hoe we met mekaar omgaan.
- Er is een schoolparlement waar kinderen hun vragen kunnen stellen.
- Bij groepswork is er aandacht voor wisselende verantwoordelijkheden.
- Kinderen leren om zichzelf te evalueren en op hun taken te reflecteren.
- Er wordt aan alle talenten van de kinderen aandacht besteed.
- ...

Specifieke voorkomingsmaatregelen:

- Actie tijdens de week tegen pesten.
- Een zone om tot rust te komen op de speelplaats (time-out) en een uitpraathoek.
- Folders aan de ouders rond het thema
- Aanpak van conflicten op school.
- ...

Pestsituaties zijn ook leersituaties!

Pesten is iets wat kinderen op een bepaald moment beginnen te doen : Dit wil zeggen dat ze het steeds ook weer af kunnen afleren!

Geef kinderen steeds weer die kans!

Wat kunnen mijn ouders thuis zelf doen?

Reageren in 9 stappen als je kind gepest wordt:

Stap 1: luisteren vanuit de eigen sterkte van je kind

Stap 2: maak duidelijk wat je rol is en wat de beperkingen zijn

Stap 3: brainstormen over een mogelijke aanpak

Stap 4: mogelijkheden afwegen

Stap 5: één van de mogelijke plannen of strategieën uitkiezen

Stap 6: een plan uitwerken

Stap 7: het actieplan uitvoeren

Stap 8: het actieplan mee begeleiden

Stap 9: bijkomende stappen overwegen

Wat kunnen mijn ouders thuis zelf doen?

Reageren als je kind pest:

- Keur het gedrag af, maar niet je kind.
- Bekijk de situatie als een leerkans.
- Geloof in de mogelijkheid om te groeien.
- Laat je kind nadenken en toewerken naar herstel.
- Leer je kind de juiste vaardigheden ontwikkelen.
- Geef het goede voorbeeld.

Reageren als je kind omstaander is:

- Benadruk het belang van omstanders.
- Laat ze medestander worden van het kind dat gepest wordt.
- Ondersteun je kind bij het zoeken naar strategieën.
- Moedig je kind aan om medestander te worden.

Samen

openheid respectvol voorleven afspraken waardering

Respect

ik & de ander milieu vertrouwen jezelf zijn

Zelfvertrouwen

zelfstandigheid inzet leren leren welbevinden

Optimisme

positieve elementen zonnige toekomst energie genieten

Creativiteit

talentontwikkeling mogelijkheden & beperkingen brede basis begeleiden creatief denken muzisch

