



Pestactieplan



Inhoud

1. Opsporen van een pestprobleem	p. 3
1.1. Screening welbevinden	
1.2. Kindcontacten	
1.3. Melden	
2. Aanpak van een pestprobleem	p. 4
2.1. Meldingsformulier	
2.2. Gesprek met het gepeste kind	
2.3. Mogelijkheid tot observatie	
2.4. Aanpak van het probleem via no-blame	
2.5. Opvolgen van het probleem	
2.6. Melden aan de ouders van de pester(s)	
3. Preventie	p. 6
3.1. Lessen rond pesten	
3.2. Week tegen pesten	
3.3. Positief klasklimaat	
4. No-blame aanpak	p. 7
5.1. Uitgangspunten	
5.2. Het zevenstappenplan	
5.3. Kritische vragen en bedenkingen	
5.4. De rol en de kracht van de leerkracht (begeleider)	
5.5. Praktische afspraken in onze school	
5. Samenwerken met het CLB	p. 19
I. Meldingsformulier	p. 20
II. Prenten pesten/plagen	p. 21
III. Folder voor de ouders	p. 22

1. OPSPOREN VAN EEN PESTPROBLEEM

1. Screening welbevinden

Op onze school vindt er in oktober en februari een screening op vlak van welbevinden en betrokkenheid plaats. Elke leerling vult dan persoonlijk een blad in waarop kan gemeld worden of hij/zij gepest wordt. Soms kan er ook gemeld worden of andere kinderen uit de klas gepest worden.

De zorgcoördinator maakt een klasoverzicht van deze screening en bezorgt dit overzicht samen met de individuele bladen opnieuw aan de klasleerkracht.

2. Kindcontacten

Na de screening in oktober vinden er, indien nodig, individuele kindcontacten plaats. Deze kindcontacten worden georganiseerd op het moment dat er een zorgleerkracht in de klas is. Op deze contacten kunnen pestproblemen opgespoord en besproken worden.

Belangrijke opmerkingen uit deze kindcontacten worden genoteerd en doorgegeven aan de zorgcoördinator. Deze verwerkt de opmerkingen in het leerlingendossier.

3. melden

Op onze school kan er op verschillende manier gemeld worden:

- rechtstreeks aan de juf of meester, zorgleerkracht, zorgcoördinator of directie
- via telefoon (016/699333)
- via het schoolmailadres van de leerkracht (zie infoboekje)

het mailadres van de zorgcoördinator zorglager@deschatkist.be

het mailadres van de directie deschatkist@pandora.be

2. AANPAK VAN EEN PESTPROBLEEM

1. meldingsformulier

Nadat een pestprobleem gemeld wordt, wordt er een meldingsformulier (zie bijlage II) ingevuld door de persoon waarbij de melding gebeurd is.

Dit formulier wordt zo snel mogelijk doorgegeven aan de zorgcoördinator zodat er obv dit blad een overleg kan plaatsvinden.

De zorgcoördinator bewaart alle ingevulde formulieren in een kaft.

2. gesprek met het gepeste kind

Zo snel mogelijk volgt er dan een gesprek met het gepeste kind (tenzij dit al gebeurd is bij stap 1). Bij dit gesprek houden we rekening met de tips uit de no-blame aanpak (zie hoofdstuk 5)

De ouders van het gepeste kind worden op de hoogte gebracht indien het kind dit wilt. Er wordt nooit contact opgenomen wanneer het kind dit niet zelf wil.

3. mogelijkheid tot observatie

Om een zicht te krijgen op de situatie kan het soms nodig zijn om het 'pestprobleem' enige tijd te observeren. Opgelet, dit mag niet te lang duren en is niet altijd noodzakelijk.

4. aanpak van het probleem via no-blame

Op onze school gaan we zoveel mogelijk gebruik maken van de no-blame methode om een pestprobleem aan te pakken. Zie hoofdstuk 5.

5. opvolgen van het probleem

Het pestprobleem wordt verder opgevolgd door de begeleider van de no-blame methode. Dit kan gebeuren via:

- het kort aanspreken van de gepeste op de speelplaats
- een individueel gesprek met de gepeste
- de kindcontacten
- de oudercontacten

Bij de overgangsbespreking wordt een probleem van het afgelopen jaar ook besproken met de nieuwe klasleerkracht zodat deze het opgeloste probleem nog even kan verder opvolgen.

Het is niet de bedoeling om een eerder pestprobleem te blijven melden bij iedere overgangsbespreking.

6. Melden aan de ouders van de pester(s)

Wanneer een pestprobleem werd aangepakt via de no-blame aanpak zullen ouders op de hoogte gebracht worden.

3. PREVENTIE

Op onze school gaan we ook preventief te werk om pestproblemen te vermijden.

1. lessen rond pesten

In de handleiding 'Mijn klas, mijn team' die in elke klas van de lagere school wordt gebruikt wordt gewerkt rond pesten.

2. week tegen pesten

De eerste week van februari wordt er in heel Vlaanderen aandacht besteed aan pesten. Ook onze school neemt deel aan deze actie. (Bijv. Move tegen pesten)

Wij noemen die onze 'VRIENDSCHAPSWEEK'

3. positief klasklimaat - WAWW

Op onze school wordt er op een positieve manier problemen op schoolniveau en klasniveau aangepakt met WAWW (werken aan wat werkt). De resultaten worden ook steeds naar de ouders overgebracht.

Het hele jaar door geven we aandacht aan een positief klasklimaat door regelmatig te wisselen van plaats, van groepssamenstelling, ... Vooral in september besteden we hier extra aandacht aan om nieuwe leerlingen op school een plaats te geven.

We stellen klasregels op.

We maken werk van kennismaking.

We gebruiken doorheen de hele lagere school een methode Om te werken aan een goede teamgeest in de klas gebruiken we de methode 'Mijn klas, mijn team'.

4. NO-BLAME-AANPAK

1. Uitgangspunten

Vooraleer we het zevenstappenplan van de No Blame-aanpak toelichten, staan we even stil bij de uitgangspunten waarop de aanpak gebaseerd is. Op die manier maak je kennis met de visie achter de No Blame-aanpak.

PESTEN IS 'NORMAAL'

Pesterijen kan je nooit goedpraten, je kan ze hoogstens begrijpen. Hoe ongewenst het ook is, we moeten onder ogen zien dat pesten altijd deel zal uitmaken van het (school)leven.

Wij gaan ervan uit dat het ons niet verder helpt als we pesten zien als 'abnormaal' of 'door en door slecht'. De pester moet de kans krijgen te erkennen dat er een probleem is, hij moet hulp krijgen om te beseffen welke pijn en ellende hij teweegbrengt en hij moet ervaren dat elk initiatief om zich anders te gedragen wordt geapprecieerd. Dit kan je enkel bereiken als je de pester op basis van vertrouwen benadert.

PESTEN IS EEN GROEPSPROBLEEM

Heel soms werkt een pester alleen, maar meestal is er sprake van een groepje pesters, helpers en toeschouwers. Dit maakt dat pesten een groepsgebeuren is waarbij de groep een grote verantwoordelijkheid draagt. Het is de groep die het pesten ondersteunt en toestaat. Het is ook de groep die de macht heeft het pesten te melden en te veroordelen. Als een pester geen steun meer krijgt van de groep zal zijn gedrag minder interessant worden, hij zal er geen voordeel meer mee behalen. Vanuit deze vaststelling kiezen wij ervoor de groep in te schakelen in het zoeken naar een oplossing voor een pestprobleem. Niet de leerkracht, maar de groep wordt uitgedaagd het probleem op te lossen, zij het wel met de nodige ondersteuning.

DE NO BLAME-AANPAK STEUNT OP HET VERGROTEN VAN EMPATHIE

Zoals reeds eerder gesteld, hebben pesters het moeilijk om zich in te leven in de gevoelens van anderen. Ze beseffen vaak niet wat de gevolgen van hun gedrag zijn voor de slachtoffers en zijn vaak geschokt wanneer ze ermee worden geconfronteerd. Het is dan ook belangrijk van in de kleuterklas preventief aandacht te besteden aan het begrijpen van de eigen gevoelens en die van anderen. De groepsaanpak die wij aanreiken, biedt het voordeel dat empathische reacties van kinderen meestal stimulerend werken voor anderen.

DE GEVOELEN EN NIET DE FEITEN STAAN CENTRAAL

Door de nadruk op het slechte gevoel van het slachtoffer en niet op de feiten te leggen, voelen de pesters en de groep zich minder terechtgewezen en is de kans groter dat hun empathie wordt aangewakkerd. Over feiten kan je discussiëren, gevoelens die heb je.

DE KLEMTUON LIGT OP HET PROBLEEMOPLOSSENDE KARAKTER

Wanneer je kinderen actief bij de aanpak betreft, ontstaat er een sfeer die veel positiever is dan bij bestraffende methodes. Niemand wordt boos, niemand hoeft bang te zijn. Niet het negatieve gedrag maar wel de zoektocht naar een oplossing staat centraal. Zodra kinderen zelf met voorstellen komen, kan je daar positief op reageren. Elke kleine stap vooruit is een goede stap. Kinderen zullen meestal trots zijn op wat ze als individu en als groep hebben bereikt.

2. Het zevenstappenplan

STAP 1: een gesprek met het slachtoffer(S)

Tijdens dit gesprek probeer je de negatieve gevoelens van S centraal te stellen. Wat is de impact en het gevolg van het pesten tot nu toe? Hoe gaat S om met de ellende? Ging ze reeds zelf op zoek naar oplossingen? Bij wie vindt S steun?

Het is niet de bedoeling bewijsmateriaal te verzamelen. Wanneer S toch over feiten vertelt — en dat is onvermijdelijk — luister je, maar probeer dit steeds te kaderen in termen van het gevoel en het effect dat deze feiten teweegbrachten.

Een tweede doel van dit gesprek is S duidelijk maken wat de No Blame-aanpak juist inhoudt en hoe en wanneer zij daarbij wordt betrokken. Het is belangrijk dat S je vertrouwt en dat ze haar toestemming geeft voor de manier waarop je het probleem wil aanpakken. Soms leeft de angst dat het nog erger zal worden. Maar door heel duidelijk te stellen dat niemand zal worden gestraft of in de problemen komt, lukt het meestal het slachtoffer te overtuigen de kans aan te grijpen in de hoop dat het pesten stopt.

Op basis van dit gesprek tracht je samen met S de groep te bepalen die in stap 2 wordt uitgenodigd voor een gesprek. Deze groep bestaat uit de pester(s), meelopers en enkele neutrale leerlingen. Hierbij kies je best voor leerlingen waarmee het slachtoffer bevriend is of zou willen zijn of leerlingen die door het slachtoffer als sympathiek of vriendelijk worden beschouwd. Zelf kan je aangeven welke leerlingen volgens jou eerder empathisch en behulpzaam van aard en communicatief sterk zijn. Je gaat de kracht van de groepsleden gebruiken om het best mogelijke resultaat te bereiken.

S zelf maakt geen deel uit van de groep omdat dit te confronterend kan zijn. Als S de pesters zou beschuldigen, lokt zij op dat moment misschien ontkenning of rechtvaardiging uit en dat is niet de bedoeling.

Aan het einde van dit gesprek vraag je S of ze - als ze daar zin in heeft - iets wil tekenen of schrijven waarmee ze uitdrukt hoe ze zich voelt. Het is de bedoeling dat je dit werkje meeneemt naar de eerste bijeenkomst van de groep.

Je gaat ook na of er tijdens het gesprek dingen aan bod kwamen die vertrouwelijk blijven en dus niet in de grote groep worden verteld. Om dit voor S duidelijk te maken vat je haar verhaal samen zoals je dat later in de groep ook zal doen. Daarna vraag je S of dit verhaal ok is voor haar. Op die manier voelt ze dat ze jou kan vertrouwen.

STAP 2: Organiseer een eerste bijeenkomst

Indien mogelijk organiseer je de eerste bijeenkomst met de groep op dezelfde dag waarop je het gesprek met S had.

Je meldt de kinderen (6 tot 8 kinderen), dat je ze op een bepaald moment verwacht voor een gesprek over een probleem dat je niet kan oplossen zonder hun hulp. Je vertelt er niet bij dat het gesprek over S zal gaan. Om niet te veel angst of speculaties te veroorzaken laat je niet te veel tijd tussen de uitnodiging en het eigenlijke gesprek. Je kan de kinderen ook vragen onmiddellijk met je mee te komen.

Voorzie voor dit gesprek een gezellige warme ruimte, waar de kinderen rustig en open kunnen praten. Kies daarom geen ruimte die door de kinderen met straf wordt geassocieerd.

STAP 3: Leg het probleem uit

Bij de aanvang van dit gesprek vertel je de groep dat je een probleem hebt omdat S zich erg ongelukkig voelt en dat je je daarover ernstig zorgen maakt. Om het slechte gevoel van S duidelijk te maken lees je de tekst voor die zij heeft geschreven. Je praat op geen enkel moment over de details van de gebeurtenissen en je beschuldigt niemand.

STAP 4: Deel de verantwoordelijkheid

Als je het verhaal van S hebt verteld, zou het kunnen dat sommige kinderen er teneergeslagen of ongemakkelijk bijzitten. Het zou kunnen dat ze schrikken, dat ze niet wisten dat S er zo slecht aan toe is en dat ze zich daarom schuldig voelen. Het kan ook zijn dat ze ongerust zijn over mogelijke straffen en zich willen verdedigen.

Dit is het moment waarop je de stemming uitdrukkelijk kan wijzigen door te vertellen dat

- niemand in de problemen zit of zal worden gestraft;
- de groep is samengeroepen om te helpen het probleem op te lossen;
- er een gedeelde verantwoordelijkheid is om S te helpen zodat zij zich opnieuw veilig en gelukkig kan voelen binnen de groep.

Je vertelt de kinderen dat je op hen rekt en hen vertrouwt als groep. Op die manier wordt de macht verschoven van de pester(s) naar de groep als geheel.

STAP 5: Vraag naar ideeën van elk groepslid

Geef de kinderen de tijd om even na te denken en eventueel te reageren op wat ze tot nu toe hoorden en vraag hun daarna om elk voor zich een voorstel te bedenken dat een stapje in de richting van een oplossing kan betekenen.

Het zou kunnen dat bepaalde kinderen toch verdedigende elementen aanhalen of stellen dat S het pesten op één of andere manier uitlokt. Probeer naar deze argumenten te luisteren en eventueel mee te nemen naar een volgend gesprek met S, maar stel duidelijk dat niets het pestgedrag kan goedpraten. Verwijs telkens opnieuw naar het probleem m.n. het slechte gevoel van S.

De kinderen formuleren hun voorstel in de ik-vorm. Ze kunnen zich dus niet verstoppen achter algemene uitspraken als 'We zullen haar met rust laten'. Als begeleider moet je trachten dit zo veel mogelijk aan de groep over te laten. Je moedigt ze aan haalbare voorstellen te formuleren, maar je dwingt geen beloftes af. Het gebruik van de ik-vorm door de leerlingen staat tegenover de gebruikelijke jij-boodschappen die je als begeleider meestal gebruikt bij ongewenst gedrag (je mag dat niet doen, je moet dat doen, je doet het niet goed, het is jouw schuld, enz...) Als leerlingen het gebruik van de ik-taal niet gewoon zijn, zal je waarschijnlijk af en toe moeten bijsturen. Als iemand iets formuleert als 'misschien kunnen we...' dan vraag je om het zinnetje anders te formuleren en met 'ik' te beginnen.

Mogelijke voorstellen kunnen zijn:

Ik wil haar wel eens uitnodigen om bij mij te komen spelen

Als ik zie dat iemand S pest, zal ik zeggen dat dat niet fijn is

Ik zal een brief naar S schrijven, want vorig jaar voelde ik mij ook niet goed

Ik wil bij de volgende wissel van plaats wel naast haar zitten in de klas

Ik zal S niet meer uitlachen omwille van haar kleren

Ik zal haar zeggen dat ik haar wil helpen met rekenen, als zij het vraagt

Je toont de kinderen best dat je elk voorstel, hoe klein ook, apprecieert. Zelfs een voorstel als 'ik zal niets doen' is beter dan het pestgedrag dat voorafging.

STAP 6: Laat het aan de groep over

Als de kinderen hun voorstellen formuleerden, bedank je hen en herhaal je dat je de verantwoordelijkheid bij de groep legt en dat je hen daarin vertrouwt. Je maakt geen schriftelijk verslag van de voorstellen, er staat geen stok achter de deur, maar je hoopt op een positieve evolutie.

Je vertelt de kinderen wel dat je na een week opnieuw een gesprek zal hebben met S en met elk van hen afzonderlijk om te horen hoe het loopt en dat je steeds bereikbaar bent voor een gesprek.

STAP 7: een gesprek met elk afzonderlijk

Ongeveer een week later spreek je nogmaals met de groepsleden en met S.

Vraag de verschillende groepsleden in hoeverre zij hun voorstellen uitvoerden en hoe zij zich daarbij voelen. Eventueel motiveer je hen om een nieuw voorstel te bedenken. Door afzonderlijk met de groepsleden te spreken, kunnen zij zich niet achter elkaar verstoppen. Op die manier heerst er geen competitieve sfeer. Het speelt geen rol of iedereen zijn voornemen heeft uitgevoerd, zolang de pesterijen maar gestopt zijn. Het is niet de bedoeling om van S - op een kunstmatige manier - de meest populaire leerling te maken, zolang ze zich maar veilig en gelukkig voelt.

Je vertelt ook dat je de situatie blijft opvolgen door af en toe navraag te doen bij S en bij de anderen. En je meldt dat je, wanneer de situatie opnieuw zou verergeren, een tweede groepsbijeenkomst zal organiseren.

Vraag S hoe zij zich de voorbije week voelde, of ze veranderingen opmerkte in het gedrag van andere kinderen en hoe zij daarmee omging. Daarbij vraag je ook naar haar verwachtingen voor de toekomst.

Het zou kunnen dat S niet veel toenadering van de anderen voelde, maar dat het pesten toch stopte. En dat is reeds een hele stap vooruit. De kans is groot dat ze nog erg bang en onzeker is, daarom verzeker je haar dat je de situatie blijft opvolgen.

Wanneer een nieuwe groepsbijeenkomst nodig blijkt, kan je samen met S kiezen voor een andere samenstelling.

3. Kritische vragen en bedenkingen

DIT WORDT VOORGESTELD ALS EEN WONDERMETHODE; WAT ZIJN DE KANSSEN OP SUCCES?

Leerkrachten/ouders die voor het eerst iets over de No Blame-aanpak horen, geloven soms niet dat deze 'zachte' aanpak werkt. Dit ongeloof heeft vooral te maken met het onbekende. Als je enkel ervaring hebt met een harde aanpak van pestproblemen klinkt de omschrijving 'pesten oplossen zonder te straffen' wel erg ongeloofwaardig. Niettemin blijkt dat veel leerkrachten/ouders hun sceptische houding bijsturen als ze de methode zelf uitproberen of als ze zien dat leerkrachten ze met succes toepassen.

Zowel uit binnen- als buitenland krijgen wij enkel hoopgevende resultaten. Meestal stopte het pesten na één of meer groepsbijeenkomsten, heel soms bleef de situatie ongewijzigd, maar nog nooit hoorden wij dat het pesten erger werd of dat pesters wraak namen omwille van de No Blameaanpak.

Wij besluiten hieruit niet dat de No Blameaanpak een wondermiddel is, maar wel dat ze gestoeld is op de juiste ingrediënten m.n. de kracht van de groep, het doorbreken van macht, empathie, verantwoordelijkheid en het niet bestraffen.

Let wel: de methode werkt enkel als het effectief om een pestprobleem gaat! Bij ruzie, vechtpartijen en ander storend gedrag kan je niet spreken van één slachtoffer dat gedurende een lange periode het doelwit is. In dat geval zullen andere methoden eerder op hun plaats zijn.

JE KAN PESTEN TOCH NIET ONDER JE OGEN LATEN GEBEUREN ZONDER TE STRAFFEN (REAGEREN)?

Wanneer je als leerkracht getuige bent van pestgedrag moet je uiteraard onmiddellijk reageren. Anders geef je aan dat je het gedrag goedkeurt. De reactie mag echter niet tegenstrijdig zijn met de No Blameaanpak die je later wil opstarten. Dit wil zeggen dat je de pester aanspreekt op zijn gedrag; je maakt hem duidelijk dat je zijn gedrag niet aanvaardt en dat je verwacht dat het zich niet meer herhaalt (ook al weet je dat de kans groot is dat dit wel gebeurt). Indien mogelijk geef je de pester een herstelstraf. Bv. Als je ziet dat een kind de schooltas van een klasgenoot wegschopt, vraag je de tas weer op zijn plaats te zetten; wanneer er schade is aan de tas vraag je de ouders deze te vergoeden.

Om te vermijden dat leerlingen je als 'soft' beschouwen en denken dat ze bij jou de grenzen mogen overtreden, start je, als je zeker bent dat het over pesten gaat, best zo snel mogelijk met de No Blame-aanpak. Zo maak je duidelijk dat je wel degelijk iets doet om pestproblemen op te lossen.

HET IS TOCH BELANGRIJK DE FEITEN TE KENNEN?

Als je weet dat de ernst van de feiten niet altijd in verhouding staat met het effect op het slachtoffer, heeft het kennen van de ware toedracht weinig belang. Bovendien is het vaak moeilijk of onmogelijk om alle details van de feiten te weten te komen. Wanneer je vijf kinderen vraagt hun beeld van de bepaalde feiten neer te schrijven, krijg je waarschijnlijk vijf verschillende verhalen.

Je kan een slachtoffer over feiten laten vertellen, maar naar de groep toe zijn feiten nooit het onderwerp van het gesprek. Op die manier vermijd je doelloze 'welles-nietes' discussies.

ZIJN PROBLEMEN OP LANGE TERMIJN OPGELOST?

In principe is de No Blame-aanpak een kortetermijnaanpak. Dit wil zeggen dat je het probleem binnen een korte tijd wil oplossen. Je wil dat het pesten zo snel mogelijk stopt.

Maar je mag de lange termijn uiteraard niet over het hoofd zien. Enerzijds blijf je de situatie opvolgen en blijf je aanspreekbaar voor de kinderen. Anderzijds kan het zijn dat door het toepassen van de No Blameaanpak duidelijk wordt dat het slachtoffer of de pester extra ondersteuning nodig hebben. Deze ondersteuning zal trouwens vlotter verlopen als het acute pestprobleem eerst is gestopt. Op die manier creëert de No Blame-aanpak ruimte voor begeleiding op lange termijn.

DE OUDERS WILLEN EEN HARDE AANPAK

Als iemand meer lijdt dan het slachtoffer zelf zijn het de ouders wel. Vanuit onmacht stellen zij zich wel eens kwaad, beschuldigend en op wraak belust op. Dit gevoel kan nog worden versterkt als ouders het gevoel hebben dat de school hun klachten niet ernstig neemt of dat hun kind wordt beschuldigd. Uitspraken als 'Och, zo erg is het allemaal niet' of 'uw kind moet zich leren verdedigen' vallen meestal niet in goede aarde. Soms gaan ouders zo ver dat ze het recht in eigen handen nemen door de pester of zijn ouders zelf te benaderen. Dit heeft echter nog nooit tot een oplossing geleid, integendeel.

Geef ouders daarom de ruimte hun gevoelens te uiten en luister naar hen zonder vooroordelen, ontkenning of weerstand. Meestal wordt dan snel duidelijk dat iedereen gewoon wil dat het pesten stopt. Dat is de eerste prioriteit. Met dit doel voor ogen zijn bijna alle ouders bereid de No Blameaanpak een kans te geven.

Het is aangewezen ouders bij het begin van het schooljaar te vertellen dat bij pest-situaties de No Blame-aanpak wordt toegepast. Je kan de ouders uitnodigen contact op te nemen met de school wanneer ze zich om één of andere reden zorgen maken over hun kind, met de stellige belofte dat ze zullen worden gehoord.

DE LEERLINGEN ZIJN EEN HARDE AANPAK GEWOON

Wanneer de No Blame-aanpak voor het eerst wordt toegepast bij kinderen die een autoritaire en bestraffende aanpak gewoon zijn, kan argwaan ontstaan. Zij hebben vaak het gevoel dat er wel één of andere stok achter de deur staat.

Door de No Blame-aanpak telkens opnieuw aan te wenden zal het langzaam maar zeker duidelijk worden dat de school een andere weg wil bewandelen in het omgaan met pestproblemen en zal het vertrouwen bij de kinderen groeien.

WAT KAN JE DOEN ALS HET SLACHTOFFER NIET WIL DAT JE DE NO BLAME-AANPAK TOEPAST?

Om het vertrouwen niet te schenden kan je niet met de No Blame-aanpak starten zolang het slachtoffer dat niet wil. Wat je wel kan doen is regelmatig opnieuw met het slachtoffer praten om te horen hoe de situatie evolueert. Telkens weer kan je proberen de vertrouwensrelatie te versterken opdat het kind je zijn steun geeft om het stappenplan uit te proberen.

KAN JE STEEDS DEZELFDE KINDEREN IN HET GROEPJE VRAGEN?

Wanneer je de No Blame-aanpak regelmatig en misschien overlappend in tijd toegepast, moet je voldoende rekening houden met de draagkracht van de kinderen. Het zou kunnen dat de meest empathische kinderen steeds tot het groepje behoren en zich op het eerste gezicht goed voelen in de 'zorgende' rol. Niettemin moet zo een kind ruimte en tijd krijgen om de problemen zelf een plaatsje te geven en te verwerken. Daarnaast moet het zelf nog voldoende tijd hebben om onbezorgd te spelen.

WAT MOET JE DOEN ALS EEN KIND VAN DE GROEP METEEN DE PESTERS AANDUIDT EN BESCHULDIGT?

Uit vrees voor straf of om aan te tonen dat zij er niets mee te maken hebben, zullen sommige kinderen een beschuldigende vinger naar anderen uitsteken. In dit geval luister je, maar stuur je zo snel mogelijk bij door te herhalen dat het niet de bedoeling is om iemand te beschuldigen en dat niemand van de groep zal worden gestraft of in de problemen komt. Het doel van de bijeenkomst is ervoor te zorgen dat het slachtoffer zich beter voelt.

Je kan er ook bij vertellen dat iedereen voor zichzelf wel weet in hoeverre hij mee verantwoordelijk is voor het slechte gevoel van het slachtoffer.

WAT MOET JE DOEN ALS DE KINDEREN VAN DE GROEP VINDEN DAT HET SLACHTOFFER HET PESTEN UITLOKT?

Ook in dit geval kan je luisteren en stellen dat je zal kijken in hoeverre je met die informatie iets kan doen naar het slachtoffer toe. Anderzijds is het belangrijk de groep te doen inzien dat geen enkel feit iemand 'carte blanche' kan geven om een ander kwaad te doen.

WAT ALS PESTERS GEEN VOORSTELLEN DOEN?

Wie voor het eerst met de No Blame-aanpak aan de slag gaat, vreest meestal dat de groep en meerbepaald de pesters helemaal geen voorstellen zullen doen. Uit reacties die wij reeds van heel wat begeleiders kregen, blijkt dat dit zelden gebeurt. De kracht van de groep (positieve groepsdruk) lijkt meestal sterker dan je vooraf verwacht, zeker in het basisonderwijs. Dit wil niet zeggen dat alle kinderen hun voorstellen ook effectief uitvoeren, maar zolang het pesten stopt, hoef je je daarover niet te veel zorgen te maken. In de opvolggesprekken die voorzien zijn in stap 7 kan je dit dan verder bespreken. Op dat moment kan je vragen wat maakt dat ze hun voorstellen niet hebben uitgevoerd. Maar ook hier wordt niemand beschuldigd of gestraft. Voor sommige kinderen is het veranderen van hun gedrag een enorm grote stap.

WAT ALS KINDEREN 'NEGATIEVE' VOORSTELLEN DOEN?

Het zou kunnen dat bepaalde kinderen voorstellen doen als 'ik zal het slachtoffer eens goed zeggen wat ik van hem denk, dan kan hij veranderen' of 'ik zal haar voorstellen om mooie kleren te kopen, dan mag ze weer bij de groep'. Deze voorstellen tonen een gebrek aan bereidheid om mee te zoeken naar positieve oplossingen. Je kan hierop best reageren door de vraag te stellen 'Hoe denk jij dat het slachtoffer zich dan zou voelen?' Als het kind aanvaardt dat de gevolgen toch niet echt positief zijn, kan het nadenken over een nieuw voorstel.

WAT KAN IK ALS BEGELEIDER DOEN, ALS IK ZELF MET NEGATIEVE GEVOELEN NAAR DE PESTER(S) KIJK?

Het is uiteraard de bedoeling dat leerkrachten alle kinderen op dezelfde manier begeleiden, maar iedereen weet dat dit niet altijd lukt. Op basis van je persoonlijkheid, je eigen waarden en normen en de ervaringen met de kinderen kan de band met elk van hen anders zijn.

Wanneer je 'boze' gevoelens hebt ten aanzien van de pester(s) is het niet evident om de No Blame-aanpak toe te passen. Het is belangrijk voor jezelf uit te maken in hoeverre je erin zal slagen je eigen gevoelens even opzij te schuiven. Als dat niet lukt, is de kans groot dat de kinderen dit aanvoelen en zich niet voldoende veilig voelen. Wanneer je denkt dat het niet verstandig is om de No Blame-begeleiding zelf op te nemen, kan iemand anders van het team dit misschien van je overnemen. Je kan er ook voor kiezen de groeps gesprekken telkens met twee personen te begeleiden. In dit geval is één van beiden gespreksleider en de andere observator.

WAT ALS HET PESTEN NA VERLOOP VAN TIJD WEER DE KOP OPSTEEKT?

In principe kan je de No Blame-aanpak telkens opnieuw herhalen, eventueel met een nieuw samengesteld groepje. Wanneer je op basis van bepaalde oorzaken of kenmerken van het pestprobleem besluit dat de No Blame-aanpak niet langer aangewezen is, kan je kiezen voor doorverwijzing naar specifieke begeleiding voor de pester of het slachtoffer.

4. De rol en de kracht van de leerkracht (begeleider)

OPEN HOUDING

Door een rustige, open houding aan te nemen, creëer je non-verbaal warmte en geborgenheid waaruit een gesprek kan ontstaan.

ACTIEF LUISTEREN

Wanneer je actief luistert, ben je enkel bezig met datgene wat de ander je vertelt en dat toon je zowel verbaal als non-verbaal. Voldoende tijd en ruimte voorzien, terugkoppelen zonder te interpreteren, checken of je waarneming klopt, de ander aanmoedigen en stilte toelaten zijn enkele kenmerken van actief luisteren.

Voorbeeld

'Ik hoor dat je vaak nare dromen hebt. Wil je daarover graag nog iets meer vertellen of niet?'

VERTROUWEN GEVEN EN WEKKEN EN DE ANDER GERUSTSTELLEN

Om de No Blame-aanpak toe te passen is het vertrouwen tussen jezelf en het slachtoffer heel belangrijk. Maar — zoals eerder beschreven — dit is niet vanzelfsprekend, omdat de meeste slachtoffers erg bang zijn. Tijdens het eerste gesprek zal je dan ook op zoek moeten gaan naar geruststellende en overtuigende woorden.

Voorbeeld

'Ik weet bijna zeker dat het beter zal gaan als ik met de groep heb gepraat en ik beloof dat ik de situatie van dichtbij in de gaten zal houden. Je bent bovendien altijd welkom voor een babbel.'

NIET OORDELEND COMMUNICEREN

Een van de belangrijkste kenmerken van de No Blame-aanpak is het feit dat je niemand veroordeelt of straft. Dit tijdens het groepsgesprek duidelijk maken en volhouden is een hele uitdaging.

Voorbeeld:

'Ik hoor dat je het moeilijk hebt om S te ondersteunen. Ik neem je dat niet kwalijk.'

EEN GESPREK 'AFBLOKKEN'

Zoals eerder beschreven is de kans groot dat bepaalde kinderen een beschuldigende vinger naar elkaar uitsteken of in discussie willen gaan over bepaalde feiten. Op dat moment is het aangewezen het gesprek rustig af te blokken.

Voorbeeld

'Het is voor mij niet belangrijk te weten wie S gisteren al dan niet heeft uitgelachen. Het is wel belangrijk dat S zich opnieuw beter kan voelen in de groep en daarvoor richt ik mij tot jullie.'

AANMOEDIGEN

Wanneer je de groepsleden vraagt voorstellen te formuleren zal je hen moeten aanmoedigen. Dit kan door duidelijk te maken dat je hun een zekere verantwoordelijkheid geeft en dat je gelooft in hun kracht als groep.

Voorbeeld

'Ik weet zeker dat jullie er samen kunnen voor zorgen dat S zich beter voelt in jullie groep. Daarom vraag ik dat elk van jullie even nadenkt over een persoonlijk voorstel.'

ERKENNEND REAGEREN EN WAARDEREN

Elk voorstel, hoe klein ook, verdient waardering die je verbaal en non-verbaal duidelijk kan maken. Een poster die misschien zelden of nooit waardering krijgt, kan dit als zeer positief ervaren.

Voorbeelden

'Pim, ik vind het erg moedig van jou dat je het voor Bo wil opnemen als ze nog zou worden gepest.'

'Louis, wat een leuk idee om eens samen met Bo over Harry Potter te praten.'

'Karl, ik waardeer dat je Bo met rust wil laten.'

DOORVRAGEN

Wanneer kinderen het niet gewoon zijn over gevoelige onderwerpen te praten zijn ze soms erg kort en oppervlakkig. Door rustig door te vragen kan je ze soms toch motiveren om meer te vertellen.

Voorbeeld

'Je zegt dat je het erg vindt voor Bo, maar wat bedoel je daar juist mee?'

IK-TAAL GEBRUIKEN OF PRATEN VANUIT JEZELF

Het zou kunnen dat bepaalde kinderen zich achter de groep verstoppen door in de wij-vorm te spreken. Op dat moment kan je vragen om dezelfde mededeling opnieuw te formuleren in de ik-vorm.

Voorbeeld:

'Ik hoor je zeggen 'wij zullen haar niet meer uitlachen', kan je dat ook even zeggen door met 'ik' te beginnen?'

5. Praktische afspraken in onze school

Nadat een pestprobleem gemeld wordt, is er steeds een overleg met de zorgcoördinator. Hierop zullen onderstaande punten besproken worden.

Wie wordt No Blame-begeleider?

Zorgcoördinator of directie kan begeleider zijn. Alles hangt af van wie op dat moment de grootste vertrouwensband heeft met de gepeste.

Plaats van het gesprek?

Indien mogelijk gaan de groepsgesprekken door in het zorglokaal. Indien dit niet mogelijk is omwille van oudercontact kan het leraarslokaal of de pastorij gebruikt worden.

Tijdstip van het gesprek?

De gesprekken zullen zoveel mogelijk gepland worden op het moment dat de leerlingen geen relevante leerstof missen.

Vanaf het derde leerjaar

De no-blame methode zal op onze school toegepast worden vanaf het 3^{de} leerjaar.

Het 1^{ste} en 2^{de} leerjaar zal gebruik maken van het basisidee van de no-blame methode maar nog niet echt de verschillende stappen volgen.

Zoals eerder aangegeven is de empathie, het gevoel voor verantwoordelijkheid en de zelfreflectie bij jonge kinderen nog niet altijd voldoende ontwikkeld. Niettemin kan je kinderen vanop jonge leeftijd vertrouwd maken met het principe dat problemen in de groep worden besproken en dat ze elk op hun manier mee kunnen helpen om problemen op te lossen. Wanneer ze dan op latere leeftijd worden ingeschakeld in een No Blame-begeleiding zal dit veel vlotter verlopen

5. SAMENWERKING MET HET CLB

Indien een pestprobleem niet opgelost geraakt; kan het CLB ingeschakeld worden en mee zoeken naar mogelijke oplossingen.

Meldingsformulier pesten



Ingevuld door:

.....

Datum:/...../.....

Wie wordt gepest:

Wie/Hoe werd het gemeld:

Wie is/zijn de pester(s):

.....

Korte beschrijving van het pestgedrag:

.....

.....

Hoe wordt het probleem aangepakt:

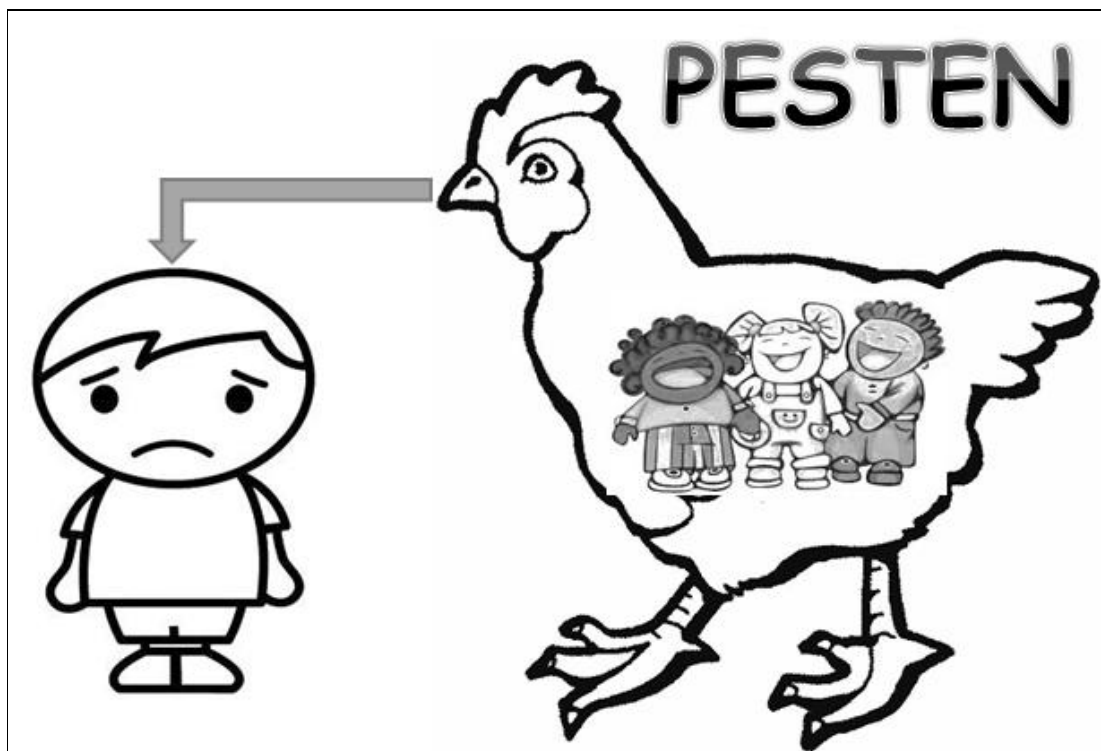
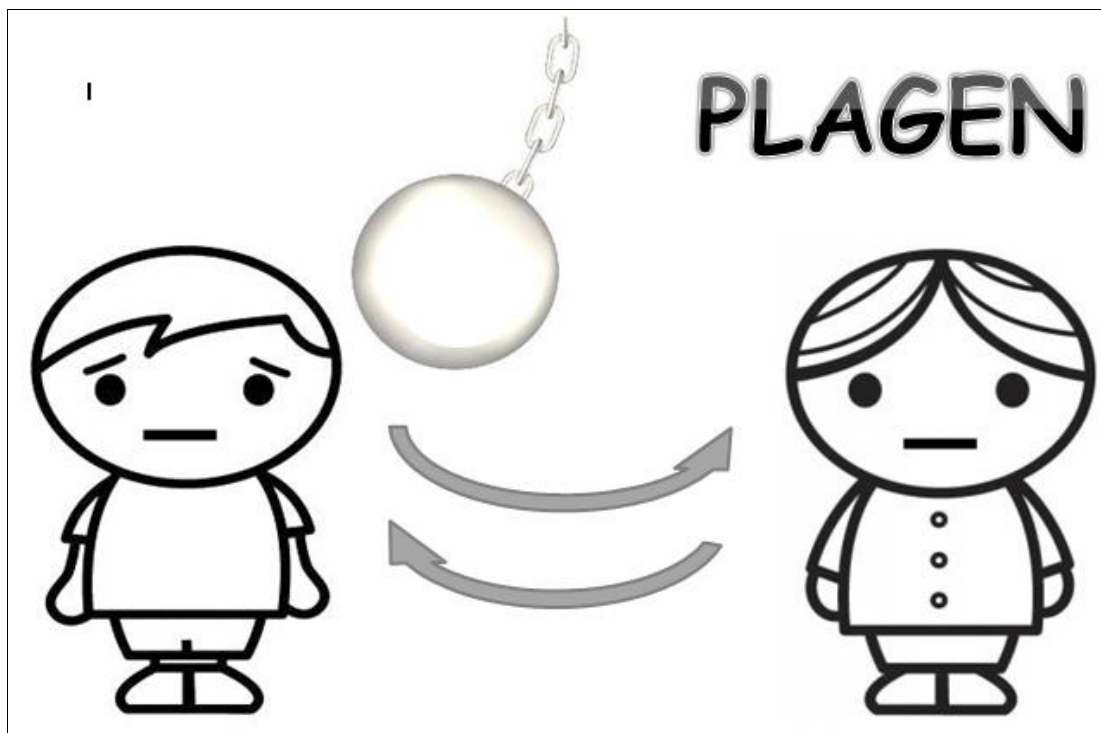
.....

.....

Wie/Hoe volgt het probleem op:

.....

.....





... wat nu?



Ik denk
dat mijn
kind
gepest
wordt...

Wij streven ernaar dat elk kind
zich goed voelt op onze school!