



PRETACTIE-PLAN

“We kunnen niet van alle kinderen dezelfde sterretjes maken, wel kunnen we ervoor zorgen dat zij vooral allemaal schitteren.”

INHOUDSTAFEL**Pagina**

INLEIDING EN UITGANGSPUNT (Waarom dit pretactieplan?).....3

UITLEG

PLAGEN, PESTEN OF RUZIE MAKEN?

VOOROORDELEN OVER PESTEN.....4

BEGELEIDING van... / HULP OF TIPS aan...5

- Het slachtoffer
- De Pester (en meelopers)
- De zwijgende middengroep
- De volwassenen

INFORMATIEBRONNEN EN PARTNERS.....7

BIJLAGE VOOR DE KINDEREN (inhoud)**Niveau 1 = WAT HELPT OM ONS GOED TE VOELEN***Sfeer en verbondenheid*

GOUDEN WEKEN

CIRKELEN

PETER EN METER – SYSTEEM

NOG ENKELE LEUKE DINGEN

Inspraak

MOS / HIKIBE

Niveau 2 = WAT HELPT RUZIE VOORKOMEN

(SPEELPLAATS)REGELS EN AFSPRAKEN

GROEIGROEPJES

VERBINDEND COMMUNICEREN

BELONEN

Niveau 3 = WAT DOEN WE NOG ALLEMAAL

ENQUÊTES

SOCIOGRAMMEN

SAFER INTERNET

MEGA

MELDEN

Niveau 4 = WAT KUNNEN WE TOCH DOEN BIJ PROBLEMEN

STAPPENPLAN BIJ CONFLICTEN

KIND- OF KLASGESPREKKEN

NO BLAME

INLEIDING EN UITGANGSPUNT (Waarom dit pretactieplan?)

Willen we ervoor zorgen dat kinderen zich positief kunnen ontwikkelen, dan moeten we erover waken dat iedereen zich goed voelt. Daarom heet dit plan ons “**pretactie – plan**”. Op onze school vinden we het heel belangrijk dat we veel leren, maar ook dat de kinderen leren om graag naar school te gaan. De school moet dus een leuke plek zijn voor iedereen! Daarom vinden we het ook belangrijk dat in onze school pesten geen plaats krijgt. In de eerste plaats zorgen we voor vele zaken die het plezier maken op onze school en kinderen eigenlijk geen tijd hebben om te pesten.

Daarom geven we hier een overzicht van:

- wat wij verstaan onder pesten en wat meer UITLEG hierrond,
- hoe we zorgen voor een leuke school,
- wat we allemaal kunnen DOEN.

Moesten er toch problemen opduiken, maak dan zeker een afspraak met een leerkracht en praat over wat er allemaal gebeurt met je ouders, je klasgenoten en je leerkracht!

Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen, zullen we allemaal met veel plezier naar school gaan!

UITLEG

PLAGEN, RUZIE MAKEN OF PESTEN?

Een definitie van pesten op school luidt als volgt : “Pesten is het systematisch uitoefenen van psychische en/of fysieke mishandeling door een leerling of een groep leerlingen van één of meer klasgenoten (andere kinderen), die niet (meer) in staat zijn zichzelf te verdedigen”.

Met deze definitie is het verschil tussen pesten en plagen duidelijk aangegeven. Bij plagen is er sprake van incidenten. **Pesten echter gebeurt systematisch : een aantal keren per week, één keer per week of volgens een andere regelmaat.**

We doen allemaal wel eens iets (al dan niet bewust) wat een ander niet bevalt. Echter, wanneer de ander aangeeft dat dit moet stoppen en je gaat toch door, dan spreken we van pesten. Pesten komt helaas ook bij ons op school voor. Het is een probleem dat wij onder ogen willen zien en op onze school dan ook serieus willen aanpakken.

Ruzie maken daarentegen moet kunnen, hoe vreemd het ook klinkt. Ruzie makend leren we immers hoe we kunnen reageren op agressie, hoe ze kunnen onderhandelen, hoe ze kunnen omgaan met hun gevoelens. **Ruzie maken helpt om sociale vaardigheden te ontwikkelen**. Terwijl kinderen ruzie maken zoeken ze hun positie in de samenleving. Ze worden sterker als ze een conflict zelf kunnen oplossen.

Het is belangrijk dat er een zone bestaat waarin plagen en ruzie maken een plaats krijgen. Het spreekt voor zich dat het observerend oog van de volwassene op de achtergrond een belangrijke rol kan spelen zodat de situaties niet uit de hand lopen. Op de volgende bladzijde zien we nog duidelijker de verschillen.

Vervelend doen/ plagen	Ruzie maken	Pesten
-is onschuldig, gebeurt onbezonnen of spontaan, gaat soms gepaard met (al dan niet geslaagde...) humor.	-incidenteel	-gebeurt berekend (men weet vooraf goed wie, hoe en wanneer men zal pesten), men wil bewust iemand kwetsen of kleineren.
-is van korte duur of gebeurt slechts tijdelijk.	-tijdelijk	-langdurig: het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langere tijd.
-speelt zich af tussen gelijken ('twee honden die vechten om hetzelfde been')	-gelijke machtsverhouding	-ongelijke strijd: 'de pester ligt altijd boven' (de onmachtgevoelens van het slachtoffer staan tegenover het almachtgevoel van de pester).
-is meestal te verdragen of zelfs plezant, maar kan evenzeer kwetsend of agressief zijn.	-beide partijen zijn negatief	-de pester heeft geen positieve bedoelingen, wil pijn doen, vernielen of kwetsen.
-meestal één tegen één	-tweerichtingsverkeer	-meestal een groep (pester, meelopers, supporters) tegenover één geïsoleerd slachtoffer.
-wie welk kind plaagt, ligt niet vast; de tegenpartijen wisselen.	-meestal wisselend	-neiging tot vast structuur: pesters zijn meestal dezelfde, net zoals de slachtoffers (al gebeurt het dat zij door omstandigheden wisselen).
Gevolgen		
-'Schaafwonde' of korte draaglijke pijn (hoort soms bij het spel); wordt soms ook als prettig ervaren (plagen is kusjes vragen).	-hoort bij vriendschap ...	-Indien niet tijdig wordt ingegrepen, kunnen de gevolgen (zowel lichamelijk als geestelijk) heel pijnlijk en ingewikkeld zijn, en ook heel lang aanslepen.
-de vroegere relaties worden weer vlug 'in orde' gebracht.	-de ruzie of het geschil wordt (gemakkelijk) bijgelegd.	-het is niet gemakkelijk om tot betere relaties te komen; het herstel verloopt moeizaam en moet worden bijgelegd.
-men blijft opgenomen in de groep.	-men blijft opgenomen in de groep.	-isolement en grote eenzaamheid bij het gekwetste kind; aan de basisbehoefte om 'bij de groep te horen' wordt niet voldaan.
-de groep lijdt er niet echt onder; ze vindt vlug haar vroegere draai.	-de groep lijdt er niet echt onder; ze vindt vlug haar vroegere draai.	-de groep lijdt onder een dreigend en onveilig klimaat.

VOOROORDELEN OVER PESTEN

Pesten gaat vanzelf over.

Fout! Het wordt alleen maar erger als er niets aan gedaan wordt.

Het slachtoffer lokt het vaak zelf uit.

Ja en nee. Dit is soms het geval, maar het mag zeker niet veralgemeend worden. Lokt een kind met "ander" sociaal gedrag, doorheen de jaren soms pestgedrag uit? Kan het een reactie zijn van andere kinderen op dit gedrag?

Van pesterijen word je hard.

Fout! Plagerijen leiden tot enige hardheid maar pesterijen "breken" slachtoffers. De gepesten worden overtuigd van hun minderwaardigheid en onzekerheid. Het pesten is dus geen stimulans maar een belemmering voor hun ontwikkeling.

Je vermijdt pesten als je je kind voldoende beschermd.

Met je kind overdreven te beschermen bewijs je je kind geen dienst.

➤ Tips voor de verschillende groepen staan op p. 5 – 6

KENMERKEN, SIGNALLEN EN GEVOLGEN

Kenmerken

Het slachtoffer

- Houdt niet van geweld
- is meestal minder sterk
- is eerder iemand die wat stiller is
- is vaak angstiger dan andere kinderen
- durft minder voor zijn mening opkomen
- vindt zichzelf minder goed
- voelt zich eenzaam
- zoekt in sommige gevallen de leerkracht op, wat dan weer olie op het vuur is voor de pestkop.

De pester

- is meestal sterker dan het slachtoffer
- wil stoer doen
- wil zichzelf bewijzen
- is agressief
- kan moeilijk met regels omgaan
- heeft een groot idee van zichzelf of juist niet
- kan zich moeilijk inleven
- geniet respect maar in hoofdzaak uit angst, niet uit waardering.
- mondig
- geniepig en/of geslepen

De meelopers

- doen mee om bij de groep te horen
- doen mee uit angst om zelf gepest te worden
- steunen het slachtoffer in persoonlijke situaties, maar zwijgen in de groep

Signalen

Het slachtoffer

- lijkt niet echt vrienden te hebben
- wordt vaak als laatste gekozen
- geeft een onzekere indruk
- ziet er ongelukkig uit
- wordt vaak uitgelachen
- zijn bezittingen worden beschadigd
- komt niet graag naar school
- er zijn plotselinge, onverklaarbare gedragsveranderingen
- zal zich terugtrekken, onbereikbaar zijn
- zal snel geïrriteerd raken, veel ruzie maken
- heeft angst voor lichamelijk contact, schrikreactie
- kan zich niet concentreren, heeft geen interesse voor klasgebeuren
- heeft vage lichamelijke klachten (hoofdpijn, buikpijn, ...)
- heeft soms minder goede punten op school
- kan bedplassen
- heeft nachtmerries, slaapgebrek
- heeft angst voor bepaalde leerlingen
- heeft angst voor bepaalde plaatsen
- blijft soms opmerkelijk dicht in de buurt van de leerkracht
- gaat zich verstoppen tijdens pauzes (op het toilet,...)
- komt met beschadigd materiaal thuis zonder een goede uitleg

De pester

- probeert te overheersen in allerlei situaties
- is vaak tegendraads
- aanvaardt geen tegenwerking
- doet heimelijk
- spot, lacht iemand uit
- intimideert
- maakt dingen stuk
- roddelt
- sluit iemand uit.

*Gevolgen***Het slachtoffer**

- kan een minderwaardigheidsgevoel krijgen en zich daardoor onzeker gaan gedragen
- kan amper nog voor zichzelf opkomen
- kan zijn vertrouwen verliezen tegenover andere mensen
- kan schoolangst hebben, maar in het later leven ook andere angsten
- heeft het moeilijker om zich te concentreren
- durft geen initiatieven meer te nemen

De pester

- houdt op lange termijn geen ECHTE vrienden meer over
- werkt zich vast in zijn rol en ondervindt ondanks een positieve verandering vanuit zijn verleden toch moeilijkheden om een andere rol aan te nemen
- komt in botsing met andere mensen op latere leeftijd
- blijft moeite ondervinden met een goede omgang met anderen
- maakt misbruik van macht en geraakt in een negatieve spiraal.

BEGELEIDING van... / HULP OF TIPS aan...**Het slachtoffer**

Toon medeleven, luister en stel vragen
 Help de leerling te reageren op pesters
 Leg uit waarom anderen zo gemeen zijn
 Help om oplossingen te vinden
 Geef de persoon complimenten
 Ga tegen pesters in
HULP VRAGEN is NIET KLIKKEN!!!

De pester (en de meelopers)

Waarom is er ruzie, waarom pest je?
 Weet je welk effect dit heeft op de andere kinderen?
 Leer hen hun excuses aan te bieden
 Toon aan hoe je ook positief aandacht kan krijgen.
 Wijs pesters op de positieve kanten van het slachtoffer
 "STOP-DENK-DOE"

De zwijgende middengroep

Maak stillere kinderen sterker
 Toon het effect aan op het slachtoffer

De volwassenen

Praat altijd over peestsituaties met je leerkrachten/ouders die je ziet of meemaakt!

INFORMATIEBRONNEN EN PARTNERS

Informatiebronnen

www.tumult.be → Boek "Pesten op school voorkomen" – uitgeverij Bakermat
www.pluizer.be (boeksuggesties kijk onder rubriek zoeken is er bij het thema pesten)
www.klasse.be/oudershttp://www.klasse.be/ouders (kijk onder help)
www.kieskleurtegenpesten.be
www.clicksafe.be (veilig internet)
www.pestweb.nl (info op kindermaat)
www.pestten.net
www.omgaanmetpesten.nl
www.jeugdenvrede.be
www.pestten.be
www.weerbaar.info
www.omgaanmetpesten.nl
www.awel.be of bel **102**
www.caw.be/locaties/huis-asse/

Hulplijn voor iedereen die vragen heeft over geweld, over kinderen die elkaar pijn doen en kwetsen: bel **1712**
 Tele-onthaal: bel **106**

Partners

LEEKRACHTEN, KINDEREN EN OUDERS

CLB

Een andere voorname partner wat betreft sociaal – emotioneel functioneren is het centrum voor leerlingenbegeleiding (CLB):

CLB Noordwest-Brabant

Mollestraat 59

1730 ASSE

e-mail: asse@clbnwb.be

website: www.clbnoordwestbrabant.be

Via www.clbchat.be kun jij als kind anoniem een vraag stellen of je verhaal vertellen aan een CLB - medewerker. Je vindt alle informatie en de openingsuren van de chat op www.clbchat.be.

Onze directe medewerker en ankerfiguur voor onze school is Yana Goedgezelschap.

U kan haar bereiken via: goedgezelschapy@clbnwb.be

EN VERGEET DE POSTBUSSEN NIET VAN MOS, HIKIBE EN DE BESTBUDDIES