

GVBS Klavertje Vier-sel  
Veerstraat 59  
2240 Viersel



# VERDRAAGZAAMHEIDSPLAN

## INHOUD

1. Inleiding.
2. pesten ≠ plagen
3. Ruziemaken: mag dat ?
4. Pesten: waar en wanneer?
5. Verschillende vormen van pesten
6. Enkele vooroordelen rond pesten.
7. Mogelijke gevolgen van het pesten.
8. Waarom een verdraagzaamheidsplan?
9. De rol van de leerkracht
10. Afspraken in Klavertje Vier-sel.
11. Kids'skills
12. Adviezen voor ouders.
13. Adviezen voor het slachtoffer

# 1. Inleiding: Verdraagzaamheidsplan

Op veelscholen hebben ze een pestactieplan. Ook wij willen een duidelijke visie uitwerken rond pesten. Daar er rond 'pesten' een negatieve sfeer hangt, noemen we ons plan liever een "verdraagzaamheidsplan."

We beseffen dat we voorzichtig moeten omgaan met de term "pesten". Te vaak nemen kinderen en ouders deze term in de mond. Maar dikwijls gaat het om plagen of ruziemaken; dus losstaande gebeurtenissen. NIET dat we dit niet ernstig moeten nemen, maar we moeten toch nuanceren.

Dit verdraagzaamheidsplan biedt een overzicht van wat pesten is of niet is en hoe we er allemaal mee kunnen omgaan. Dit document is bedoeld voor leerkrachten, ouders en kinderen.

Slachtoffers van pesten hebben het in de school soms erg moeilijk. Angst, verdriet en eenzaamheid zijn voor hen dagelijks terugkerende gevoelens. Soms wordt het voor hen onhoudbaar, worden ze ongelukkig, depressief, ziek....

Als leerkracht en begeleider van de kinderen die je toevertrouwd worden, wil je niet dat 'pesten' voorkomt en dat je het kind kan helpen in zijn proces.

Als ouder wil je dat dit jouw kind nooit overkomt. Toch is het evenmin een pretje als je hoort dat je kind zelf een pester is. Het doet pijn als anderen je kind beschuldigen, hoe lastig je kind thuis ook mag zijn. Je krijgt als ouder het gevoel dat je gefaald hebt. En – hoezeer je ook je best hebt gedaan – hoe pak je zo'n probleem dan best aan?

Ook kinderen die als 'toeschouwers' van pesterijen worden beschouwd, kunnen daaronder lijden. Uit angst voor de pesters gaan ze meedoen aan de pesterijen. Er ontstaat een klimaat van onveiligheid, waarin kinderen zich onoprecht en asociaal gedragen. Spontaan en vrij samen spelen en leren is er niet meer bij...

Zowel leerkrachten, ouders als kinderen zijn medeverantwoordelijk opdat het welbevinden van ieder kind optimaal blijft. Daarom vinden wij het belangrijk binnen onze school de verdraagzaamheid te bevorderen.

## 2. plagen ≠ pesten

PLAGEN	PESTEN
Is onschuldig en gaat vaak samen met humor	Bewust iemand kwetsen en kleineren
Is tijdelijk	Gebeurt herhaaldelijk, stopt niet meteen
Speelt zich af tussen gelijken	'de pestkop houdt de bovenhand'
Is te verdragen	Gebeurt met het doel te kwetsen
Meestal één tegen één	Een groep zoekt meestal één slachtoffer

## 3. Ruziemaken : mag dat?

**Ruziemaken 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 ruziemaken, zoeken ze immers hun positie in de samenleving. Kinderen worden sterker als ze het zelf kunnen oplossen. Er moet dus een zone blijven waarbinnen ze kunnen plagen en ruzie maken.

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

## 4. Pesten : waar en wanneer?

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, enzovoort.

## 5. Verschillende vormen van pesten

Er bestaan verschillende vormen van pesten.

**Woorden gebruikt als wapens:** schelden, vernederen, vernederende opmerkingen maken. Wie een grote mond opzet, krijgt vaak respect. Verbaal pesten is ook makkelijk te gebruiken en laat geen bewijzen na.

**Stelen** en vernielingen aanrichten.

**Uitsluiten** of negeren

**Steaming:** een groep kinderen die een individu bedreigen, vernederen totdat hij geld of een voorwerp afgeeft.

**Cyberpesten** : pesten via internet, sms of e-mail.

**Onverdraagzaamheid** : geen respect hebben voor elkaars spullen. Snel handen gebruiken in plaats van woorden.

**Uitlachen** : als er een fout antwoord wordt gegeven of als een leerling iets gekks zegt.

**Fysiek geweld** : slaan, schoppen, omverduwen.

De baas spelen over de ander: opdrachten geven die een kind zelf niet durft te doen.

**Slechte omgangsvormen** : over elkaar roddelen

## 6. Enkele vooroordelen rond pesten

Pesten zal vanzelf wel over gaan.

Fout! Wanneer er niets aan gedaan wordt, zal het alleen maar erger worden.

Je wordt er hard van.

Plagerijen leiden tot enige hardheid, maar pesterijen 'breken' slachtoffers. De slachtoffers worden overtuigd van hun minderwaardigheid en bevestigd in hun onzekerheid. Het pesten is dus geen stimulans, maar een belemmering voor hun ontwikkeling.

Slachtoffers lokken het meestal zelf uit.

Ja en nee. Dit is soms het geval, maar het mag zeker niet veralgemeend worden.

## 7. Mogelijke gevolgen van het pesten

Als we beseffen wat de gevolgen kunnen zijn, gaan we zeker onze ogen niet sluiten voor de signalen. Het blijft niet bij blauwe plekken of een nachtje piekeren over een kwetsend woord. De pesterijen kunnen een leven lang iemand achtervolgen.

De gevolgen voor beide partijen zijn niet te onderschatten. Iedereen gaat lijden onder de pesterijen omdat de groepsgeest bedorven is.

Het slachtoffer kan:

- Een minderwaardigheidsgevoel krijgen en zich daardoor onzeker gedragen
- Amper nog voor zichzelf opkomen
- Zijn vertrouwen verliezen in andere mensen
- Schoolangst hebben, maar ook andere angsten kunnen de kop opsteken in het latere leven
- Concentratiestoornissen ontwikkelen
- Geen initiatieven meer durven nemen
- In het ergste geval :depressief worden en zelfs zelfmoordneigingen vertonen

Het kan dat de pester:

- Op lange termijn geen echte vrienden meer overhoudt
- Verstrikt raakt in de pestrol en ondanks een positieve verandering in zijn gedrag, de grootste moeilijkheden ondervindt om een andere rol aan te nemen
- Op latere leeftijd in botsing komt met de maatschappij ( crimineel gedrag, ontslag, ...)
- Moeite blijft ondervinden voor een goede omgang met anderen

## 8. Waarom een verdraagzaamheidsplan?

Omdat kinderen vaak de stap niet durven zetten naar volwassenen om te zeggen dat ze gepest worden. Veelvoorkomende drempels zijn:

- Ze schamen zich voor wat hen overkomt
- Ze zijn bang dat ze niet geloofd zullen worden
- Ze vrezen nog ergere pesterijen uit wraak
- Ze denken dat ze zelf de schuld zullen krijgen
- Ze kunnen moeilijk inschatten welke handelingen of uitspraken accepteerbaar zijn.

Bij vermoeden van pesten dienen wij als opvoeders onze aandacht te verhogen, nog beter te observeren. Vaak wordt niet alles verteld.

Dan rijst de vraag hoe we het best tot een oplossing komen. Duidelijke afspraken op de school zijn nodig. Een uniforme aanpak geeft de beste resultaten.

## 9. De rol van de leerkracht

De kinderen moeten bij de leerkracht kunnen komen om een pestprobleem te melden. Als leerkracht minimaliseer je niet een noodkreet van een kind. ("Het zal wel overgaan") Beschuldig het kind niet. ("Je lokt het zelf uit") ; schuif de verantwoordelijkheid ook niet af ("Los het zelf maar op, je bent groot genoeg) Je neemt iedere melding serieus en zoekt samen naar een oplossing. Bespreek met een collega, misschien heeft hij of zij wel een idee.

## 10. Afspraken in Klavertje Vier-sel

1. Elke leerkracht heeft met de kinderen in het begin van het schooljaar en tijdens het schooljaar op geregelde tijdstippen een kringgesprek over verdraagzaamheid, pestgedrag en andere omgangsvormen. Ze bespreken samen wat verdraagzaamheid en pesten is. De meester of de juf maakt duidelijk welk gedrag gewenst is en welk gedrag op onze school niet thuishoort.
2. Tijdens het klasgesprek maken we duidelijk dat kinderen altijd bij de leerkracht terecht kunnen met hun problemen. De leerkracht maakt de kinderen hier vaak op attent. Hij/zij geeft hen vertrouwen. Hulp vragen is zeker niet hetzelfde als klikken. Hulp vragen wil zeggen: " ik wil iets veranderen aan het gedrag". Alle kinderen zijn verantwoordelijk om een pestprobleem aan te kaarten. Kinderen die dit liever anoniem doen, kunnen dit door onopgemerkt een briefje op de lessenaar te leggen. Toch verkiezen we de mondelinge communicatie omdat het probleem door vraagstelling meteen veel beter in kaart kan gebracht worden.
3. Bij melding van een ruzie proberen we eerst om dader en slachtoffer de kans te geven het zelf uit te praten. We verplichten ze even met elkaar te praten, samen en zonder/met leerkracht. Als er een oplossing is bij beide partijen, dan komt de leerkracht nogmaals terug op de voorstellen die ze elkaar geven om ruzie te voorkomen. Ook in de kleuterklas lossen we dit op door een gesprek te houden over de ruzie en te zoeken naar hoe dit kan voorkomen worden of suggesties geven.
4. Bij melding van pestgedrag proberen we te werken vanuit de "no blame" methode. Deze methode bestaat uit 7 stappen :
  - Stap 1 : Gesprek met leerkracht en slachtoffer
  - Stap 2 : Gesprek met de groep (pesters- meelopers - neutrale leerlingen)
  - Stap 3 : Gevoelens van het slachtoffer samen bespreken in de groep
  - Stap 4 : Leerlingen bewust maken van hun gedeelde verantwoordelijkheid
  - Stap 5 : Ideeën vragen aan de groepsleden (afspraken)
  - Stap 6 : De groep maakt afspraken, ideeën waar
  - Stap 7 : Na een week worden alle leerlingen individueel beluisterd
5. De leerkracht heeft een actief observerende rol op de speelplaats en in de klas.
6. De kinderen kiezen zelf wie ze als vertrouwenspersoon willen. De klasleerkracht, een andere leerkracht of directie.
7. We blijven de kinderen op een positieve manier benaderen en dit zowel voor de pester als het slachtoffer. Samen met de leerkracht, het kind en de andere

betrokken partijen willen we vanuit het positieve gedrag van het kind veranderen. ( kidsskills, no blame)

Voorouders zijn deze vertrouwenspersonen ook een duidelijk aanspreekpunt in de school bij pestgedrag.

## **Ruzie: hoe proberen we dit op te lossen in de lagere school?**

Volgende afspraken worden in de klas met de kinderen gemaakt :

1. STOP! Ik vind dit niet leuk!
2. Ben je te boos, wacht even en zeg dat je er later over wil praten.
3. Verwoord duidelijk hoe je je voelt. Wat maakt dat je zo boos of kwaad bent ?
4. Bedenk oplossingen die voor beide partijen aanvaardbaar zijn. Elke partij geeft zoveel mogelijk oplossingen tijdens een gesprek ; we reageren niet op elkaar. De oplossingen worden bekeken en er wordt, samen met de leerkracht, gezocht naar de beste.  
→ Kan iedereen zich achter de oplossing zetten?
5. We kiezen samen de gepaste oplossing en leggen deze vast. Nadien bespreken we hoe we de afspraken gaan evalueren. We maken een afspraak voor een reflectiegesprek.

## **Ruzie: hoe proberen we dit op te lossen bij kleuters?**

- Een deel van de ruzie kan voorkomen worden door het maken van duidelijke afspraken en het vastleggen van grenzen.

Een goede regel voor samenspelen vertelt een kind vooral wat hij/zij wel moet doen en niet wat hij/zij niet mag doen.

vb. samenspelen of beurt afwachten...

Herinner kinderen regelmatig aan deze regels voor het samenspelen!



- Verhaaltjes ,poppenspel waar ruzie gemaakt wordt en oplossingen zich aandienen kunnen een voorbeeld zijn voor de kleuters!

-Poppenspel waarin je op een foute manier omgaat met ruzie geeft de kleuters de gelegenheid na te denken over hoe het wel kan. Ruimte voor kinderen om oplossingen te bedenken!

-Soms is het niet slecht een ruzie op zijn beloop te laten (als leidster bekijk je natuurlijk op het moment zelf wat kan en wat niet), want al doende leert men. Kleuters kunnen hun sociale vaardigheden (indien ze voldoende taalvaardig zijn) zo ook oefenen, leren uit reacties... als leidster blijf je natuurlijk in de buurt om te zien of er niets uit de hand loopt!

-kleuters duidelijk maken dat ze bij je terecht kunnen. Ze kunnen je hulp invoeren!

-thema rond boos zijn, ruzie... kringgesprek

-kleuters die heel boos zijn en je niet kalm krijgt door te praten of de time-outzone, zitten vaak vol boze energie die ze kwijt moeten! Een energieke activiteit kan hen vaak rustiger maken achteraf!

Bv. boksen op kussens, klei en plasticine kan ook relaxerend werken!

-Jonge kleuters bezitten vaak nog niet voldoende taal en zitten nog volop in de 'ik-fase', ze zijn nog niet in de mogelijkheid om in te schatten hoe een ander zich voelt. Er ontstaan dan ook regelmatig ruzies omtrent materiaal dat van elkaar wordt afgenomen. Dit gaat meestal samen met duwen, trekken, bijten.... Duidelijk stellen dat dit gedrag niet kan, zonder het kind zijn gevoelens te verloochenen!

Vb. Stop, je mag niet stampen! Dat doet pijn!

De dader wordt even naar de nadenkstoel gebracht.

Dan gaat de aandacht naar het slachtoffer. Bij jonge kinderen is het goed om het voor hen te verwoorden zodat ze zelf met 'ja en nee' kunnen antwoorden en zich begrepen voelen door de juf.

Kleuters die toch een rijkere taal bezitten, kan je benaderen met meer open vragen. Dan terug naar de dader... de juf treedt begrijpend op; verwoorden dat je begrijpt dat hij boos was omdat hij graag hetzelfde speelgoed had. (Heel belangrijk om te zeggen dat je zijn/haar gevoelens begrijpt)

Samen met de kleuter ga je oplossingen zoeken.

Kleuters die niet taalvaardig zijn, kunnen een knuffel of kusje geven bij wijze van het terug goed te maken.

#### Samengevat :

- wanneer het fout loopt : een duidelijke STOP
- nadenkstoel (time-out)
- aandacht voor het verdriet van het slachtoffer
- woord 'stop' aanbrengen
- begrijpen van de boosheid van de dader (zijn/haar gevoelens niet verloochenen), maar wel duidelijk zijn dat hij/zij andere middelen moet hanteren ipv fysisch geweld
- niet- taalvaardige kleuters oplossingen aanreiken

- taalvaardige kleuters zelf oplossingen laten bedenken; samen met de leidster
  - gevoelens van het slachtoffer benadrukken
  - "sorry" zeggen of een niet- taalvaardige kleuter een knuffel of kus laten geven
  - begeleiding bij hun verdere samenspel
  - positieve kritiek geven als het goed loopt
  - positieve complimenten geven als kleuters mooi samenspelen.
  - Als er echt iets misloopt en de vorige stappen (bemiddelingsdialoog, oplossingen zoeken )niet helpen, dan ook consequent zijn.
  - Een straf kiezen die in verhouding staat tot wat er gebeurt!
- 
- jonge kleuters hebben geen benul wat pesten is omdat ze zich nog niet kunnen verplaatsen in de gevoelens van iemand anders. Alles draait nog om hun eigen "ikje", hun leefwereld. Het ontdekken van gevoelens is nog moeilijk. Zich inleven in hoe een ander zich voelt (gevoelens van anderen) is meestal te moeilijk...

We kunnen dus niet van pesten spreken bij kleuters omdat ze daad en gevolg nog niet als één geheel kunnen zien. Ze kunnen dit niet met voorbedachtheid doen. En dat is bij pesten wel het geval !

## **Omgangsregels op onze school.**

- 1 . We spelen met elkaar.
- 2 . Eerste bel, dan stopt het spel. Gaat de bel nog een keer, dan mag praten ook niet meer.
- 3 . We praten met elkaar en niet achter iemands rug.
- 4 . Een mooi gebaar, wij zijn vriendelijk voor elkaar!
- 5 . Als iemand mij of anderen pest, zeg ik STOP!
- 6 . Als het pesten blijft duren vertel ik het tegen mijn juf of meester. Hierdoor vraag ik aan de juf of meester dat het pesten ophoudt. ( melden )

## **Met ruzie en vechten lossen we niets op.**

- 7 . Als anderen ruzie maken, kiezen we geen partij, maar we proberen de ruzie op te lossen.
- 8 . Als ik gepest word, praat ik er thuis over, ik houd het niet geheim.

Deze regels gelden op school en daarbuiten. Dat vinden onze ouders ook. We doen allemaal ons best ons hieraan te houden.

## Toevoeging

Kinderen mogen in hun eigen klas een aanvulling geven op deze vastgestelde schoolregels, in overleg met de leerkracht.

Die aanvulling wordt opgesteld, door en met de klas, dit zijn de zgn. klasregels. Zowel schoolregels als klasregels zijn zichtbaar in de klas opgehangen.

### 11. Kids'skills

Kids'skills reikt ons een werkwijze aan om kinderen een vaardigheid aan te leren. Deze methode passen we individueel toe bij kinderen die sociaal niet zo vaardig zijn. We werken met hen aan een positieve gedragsverandering.

### 12. Adviezen voor ouders

1. School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Toch moet iedere partij waken over haar eigen grenzen. Het kan niet de bedoeling zijn dat ouders op school (en ook niet aan de poort of op de weg naar school of thuis) eigenhandig het probleem willen oplossen. Er moet overleg zijn met de leerkracht en/of directie. Ook de ouders kunnen dus steeds met vragen terecht bij de klasleerkracht of bij de directie. Probeer dit overleg te voeren zonder de aanwezigheid van uw kind, zodat iedereen vrijuit kan praten.
2. Voor pestgedrag op school blijft de inbreng van 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 een eind aan pesten zal komen.
4. Indien u erachter komt dat uw kind zijn/haar probleem niet durft melden op 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 niet op school gebeurt, maar op straat of in een vereniging, probeert u contact op te nemen met de verantwoordelijken van de vereniging om het probleem bespreekbaar te maken. Een school kan immers niet voor conflicten buiten haar muren verantwoordelijk gesteld worden. Toch kan het geen kwaad om hiervan 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. Stimuleer uw kind om voor zichzelf op te komen, maar ook voor anderen.
8. Geloof niet steeds alles wat uw kind zegt, maar tracht door gerichte vraagstelling een mening te vormen vooraleer u uw oordeel uitspreekt over uw zoon of dochter.
9. Stimuleer uw kind niet om het recht in eigen handen te nemen en zeker niet op een gewelddadige manier.
10. Indien uw kind op school reeds gestraft werd voor zijn/haar daden, is het niet nodig om thuis nog een extra straf op te leggen. Wijs wel in een gesprek op de gevolgen van zijn/haar pestgedrag en laat duidelijk uw afkeuring blijken. Reageer ook positief op elke gedragsverbetering ; hoe bescheiden ook.

### 13. Adviezen voor het slachtoffer

1. Loop rechtop, zelfverzekerd en met een opgeheven hoofd.  
→ lichaamstaal speelt een belangrijke rol!
2. Kijk in de spiegel en zeg met luide stem 'NEEN !' of 'LAAT ME MET RUST !'. Dit houdt de pester op afstand.
3. Speel de bedreigende situatie na in een rollenspel en oefen hoe je rustig en zelfverzekerd kan reageren.
4. Negeer het pesten en doe alsof je niet geraakt wordt. Draai je om, loop snel weg en vertel het aan een volwassene.
5. Gebruik humor. Het is moeilijk om je te pesten als je het pesten niet ernstig neemt!

6. Reageer op spottende opmerkingen met telkens hetzelfde antwoord. Dit verveelt de pestkop.
7. Blijf in een grote groep met meerdere kinderen.
8. Leer vervelende gewoonten die aanleiding geven tot pesten af. ( zoals opscheppen, klikken, neuspeuteren of speelgoed van andere kinderen afpakken.)