



Vlaanderen
is onderwijs & vorming



Werken aan een verbindend schoolklimaat

Hoe reageert jouw schoolteam doeltreffend op pesten?

DEPARTEMENT
ONDERWIJS & VORMING

www.onderwijs.vlaanderen.be

Colofon

Deze publicatie kwam tot stand dankzij de medewerking van het Centre de Prévention des Agressions (COPA) en de Ontario Teachers' Federation (OTF) in Ontario, Canada, Sabine Coppens en Anit Van Looy van het Netwerk Onderwijs Mediation, Chloë Vancronenburg van de Vlaamse Scholierenkoepel, Séverine De Bruyn van het Agentschap voor Hoger Onderwijs, Volwassenenonderwijs, Kwalificaties en Studietoelagen en van de afdeling Communicatie van het Departement Onderwijs en Vorming.

Hertaling Creating Safe Schools

Schrijf.be

Foto's

Kim Baele (cover, p. 5, 28, 42, 78)

Magalie Soenen (p. 11, 51)

Shutterstock (p. 29)

Thinkstock (p. 17, 36, 43)

Grafische vormgeving

Vlaams Ministerie van Onderwijs en Vorming

Afdeling Communicatie

Yasmina Yahiaoui en Kim Baele

Productcoördinatie

Vlaams Ministerie van Onderwijs en Vorming

Afdeling Communicatie

Afdeling Secundair Onderwijs en Leerlingenbegeleiding

Verantwoordelijke uitgever

Micheline Scheys

Secretaris-generaal

Departement Onderwijs en Vorming

Koning Albert II-laan 15, 1210 Brussel

Depotnummer:

D/2015/3241/355

Dit werk is auteursrechtelijk beschermd. Het Vlaams Ministerie van Onderwijs en Vorming reproduceerde het met uitdrukkelijke toestemming van COPA en OTF. Hoewel het daarbij verschillende onderdelen aanpaste aan de Vlaamse context, blijft de inhoud, ontwikkeld door COPA en OTF, de intellectuele eigendom van deze twee organisaties, en is elke volledige of gedeeltelijke reproductie verboden zonder hun schriftelijke toestemming.

Inleiding	4	Hoofdstuk 4: Helder en doeltreffend communiceren	29
Hoofdstuk 1: Pesten in het juiste perspectief	5	Reacties op pesten	30
Iedere leerling laten openbloeien	6	Nuttige begrippen	30
Eerst begrijpen, dan vermijden	6	Luistertechniek gericht op empowerment	31
Wat is pesten?	6	Suggesties voor schoolteams	31
Wat is de omvang van het probleem?	7	Communiceren naar alle betrokken partijen	31
Wie wordt gepest?	8	Praten met een leerling die pest - suggesties voor schoolteams	32
Wat is de impact van pesten?	8	Praten met een leerling die wordt gepest - suggesties voor schoolteams	33
Blaming the victim	10	Praten met (mogelijke) verdedigers of bondgenoten - suggesties voor schoolteams	34
Samengevat: wat zijn de kernelementen van pesten?	10	Praten met leerlingen die het pesten aanmoedigen of eraan meedoen - suggesties voor schoolteams	34
Hoofdstuk 2: Pesten voorkomen	11	Praten met ouders van een leerling die wordt gepest - suggesties voor schoolteams	35
Link tussen het voorkomen van pesten én andere vormen van geweld	12	Praten met de ouders van een leerling die anderen pest - suggesties voor schoolteams	35
Geen regels, wel afspraken	12	Hoofdstuk 5: De hele school motiveren	36
Suggesties voor schoolteams om empowerment van hun leerlingen te bevorderen	12	Werken aan een verbindend schoolklimaat	37
Zelfvertrouwen opbouwen	13	Suggesties voor schoolteams om iedereen te motiveren	37
Suggesties voor schoolteams om te werken aan gezonde ego's..	13	Kader voor een alomvattend plan tegen pesten	37
De hele school betrekken bij verandering	13	Stappen naar verandering	38
Pesten of conflict?	14	Suggesties voor leerstrategieën	39
Methodieken voor conflictoplossing	15	Suggesties voor activiteiten in de basisschool	39
Samenvatting	16	Suggesties voor activiteiten in de secundaire school	40
Hoofdstuk 3: Pesten een halt toeroepen	17	Het schoolteam staat niet alleen	42
Leerlingen helpen leerlingen	18	Hoofdstuk 6: De plaats van peer mediation in het beleid tegen pesten	43
Hoe worden leerlingen verdedigers of bondgenoten van de leerling die wordt gepest?	18	Wat is peer mediation?	44
Volwassenen ondersteunen leerlingen	18	Wanneer peer mediation gebruiken?.....	44
Suggesties voor schoolteams om leerlingen duidelijk te maken dat ze worden ondersteund	19	Kenmerken van peer mediation.....	45
Veilig praten over pesten	19	Welke kansen biedt peer mediation?.....	45
Suggesties voor schoolteams om leerlingen controle te geven bij het oplossen van een pestsituatie	19	Betrokkenen bij peer mediation	46
Morele code over klikken en melden	20	Fases van een implementatieproject voor peer mediation op school	46
Volwassenen steunen volwassenen	20	Verloop van een bemiddelingsgesprek	50
Ondersteuning in en van de groep	20	De plaats van peer mediation in het beleid tegen pesten	50
Gedragscode als beleidsinstrument	21	Bijlagen	51
Criteria waaraan een maatregel of actie kan worden afgetoetst	21	Bijlage 1:	
Richtlijnen voor het bevorderen van gezonde communicatie bij interventies	22	Overzicht van de leergebiedgebonden, leergebiedoverschrijdende, vakgebonden en vakoverschrijdende eindtermen en de ontwikkelingsdoelen in verband met het tegengaan van pesten	
Bouwen aan partnerships	24	Bijlage 2:	
Suggesties voor schoolteams om de hele schoolgemeenschap te betrekken	24	Conflicten of pesterijen?	
Het COPA-instrument: empowerment door probleemoplossing.	25	Bijlage 3:	
		Vragenlijst 'Pesten en geweld op school' - leerlingen	

Inleiding

Pesten is een ingrijpende vorm van geweld waarmee heel wat Vlaamse scholen te maken krijgen. De afgelopen jaren werden dan ook verschillende instrumenten ontworpen die scholen ondersteunen in hun beleid om pesten en andere vormen van geweld te voorkomen en aan te pakken. Deze instrumenten benadrukken stuk voor stuk het belang van een brede schoolaanpak (of *whole school approach*). We komen er in deze publicatie nog vaak op terug, zonder er uitvoerig op in te gaan.

Deze publicatie focust vooral op **empowerment van iedereen die bij het beleid tegen pesten is betrokken**. Dat fundament is onder meer van belang bij de methodiek van *peer mediation* (of leerlingenbemiddeling), waarop deze publicatie de schijnwerpers richt.

Veel scholen nemen al heel wat maatregelen om pesten tegen te gaan en aan te pakken, maar toch bestaan er over pesten nog misverstanden. Deze publicatie wil schoolteams dan ook uitnodigen om een aantal van hun inzichten af te toetsen en eventueel in hun beleid op te nemen en/of aan te passen. Schoolteams kunnen daarbij maximaal rekening houden met de **talenten en mogelijkheden van kinderen en jongeren om zelf conflicten op te lossen of een bijdrage te leveren aan de oplossing ervan**.

Een goed zicht op wat pesten is en wat het veroorzaakt, kan daarbij helpen. Hoofdstuk 1 geeft daarover meer informatie. Belangrijk zijn ook de verbanden tussen pesten en andere vormen van geweld. Daarom staat Hoofdstuk 2 stil bij gemeenschappelijke elementen in het schoolklimaat die alle vormen van geweld kunnen tegengaan. Hoofdstuk 3 geeft tips over hoe een schoolteam kan tussenbeide komen in pestgevallen. Advies over doeltreffend communiceren is terug te vinden in Hoofdstuk 4. De brede schoolaanpak vormt de rode draad doorheen deze publicatie. Hoofdstuk 5 gaat in op een aantal belangrijke delen uit die aanpak en biedt ook concrete tips. Peer mediation (of leerlingenbemiddeling), een methodiek om te vermijden dat conflicten escaleren tot pesterijen, vormt de kern van Hoofdstuk 6. Dat legt verbanden met elementen die eerder in de publicatie aan bod komen.

Met dank aan COPA en OTF, Canada

De inhoud van deze publicatie van het Vlaams Ministerie van Onderwijs en Vorming is grotendeels ontleend aan de publicatie *Creating Safe Schools*¹. Dat maakt deel uit van het Safe@School-initiatief (2009), uitgewerkt door het Centre de Prévention des Agressions (COPA) en de Ontario Teachers' Federation (OTF) voor de leerkrachten en docenten in Ontario, Canada – met financiering van het Ontario Ministry of Education. Dit werk is auteursrechtelijk beschermd. Het Vlaams Ministerie van Onderwijs en Vorming reproduceerde delen uit deze publicatie met uitdrukkelijke toestemming van de auteurs. Hoewel het daarbij enkele passages aanpaste aan de Vlaamse context, blijft de inhoud, ontwikkeld door COPA en OTF de intellectuele eigendom van deze twee organisaties, en is elke volledige of gedeeltelijke reproductie verboden zonder hun schriftelijke toestemming.



HOOFDSTUK 1

Pesten in het juiste perspectief

Pesten is een ingrijpende vorm van **geweld**, waarmee heel wat leerlingen in Vlaamse scholen te maken krijgen.

Het is kwetsend, schadelijk en soms zelfs levensdreigend. Volwassenen dragen de sporen van een pestervaring op school soms nog jarenlang met zich mee.

Bovendien komt het **trauma** dat leerlingen oplopen door pestgedrag op uiteenlopende manieren tot uiting. Sommige leerlingen presteren minder goed op school. Anderen haken af om het pestgedrag te vermijden. Soms zijn de gevolgen van pesten nog tragischer, bijvoorbeeld wanneer een leerling die wordt gepest zichzelf het leven beneemt.

Iedere leerling laten openbloeien

Het is cruciaal dat kinderen en jongeren alle ruimte krijgen om zich volledig te ontplooien. Daarom kan het werken aan voorkomen en aanpakken van pesten op scholen niet worden losgekoppeld van het werken aan welbevinden en aan een gezondheidsbeleid. Welbevinden wordt bereikt als er een harmonie bestaat tussen enerzijds de specifieke omgevingsfactoren, en anderzijds de persoonlijke behoeften en de verwachtingen van leerlingen ten aanzien van de school².

Om te werken aan welbevinden is de ondersteuning van leerlingen door volwassenen uit hun leef- en leeromgeving van groot belang. Schoolteams zijn doorgaans gedreven om leerlingen de steun te bieden die ze nodig hebben. Ze doen er alles aan om de **veiligheid van kinderen en jongeren** te garanderen, met als ultieme doel scholen te creëren waarin iedere leerling zich goed voelt en kan openbloeien.

Eerst begrijpen, dan vermijden

Pesten voorkomen en aanpakken is echter verre van eenvoudig. En terwijl scholen het hoofd bieden aan specifieke vormen van pesten, komen er nog nieuwe bij. Denk maar aan **elektronische vormen** van pestgedrag, zoals sexting³.

Wat is pesten precies? Welk effect heeft het op kinderen, jongeren en volwassenen, op korte en op lange termijn? De antwoorden op die vragen kunnen mee de fundamentele vormen om een verbindend schoolklimaat te creëren.

Wat is pesten?

Om het begrip 'pesten' goed te vatten, vertrekken we van een uitgebreide **definitie**:

Pesten is **gewelddadig en meestal herhaald gedrag** van een of meerdere personen, met de bedoeling om de andere(n) schade (psychologisch, seksueel, lichamelijk of sociaal) toe te brengen.

Wie wordt gepest, kan zich meestal niet verdedigen. Er is sprake van een **ongelijke (of als ongelijk ervaren) machtsverhouding** tussen diegene die pest en diegene die wordt gepest.

De leerling die pest vindt allerlei redenen om te pesten, zoals:

- × Een manier van spreken of houding
- × Slechte of net té goede schoolresultaten
- × De etnische afkomst
- × Socio-economische factoren
- × De vriendenkring
- × Een uitzonderlijke intellectuele of lichamelijke eigenschap
- × Het voorkomen of de kledij

Leerlingen die pesten laten zich leiden door hun perceptie wanneer ze een slachtoffer zoeken, en verantwoordelijk hun gedrag vaak tegenover zichzelf. Ze rekenen erop dat de leerlingen in de buurt (omstaanders) niet tussenbeide komen of net meedoen (door hun voorbeeld te volgen, of door het pestgedrag nog te versterken met gelach, gejuich ...).

Pesten neemt **verschillende vormen** aan:

- × Verbaal pesten, bijvoorbeeld: kwetsende opmerkingen maken, schelden, dreigende taal gebruiken, haat zaaien, name-calling

² Engels, N., Aelterman, A., Schepens, A. & Van Petegem, K. (2003). *Representatief onderzoek naar factoren die het welbevinden van leerlingen in Vlaamse secundaire scholen beïnvloeden*. In *Pedagogische Studiën*, (2003), 80 (3), p. 192-209.

³ Sexting is het verspreiden of delen van seksueel getinte foto's of berichten via mobiele telefoons of andere mobiele media. De term is afgeleid van sex en texting (sms- of mms-berichten).

- × Fysiek pesten, bijvoorbeeld: slaan, stampen, duwen
- × Materieel pesten, bijvoorbeeld: materiaal van een andere leerling beschadigen of stelen
- × Sociaal en relationeel pesten, bijvoorbeeld: uitsluiten, roddels of geruchten verspreiden

Pesten gebeurt face to face of via elektronische, geschreven of andere kanalen.

Elektronische vormen van pesten noemen we '**cyberpesten**':

- × Een webpagina of blog, waarop diegene die pest zich voordoet als iemand anders
- × Het gebruik van iemands identiteit, om in zijn of haar naam online-inhoud en -berichten te verspreiden (bijvoorbeeld via Facebook)
- × Beledigende, kwetsende of bedreigende foto's, video's of persoonlijke gegevens van iemand, die worden gepost op een socialenetwerksite of -app, doorgestuurd naar meerdere personen of gepubliceerd op een website die één of meer mensen kunnen raadplegen

Zoals hiervoor vermeld, gaat het bij pesten doorgaans om herhaald gedrag. Toch kan **ook een eenmalige gebeurtenis** een uiting zijn van pestgedrag. Dat hangt af van de impact op de leerling die wordt gepest: als hij of zij het gedrag aanvoelt als pesten, dan is het nodig dat volwassenen dat ernstig nemen.

Ook al blijft het bij een eenmalige gebeurtenis, toch kunnen leerlingen die worden gepest gebukt gaan onder de impliciete dreiging dat het pestgedrag zich opnieuw zal voordoen. Ze worden dan meestal bang of leren juist om bang te zijn.

Ook de **duur van de pesterijen** verschilt: soms vinden ze plaats over een korte periode. Soms houden ze een langere periode aan. Hoe dan ook zijn ze in vele gevallen **gepland en systematisch**.

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

Wat is de omvang van het probleem?

Pesten is een **wijdverspreid** probleem met ernstige gevolgen. De cijfers daarover verschillen naargelang het onderzoek.

De studie *Health Behaviour in School Aged Children* (2012) toont aan dat Vlaanderen – vergeleken met de ons omringende landen – niet anders scoort voor pesten bij 15- en 18-jarigen. Uit diezelfde studie blijkt dat Vlaamse 11-jarigen vaker worden gepest dan leeftijdsgenoten in het buitenland: in Vlaanderen wordt 16% van de meisjes en 27% van de jongens gepest. In de buurlanden gaat het om respectievelijk 12 en 15%⁴.

Terwijl een aanzienlijk deel van kinderen en jongeren offline wordt gepest, stellen onderzoeken vast dat bij pesten vaak moderne technologie wordt gebruikt. Zo toont de studie *Developmental Issues of Cyberbullying Amongst Adolescents* (2014) van de Universiteit Antwerpen aan dat meer dan 11% van de Vlaamse leerlingen (uit de derde graad van het lager onderwijs, en uit de eerste en tweede graad van het secundair onderwijs) slachtoffer is van cyberpesten⁵. Hetzelfde onderzoek toont aan dat meisjes zich vaker slachtoffer voelen van cyberpesten dan jongens (14,1% versus 8,1%). Jongens begaan vaker cyberpesterijen dan meisjes (12,4% versus 9,9%).

De juiste omvang van pesten is moeilijk in te schatten. Dat komt vermoedelijk doordat heel wat pesterijen op school nooit worden gemeld. Slachtoffers van (cyber)pesten willen dat immers vaak niet vertellen, **uit schrik dat hun ouders maatregelen nemen** om hen te beschermen (bijvoorbeeld: verbieden om Facebook nog te gebruiken) of omdat ze denken dat ze daardoor nog meer worden gepest. Pesten is bovendien een fenomeen dat onderhevig is aan **verandering**. Dat maakt het extra moeilijk om het probleem te vatten.

⁴ Meer informatie over de cijfers in HBSC: *Bullying Victimization: Trends: 2002-10*

⁵ Voor meer informatie over de DICA studie op de website van het Vlaamse Kenniscentrum voor Mediawijsheid: *Dossier Cyberpesten: Hoe groot is het pestprobleem?*

Leerlingen kunnen in een pestsituatie **verschillende rollen** opnemen:

- × De leerling die pest: hij of zij vertoont het pestgedrag.
- × De gepeste leerling: hij of zij wordt gepest.
- × De assistent van de leerling die pest: hij of zij volgt het voorbeeld van de leerling die pest.
- × De passieve versterker van de leerling die pest: hij of zij moedigt het pesten aan door ermee te lachen, het toe te juichen ...
- × De verdediger of bondgenoot van de leerling die wordt gepest: hij of zij neemt het op voor de leerling die wordt gepest of probeert dat.
- × De mogelijke verdediger of bondgenoot: hij of zij keurt het pesten af en vindt dat hij of zij zou moeten helpen – maar doet dat niet.
- × De onverschillige toeschouwer: hij of zij ziet wat er gebeurt, maar denkt: het zijn mijn zaken niet.
- × De buitenstaander: hij of zij staat volledig buiten de pestsituatie.

De leerling die pest en de leerling die wordt gepest zijn altijd rechtstreeks betrokken bij een pestsituatie. De andere leerlingen zijn dat niet. Toch kunnen zij een grote impact hebben op de pestsituatie. Uitlechten bijvoorbeeld kan het pestgedrag versterken, terwijl verdedigers of bondgenoten die het pestgedrag openlijk in vraag stellen, het pesten kunnen afremmen. Zijn er veel assistenten van leerlingen die pesten, dan zal er veel pestgedrag voorkomen. Zijn er veel verdedigers of bondgenoten van leerlingen die worden gepest, dan zal dat tot minder pestgedrag leiden. Daaruit blijkt de belangrijke rol van de omstaanders van pestgedrag⁶.

Wie wordt gepest?

Een logisch en universeel antwoord ontbreekt. Over leerlingen die pesten, is wel bekend dat ze eenzelfde eigenschap hebben: ze zijn op zoek naar macht en proberen die te verkrijgen door anderen te viseren.

Wat is de impact van pesten?

Pesten kan een **diepgaand en langdurig effect** hebben op alle betrokkenen:

- × De leerlingen die pesten
- × De leerlingen die worden gepest
- × De getuigen of omstaanders van het pestgedrag

Die impact kan zich uiten in gezondheidsproblemen en moeilijkheden op sociaal en emotioneel vlak, zowel op lange als op korte termijn.

Bij de leerlingen die pesten

Er bestaat een verband tussen leerlingen die pesten en uiteenlopende vormen van **antisociaal gedrag**: wapendracht en vechten, vandalisme en winkeldiefstal, spijbelen en voortijdig schoolverlaten, alcohol- en druggebruik ... Al deze gedragingen hebben diepe wortels en verstrekkende gevolgen. Kinderen en jongeren die pesten in hun jeugd, stuiten in hun latere leven wellicht op een aantal problemen.

De neiging om andere leerlingen te pesten, wijst op **sociale en emotionele problemen**. Het zijn problemen die het welbevinden van leerlingen en zelfs van hun directe omgeving bedreigen.

Sommige leerlingen die pesten, nemen houdingen en gedragingen aan die het erg moeilijk maken om samen te werken, om zichzelf te integreren tussen de andere leerlingen, of om de rechten van en de verschillen met anderen te respecteren. Dat betekent in hun verdere leven mogelijk een grote hindernis voor gezonde, respectvolle en op gelijkheid gebaseerde relaties.

Bij de leerlingen die worden gepest

Pesten laat diepe sporen na bij leerlingen die worden gepest. De impact is vaak al merkbaar op korte termijn en blijft lang doorwerken.

Zo stoten onderzoekers vaak op een verband tussen gepest worden en **uiteenlopende signalen van emotionele trauma's**: chronische ziektes en sociale teruggetrokkenheid, zelfverminking en geweld tegen anderen, eetstoornissen en alcohol- en druggebruik, depressie en suïcide. Uit onderzoek blijkt dat leerlingen die worden gepest mogelijk last krijgen van slaapproblemen, symptomen van depressie vertonen, ziek worden en concentratieproblemen hebben. Neurowetenschappers zeggen zelfs dat pesten ervoor zorgt dat de hersenen van pubers niet ontwikkelen zoals ze horen te ontwikkelen⁷. Het gebeurt ook dat ze op sommige dagen niet naar school willen. Spijbelen en frequent ziek melden kunnen er dan ook

⁶ Hogeschool West-Vlaanderen (2013). *Het Lespakket Re:Pest: Handleiding voor leerkrachten* (p. 11-12). Micheline Scheys (verantwoordelijk uitgever).

⁷ Op 26 april 2013 gaf Prof. Lafosse daarover [meer uitleg](#) tijdens het seminarie van de Vlaamse Onderwijsraad over neurowetenschappen en onderwijs.

op wijzen dat een leerling wordt gepest⁸.

Soms vrezen leerlingen die worden gepest dat het pesten zal verergeren als ze hulp zoeken. Ze zien dus geen oplossing. **Schaamte en schuld** steken dan de kop op omdat de leerlingen er niet in slagen om met de pesterijen om te gaan. Dat kan hen nog angstiger en ongelukkiger maken.

Bovendien gaat pesten vaak gepaard met **isolement en uitsluiting**. Jammer genoeg drijven die gevoelens leerlingen nog verder weg van hun medeleerlingen.

Kinderen en jongeren die worden gepest, voelen zich almaar **minder sterk en zelfverzekerd** dan anderen. Heel wat van hen hebben dan ook behoefte aan constante bevestiging van volwassenen. Ze hebben mogelijk moeite om gezonde relaties op te bouwen met andere mensen, of presteren minder goed op school.

Soms kiezen leerlingen voor een omweg tussen thuis en de school zodat ze de leerlingen die hen pesten niet tegenkomen. Anderen beginnen te liegen of te stelen, om toch maar te voldoen aan de eisen van de personen die hen pesten.

Kinderen en jongeren die worden gepest, vinden het vaak erg lastig om af te raken van hun **stigma als gepeste**. Wat ze ook ondernemen, er is geen ontkomen aan. Ze ondergaan bijvoorbeeld de spot en de beledigingen van medeleerlingen tijdens groepswork, worden pas als allerlaatste gekozen voor het voetbalteam, of merken dat niemand met hen wil samenwerken. Soms raken ze betrokken bij gevechten die ze niet zelf beginnen, maar waarvoor ze toch opdraaien.

Hoe meer ze worden gepest, hoe meer geïsoleerd ze raken. Dat geeft aanleiding tot **nog meer pesterijen**.

Net als leerlingen die pesten, hebben kinderen en jongeren die worden gepest een **verhoogd risico op antisociaal gedrag** tijdens hun adolescentie en hun volwassen leven. Vaak is pesten dan ook verwoestend voor de natuurlijke ontwikkeling van de leerling, en voor zijn of haar gevoel van eigenwaarde.

De lijst met ernstige directe en langdurige gevolgen van pestgedrag is lang, en onderstreept hoe **pijnlijk en destructief** pesten is. In een reflex om daarmee om te gaan, gaan leerlingen die worden gepest wel eens zelf pestgedrag aannemen. Leerlingen die zowel

pesten als worden gepest, kampen met de zwaarste gevolgen. Volgens onderzoek zijn ze vatbaarder voor depressie. Meisjes die pesten én worden gepest doen dan weer vaker aan zelfverminking, en worden sneller geplaagd door suïcidale neigingen, die ze soms omzetten in daden.

Bij de omstaanders van pestgedrag

Ook omstaanders ondervinden de negatieve gevolgen van pesterijen. Dat feit krijgt maar zelden aandacht. Getuigen raken vaak in de war door de dingen die ze zien, kiezen partij voor de leerling die pest, leren om het slachtoffer de schuld te geven, of voelen zich schuldig als ze er niet in slagen om tussenbeide te komen.

Als ze zien dat volwassenen nauwelijks iets ondernemen, dan kunnen ze gaan geloven dat machtige leerlingen anderen mogen pijn doen en door hun gedrag zelfs aan status winnen. Sommigen gebruiken een pestsituatie dan weer om hetzelfde antisociale gedrag over te nemen.

Kinderen en jongeren die pesterijen zien gebeuren, worden somber en bang. **Ze krijgen het gevoel dat ze niet veilig zijn**. Hun concentratie en leervermogen kunnen eronder lijden. Zodra ze volwassen zijn, blijven spijt en een gevoel van hulpeloosheid vaak sluimeren.

Wanneer andere leerlingen tussenbeide komen bij pesterijen, blijkt dat vaak te werken. Dat heeft te maken met de dynamiek van het proces: ondanks het feit dat pesten een veelvoorkomend probleem is, zijn kinderen en jongeren die niet pesten en niet worden gepest, op school in de meerderheid. Vanuit die meerderheidsstatus kunnen ze het verschil maken voor het schoolklimaat.

Positieve kracht tegen pesten

Schoolteams kunnen kinderen en jongeren bewust maken van het pesten en de impact ervan. Ze kunnen **omstaanders aanmoedigen** om het op te nemen voor leerlingen die worden gepest, door hen te informeren, door hun vaardigheden aan te scherpen en door ondersteuning te bieden. Zo bouwen ze mee aan een schoolklimaat waarin pesten niet wordt aanvaard.

⁸ Meer over de gevolgen van pesten voor de slachtoffers in *HBSC: Bullying Victimization: Trends: 2002-10*.

Blaming the victim

Het slachtoffer de schuld geven, is een veel voorkomende reactie op alle vormen van geweld in onze maatschappij. Mensen focussen dan op het gedrag van de persoon die wordt gepest, in plaats van op dat van de persoon die pest. Wie wordt gepest, wordt in dat geval aanzien als zwak, passief, kwetsbaar, te weinig assertief, ... De gedachte is dat hij of zij maar voor zichzelf moet opkomen en moet terugvechten.

Heel wat mensen menen dat kinderen of jongeren die worden gepest een wat sterker karakter moeten kweken, of ze zeggen hen dat ze beter hun persoonlijke stijl aanpassen, omdat andere leerlingen hen 'anders' of 'vreemd' vinden.

Die strategie legt de verantwoordelijkheid dus volledig bij de leerlingen die worden gepest. Dat zorgt ervoor dat zij twee keer het slachtoffer worden van een pest-situatie.

Soms wordt ook **de macht en de invloed** van leerlingen die pesten, zowel over de leerlingen die ze pesten als over de omstaanders, onderschat. Blinks leerlingen die pesten bijvoorbeeld uit in sport, zijn ze klasverantwoordelijke of staan ze ook bij volwassenen goed aangeschreven? Dan versterkt dat de houding die de schuld legt bij leerlingen die worden gepest. De leerlingen die pesten, benadrukken dan vaak dat ze het niet slecht bedoelen, dat ze maar wat plagen en dat hun doelwit het allemaal te serieus neemt, of er zelfs om vraagt.

Kinderen of jongeren die worden gepest, boeten soms nog meer in aan geloofwaardigheid als ze zich proberen te verdedigen door te zinnen op wraak, uit te barsten in woede of zelf door anderen te gaan pesten. Volwassenen kunnen in zulke gevallen besluiten dat die leerlingen **'hun verdiende loon krijgen'**. Ze proberen dan niet om de situatie te doorgronden, of om de machtsdynamiek die meespeelt te ontmaskeren.

Omstaanders zetten de beweringen van leerlingen die pesten vaak nog kracht bij. Zelfs leerlingen die worden gepest, scharen zich soms achter de verdraaide waar-

heid, in de hoop dat ze zichzelf zo beschermen tegen verder pesten.

Geen enkele reden rechtvaardigt pestgedrag.

Kinderen en jongeren die pesten zijn altijd verantwoordelijk voor hun gedrag, en pesten kan op geen enkele manier worden gerechtvaardigd. De leerling die wordt gepest, draagt nooit enige schuld. Niemand verdient het om te worden gepest.

Samengevat: wat zijn de kernelementen van pesten?

Iedereen kwetst weleens iemand – bewust of niet. Conflict is zelfs een wezenlijk onderdeel van het dagelijkse leven. Er is pas sprake van pesten, als onderstaande elementen opduiken:

Kernelementen van pesten:



Toegepast op een schoolsituatie:





HOOFDSTUK 2

Pesten voorkomen

Schoolteams voelen zich soms machteloos omdat ze niet weten hoe ze pestgedrag in hun klas of school kunnen voorkomen of aanpakken.

Een heldere kijk op oplossingen – die rekening houdt met de complexiteit van de problematiek – helpt om te weten welke acties en maatregelen tegen pesten effectief zijn.

Link tussen het voorkomen van pesten én andere vormen van geweld

Alle vormen van geweld zijn met elkaar verbonden. Het gaat keer op keer om **machtsmisbruik**. De bedoeling is altijd om de andere te overheersen. Het doeltreffend voorkomen van pesten maakt dan ook deel uit van een **overkoepelende aanpak** tegen geweld. Er is daarbij ook aandacht nodig voor vormen van geweld die voortvloeien uit sociale ongelijkheid, zoals discriminatie op basis van geslacht, etnische afkomst, sociale klasse, seksuele voorkeur, handicap en religie.

Alle vormen van geweld worden het best benoemd en besproken.

Alleen zo voelen de leerlingen die er het slachtoffer van zijn dat hun kwetsbaarheid en ervaringen worden herkend én erkend.

Alle vormen van geweld zijn in alle gevallen en in elke vorm onaanvaardbaar.

Dat is de belangrijkste boodschap voor de leerlingen en het schoolteam om pesten op een constructieve, consistente en coherente manier te voorkomen.

Om pesten op school doeltreffend te voorkomen, is het nodig om onderstaande boodschappen te verwerken in de gekozen methoden en strategieën:

- × Iedereen heeft recht op bescherming tegen geweld en op een vrije meningsuiting.
- × Iedereen – jong en oud – heeft recht op een leven zonder geweld of mishandeling.
- × Alle vormen van wreedheid, uitbuiting en overheersing, vernedering en mishandeling zijn uitingen van een negatieve en verwoestende vorm van macht en controle. Ze zijn dan ook totaal onaanvaardbaar.

- × Geweld is nooit de schuld of de verantwoordelijkheid van het slachtoffer.
- × Volwassenen zijn er om kinderen en jongeren te helpen. Ze staan klaar om hen te ondersteunen en indien nodig te begeleiden, nemen het actief voor hen op en beschermen hen tegen geweld.
- × Er rust beter geen taboe op geweld. Het is aangegeven om het thema openlijk te bespreken.

Het is belangrijk dat schoolteams de bovenstaande boodschappen uitdragen en nadenken over de manier waarop ze dat doen. Daarbij is het ook nodig dat ze reflecteren over hoe ze zelf omgaan met macht in de relatie tot hun leerlingen en tot hun collega's, zodat ze integer en transparant kunnen handelen⁹.

Geen regels, wel afspraken

Effectieve strategieën tegen pesten focussen op **betrokkenheid en empowerment** als manieren om het machtsonevenwicht te herstellen. Met andere woorden: ze leggen geen regels op die het gedrag beknotten of een gezonde ontwikkeling beperken, maar reiken kinderen en jongeren mogelijkheden aan om hun autonomie, beslissingsvaardigheden en kritisch denken te versterken. De eindtermen en ontwikkelingsdoelen vormen het fundament om daarrond te werken. Bijlage 1 geeft een overzicht van relevante eindtermen en ontwikkelingsdoelen die worden gelinkt aan het voorkomen en tegengaan van pesten, en aan empowerment van leerlingen.



Suggesties voor schoolteams om empowerment van hun leerlingen te bevorderen:

- × Praat eerlijk met hen en luister goed. Neem daarbij de ervaringen en gevoelens van leerlingen ernstig.
- × Geef hen juiste en bruikbare informatie.
- × Bied hen meer keuzes en mogelijkheden aan.
- × Geloof in de capaciteiten van leerlingen – inclusief hun vermogen om hun eigen pestgedrag te veranderen – en uit dat vertrouwen ook.
- × Leg de nadruk op wat leerlingen kunnen, eerder dan op wat ze niet kunnen (of al dan niet zouden moeten doen).

- × Praat met leerlingen over hun rechten (zoals het recht op bescherming tegen geweld), en hun plicht om ook de rechten van anderen te respecteren.
- × Zorg ervoor dat ze ondersteuning krijgen van hun leeftijdsgenoten, volwassenen en de gemeenschap.

Minimaliseer nooit de ervaringen van kinderen en jongeren. Onderschat ook niet hun vermogen om kritisch na te denken en problemen zelf op te lossen. Het is van belang dat kinderen en jongeren de kans krijgen om zelf te leren inschatten of ze een pestsituatie al dan niet kunnen oplossen en of de hulp van een volwassene wenselijk is. Zo versterk je hun zelfvertrouwen en hun vaardigheid om gepast te reageren op uiteenlopende situaties.

Pesten kan alleen voorkomen worden als alle leerlingen volledig meewerken. Regels die steunen op schaamte en straf zijn daarom *niet* doeltreffend.

Goede manieren om pesten – en alle vormen van geweld – te voorkomen zijn:

- × Respect bevorderen
- × Ervoor zorgen dat leerlingen alle kansen krijgen om nieuwe vaardigheden te verwerven
- × Betrokkenheid tussen leerlingen aanmoedigen

Zo ontstaat een verbindend schoolklimaat waarin leerlingen zich ten volle kunnen ontplooien.

Zelfvertrouwen opbouwen

Het zelfvertrouwen van leerlingen stimuleren, is een belangrijk element om pesten te voorkomen en om te werken aan het welbevinden. Als leerlingen hun eigen sterktes, verschillen en grenzen kennen en erkennen, aanvaarden zij beter de verschillen met anderen.

Leerlingen met voldoende zelfvertrouwen zien zichzelf dan als 'goed genoeg' en competent. Als ze zichzelf onvoorwaardelijk aanvaarden, voelen ze zich minder bedreigd als anderen 'anders' zijn. Ze hoeven zich niet sterker of beter te voelen dan anderen. Maken ze fouten, kennen ze een tegenslag of hebben ze ruzie, dan zullen ze met hun emoties misschien wel overhoop liggen, maar blijven ze zichzelf wel aanvaarden.

Kinderen die pesten, lijken vaak zelfverzekerder dan ze zijn. Hun ego heeft versterking nodig en dat is niet

altijd eenvoudig. Zelfvertrouwen opbouwen is echter niet hetzelfde als ego's opblazen. Integendeel: leerlingen hebben het best een **realistisch beeld** van zichzelf.



Suggesties voor schoolteams om te werken aan gezonde ego's:

- × **Maak je feedback concreet en veroordeel niemand.** Probeer specifieke feedback te geven, los van algemene waardeoordelen over (het werk of gedrag van) leerlingen.
- × **Help leerlingen om hun sterktes en zwaktes juist in te schatten.** Geef concrete voorbeelden van wat volgens jou positief is en wat beter kan.
- × **Waardeer leerlingen positief door hen gepaste taken en verantwoordelijkheden te geven.** Geef taken en verantwoordelijkheden op maat van de leerlingen. Op die manier worden verschillen tussen leerlingen en hun sterktes en minder goede kwaliteiten sneller aanvaard in de klas. Je geeft zo ook de boodschap dat je gelooft in ieders kwaliteiten.
- × **Erken verschillende types van intelligentie en succes.** Moedig vriendschap, medeleven, zorg en samenwerking, moed en positief leiderschap aan. Zo inspireer je leerlingen om positieve dingen te doen en verantwoordelijkheid op te nemen voor elkaar.
- × **Ga positief om met de verschillen tussen leerlingen.** Heb aandacht voor het thema 'diversiteit' tijdens de lessen. Ga in op succesvolle figuren uit de zakenwereld of de geschiedenis die durfden af te wijken, daarbij geïnspireerd door inclusie en rechtvaardigheid.

De hele school betrekken bij verandering

Om pesten te voorkomen, is het niet alleen nodig om acties en gedragingen van individuen te wijzigen. Het houdt ook in dat het hele schoolklimaat wijzigt: van een klimaat dat pesten misschien onbewust tolereert of zelfs aanmoedigt naar een dat verbindend is en geweld in al zijn vormen, inclusief pesten, minder kans geeft. Daarbij wordt een brede schoolaanpak benadrukt.

Om aan zo'n brede schoolaanpak te werken, bestaan er verschillende referentiekaders en ingangen. Zo staat de *Handreiking voor een daadkrachtig schoolbeleid* uitvoerig stil bij de preventiekaders van De Caeter en Deklerck¹⁰. Daarnaast bestaat er ook de gezonde scholenmethodiek van het Vlaams Instituut voor Gezondheids promotie en Ziektepreventie¹¹, en gebruiken Sensoa en Child Focus de beleidsdriehoek¹². Deze modellen laten scholen toe om tot een bredere, integrale aanpak te komen. Op die manier worden problemen grondig aangepakt en beperkt de school zich niet tot symptoombestrijding.

Met welk referentiekader er ook wordt gewerkt, ze benadrukken stuk voor stuk het belang van maatregelen op individueel, klas- en schoolniveau. Ze beklemtonen het belang van faciliterende en structurele maatregelen naast educatieve activiteiten. Het geheel van deze maatregelen brengt verandering teweeg.

De ontwikkeling van een reeks **maatregelen die iedereen versterken** en die een impact hebben op alle niveaus van de school is onderdeel van een brede schoolaanpak.

Daarbij is het belangrijk dat iedereen de boodschap krijgt dat gewelddadig gedrag – van welke vorm dan ook – op school nooit wordt gedoogd of aangemoedigd. Bovendien leeft het schoolteam die boodschap het best consequent na. Het gaat daarbij dus ook om het gedrag van de schooldirectie tegenover personeel en leerlingen, van leerkrachten tegenover collega's en leerlingen, en van leerlingen onderling.

Verandering van het schoolklimaat kan er alleen komen als **de hele schoolgemeenschap** (leerlingen, lerarenkorps, ondersteunend personeel, schooldirectie, ouders) zich inzet voor de ontwikkeling en toepassing van deze maatregelen.

Het is dan ook van groot belang dat *iedereen* de nodige ondersteuning krijgt om de verandering te doen slagen.

Om pesten op korte én lange termijn te voorkomen en te verminderen, is het nodig om manieren te vinden om pesten te herkennen, aan te pakken en actief tegen te werken.

Dat houdt dan ook in dat de school nadenkt over:

- × Algemene klimaatsbevorderende initiatieven
- × Preventieve maatregelen
- × Detectiemaatregelen
- × Curatieve maatregelen

Pesten of conflict?

Een alledaags conflict wordt weleens verward met pesten. Nochtans zijn het twee totaal verschillende soorten gedrag. Bij het uitwerken van een beleid tegen pesten zal het van belang zijn om daarmee rekening te houden.

Conflicten zijn onvermijdelijk als mensen in groep samenleven. Conflict hoort bij het dagelijkse leven en kan worden beheerst. Dat geldt echter **niet** voor pesten. Het mag dan ook **nooit** zo worden aanzien.

Een **conflict is een onenigheid of meningsverschil** tussen twee of meer mensen met een gelijkaardige sociale status. De betrokkenen kunnen het hevig oneens zijn en emoties lopen soms hoog op. Als er slecht mee wordt omgegaan, kan het uitmonden in een vorm van geweld.

In een conflict zijn er twee kanten aan het verhaal, beide partijen kunnen de situatie beïnvloeden.

Dat is allemaal *niet* het geval bij pesten. Daar vormen een of meerdere individuen het doelwit, is het belangrijkste doel om anderen te kwetsen, en bestaat er een machtson evenwicht tussen beide partijen. Pesten en conflicten vragen dus om een verschillende aanpak. Een conflict wordt opgelost via 'conflictoplossing' en vaardigheidstraining, terwijl een pestsituatie om een andere aanpak vraagt. Al kan conflictoplossing zinvol zijn om te **voorkomen dat een situatie escaleert tot pesten**.

¹⁰ Meer informatie over de preventiekaders is te vinden in de publicatie *Pesten en Geweld op school: Handreiking voor een daadkrachtig schoolbeleid*, in Hefboom 3: Een goed gekozen preventiekader draagt bij tot een krachtiger preventiebeleid (p. 99-109).

¹¹ Meer informatie over de gezonde scholenmethodiek is te vinden op de website *Gezonde School* (VIGeZ).

¹² Meer informatie over de beleidsdriehoek is te vinden in het *Raamwerk Seksualiteit en Beleid: Kwaliteit, preventie en reactie in jouw school*.

Methodieken voor conflictoplossing

Scholen proberen steeds vaker hun leerlingen en personeel te betrekken bij conflictoplossing. Dat kan met verschillende vormen van *peer support* (zoals *peer mediation*, zie Hoofdstuk 6) of met georganiseerd overleg dat leidt tot conflictoplossing of tot herstelgerichte maatregelen¹³.

Een conflict constructief oplossen, is een belangrijke vaardigheid in het leven van zowel leerlingen als volwassenen. Methodieken om dialoog aan te moedigen tussen leerlingen die met elkaar in conflict liggen, zijn daarom essentieel voor een verbindend schoolklimaat. Kritisch denken en probleemoplossende vaardigheden zijn daarin de fundamenten om tot gezonde relaties te komen.

Gevaarlijk misverstand

Jammer genoeg worden methoden voor conflictoplossing bij het tegengaan van pesten **soms foutief ingezet**. Dat kan leiden tot schadelijke en zelfs gevaarlijke situaties voor de leerlingen die worden gepest.

Stel je voor dat je als leerling die wordt gepest oog in oog komt te staan met de leerling(en) die jou pest(en). Eerst moet je vertellen hoe jij het pesten ervaart. Daarna luister je naar het standpunt van de leerling(en) die je pest(en). Zou jij je dan veilig en sterk genoeg voelen om jouw mening vrij te uiten? Zou je het aankunnen om je angsten te delen, en om de echte weerslag van de situatie op jezelf te beschrijven?

Een leerling die voor die keuze wordt gezet, zal vrezen voor nog grotere gevolgen als hij of zij zelfs maar een deel van de waarheid naar buiten brengt. Dat maakt de verwarring tussen conflictoplossing en de aanpak van pesten zo gevaarlijk. **Wie ervan uitgaat dat het nodig is om beide partijen op gelijke voet te horen, minimaliseert onbedoeld de echte impact van pesten.** De leerling die wordt gepest, krijgt er zo een extra trauma bij.

Zijn er in een situatie elementen die wijzen op pesten, dan is conflictoplossing niet de aangewezen manier om tussenbeide te komen. Volwassenen bekommeren zich dan het best eerst om het emotionele en licha-

melijke welbevinden van de leerling die wordt gepest.

Even belangrijk is dat de leerling die pest – of het pesten aanmoedigt – begrijpt dat dit *nooit* aanvaardbaar is, en de verantwoordelijkheid opneemt voor zijn of haar daden.

Conflictoplossing is niet het juiste antwoord als de situatie wordt gekenmerkt door:

- × De intentie om iemand te schaden
- × Verergering bij elke volgende pesterij
- × Expliciete of impliciete dreiging van nieuw geweld
- × Een verstoorde machtsbalans
- × Leed bij wie wordt gepest, vaak gepaard gaande met (extreme) angst
- × Plezier in het pestgedrag bij de leerling die pest



Oefening: reflectie en discussie

Neem samen met een collega het werkblad door in de bijlage 2 'Conflicten of pesterijen?' achteraan in deze publicatie.

Ga ondertussen na hoe goed jullie conflict- en pestgedrag van elkaar kunnen onderscheiden.

Welke kenmerken doen jullie kiezen voor de ene of de andere maatregel?



Oefening: reflectie en discussie

Lees de doelstellingen en richtlijnen uit dit deel. Denk ondertussen na over hoe jij die in de praktijk zou brengen, en praat erover met je collega's.

Soms zijn de leden van een schoolteam zich er niet van bewust dat ze al doeltreffende strategieën tegen pesten hanteren. Ze gebruiken gewoon hun ervaring, intuïtie en gezond verstand om een positieve sfeer te scheppen in hun klas of school.

¹³ Deze publicatie gaat niet uitvoerig in op herstelgerichte maatregelen. Meer informatie daarover staat in de publicatie *Pesten en geweld op school: handreiking voor een daadkrachtig schoolbeleid*, in *Hefboom 4: De meerwaarde van een herstelgerichte schoolcultuur*, en in *Hoofdstuk 5: Kiezen voor herstelgerichte interventies*.

Samenvatting

Doeltreffende maatregelen om pesten te voorkomen op school beantwoorden aan de volgende vereisten:

- × Ze geven leerlingen nauwkeurige informatie over het voorkomen en aanpakken van pesten, aangepast aan hun leeftijd en ontwikkelingsfase.
- × Ze overtuigen leerlingen van hun waarde als individu, van hun eigen rechten en verantwoordelijkheden – maar ook van die van anderen.
- × Ze moedigen leerlingen aan om hun vaardigheden en attitudes op relevante terreinen te ontwikkelen.
- × Ze geven leerlingen de kans om betekenisvolle keuzes te maken en om daarvoor acties te ondernemen.
- × Ze verhogen de keuzemogelijkheden voor leerlingen in hun dagelijkse activiteiten.
- × Ze zorgen ervoor dat leerlingen toegang hebben tot alle hulp die ze nodig hebben.
- × Ze moedigen leerlingen aan om elkaar te steunen en om samen te werken.
- × Ze stimuleren leerlingen om elkaar als gelijken te zien.
- × Ze zorgen voor bewustzijn en actieve participatie rond het voorkomen en het aanpakken van pesten.

Cruciaal hierbij is de ondersteuning van volwassenen.



HOOFDSTUK 3

Pesten een halt toeroepen

Uit de vorige hoofdstukken blijkt dat een aanpak gebaseerd op empowerment de beste manier is om peestsituaties te voorkomen. Maar hoe werkt dat in de praktijk? Wat kan een leerkracht doen als hij getuige is van opzettelijk geweld van een leerling tegen een andere leerling? Hoe roept hij dat gedrag een halt toe?

Methodieken om peestsituaties te stoppen, vormen een onmisbaar onderdeel van het beleid om pesten te voorkomen en aan te pakken. De eerste vraag die zich stelt, is: wat is de rol van de verschillende partijen die betrokken zijn bij een peestsituatie? Daarmee begint dan ook dit hoofdstuk.

Een brede schoolaanpak heeft bovendien gevolgen voor het beleid. Ook die komen in dit hoofdstuk aan bod.

Leerlingen helpen leerlingen

Zoals beschreven in Hoofdstuk 1, zijn heel wat leerlingen omstaanders bij pestgedrag. Samen hebben ze de macht om het schoolklimaat positief te beïnvloeden, maar ze zijn zich daar niet altijd van bewust. Bovendien zien ze vaak over het hoofd dat ze hun medeleerlingen daadwerkelijk kunnen helpen.

Steeds opnieuw blijkt dat heel veel leerlingen het niet leuk vinden om getuige te zijn van pesten. Ze willen dat het stopt. Dat biedt mogelijkheden om mee aan de slag te gaan. Als scholen aan hun leerlingen de kans geven om zich op een veilige manier te scharen achter de leerlingen die worden gepest, zullen de meesten daarop ingaan.

Er blijft echter moed voor nodig, want het is voor niemand eenvoudig om medewerking te weigeren aan een invloedrijke persoon die zijn of haar macht negatief inzet.

Voor een verbindend schoolklimaat is het belangrijk dat leerlingen veilig en op een eenvoudige manier de stap kunnen zetten **van omstaanders naar verdedigers of bondgenoten van de leerling die wordt gepest**, en dat ze hun geweten kunnen volgen als ze onrecht zien. Daarnaast is het belangrijk dat leerlingen weten dat ze hun eigen veiligheid niet op het spel hoeven te zetten om die van iemand anders te verzekeren.

Hoe worden leerlingen verdedigers of bondgenoten van de leerling die wordt gepest?



Sommige verdedigers of bondgenoten kiezen ervoor om zich uit te spreken. Ze gaan de confrontatie aan met de medeleerling die pest en veroordelen het pestgedrag. Dat getuigt van enorm veel moed. Er gaat ook een zeker risico mee gepaard. Het is positief als leerlingen in staat zijn om zelf de confrontatie aan te gaan met een medeleerling die pest. Het mag echter niet vanzelfsprekend zijn dat alle leerlingen dat risico nemen. Schoolteams maken dat dan ook het best op voorhand duidelijk.

Volwassenen in scholen hebben de verantwoordelijkheid om ervoor te zorgen dat leerlingen zich veilig genoeg voelen om te zeggen wat ze moeten zeggen, en te doen wat ze moeten doen.

Volwassenen ondersteunen leerlingen

Leden van het schoolteam oefenen een belangrijke invloed uit op leerlingen. Ze kunnen ingrijpen, doelgerichte acties of initiatieven opzetten, of het goede voorbeeld geven. Ze kunnen het voortouw nemen bij een verandering van het schoolklimaat. Dat is nodig om omstaanders de moed te geven om pesten een halt toe te roepen en om verdedigers of bondgenoten te ondersteunen als ze voor anderen opkomen.

Leerlingen observeren volwassenen en nemen bepaalde gedragingen over. Als volwassenen gemeen gedrag tolereren, zullen leerlingen dat ook doen. Daarom is

het belangrijk dat leden van het schoolteam het goede voorbeeld geven, tussenbeide komen op een manier die steunt op empowerment en alle leerlingen ondersteunen.



Suggesties voor schoolteams om leerlingen duidelijk te maken dat ze worden ondersteund:

- × Luister heel aandachtig naar leerlingen en moedigen hen aan om hun gevoelens en ervaringen te delen – met respect voor hun onderlinge sociale relaties en hun leven op school.
- × Reageer gepast als leerlingen je in vertrouwen nemen, zodat je recht doet aan de ernst van de situatie zoals leerlingen die inschatten. Het is niet ongebruikelijk dat volwassenen sociale vernedering minimaliseren en de nadruk leggen op het fysieke gevaar. Nochtans zijn leerlingen vaak banger voor de eerste situatie.
- × Wees je bewust van de machtsverhoudingen die spelen als je omgaat met leerlingen.
- × Begrijp – en help leerlingen om te begrijpen – dat er een verschil is tussen ‘klikken’ en ‘melden’ of ‘hulp zoeken’ (zie ook p. 20)
- × Evalueer met de leerlingen op regelmatige tijdstippen de maatregelen en procedures die pesten in de klas en op school tegengaan.
- × Onderneem actie bij elke gemene uitdrukking of handeling – ook als het alleen om woorden gaat. Zelfs als er geen sprake is van pesten, dragen ze bij tot een negatief schoolklimaat.

Maatregelen en acties om pesten te voorkomen en een verbindend schoolklimaat te creëren, houden niet alleen rekening met de leerlingen die worden gepest. **Leerlingen die omstaander zijn van pesten, zijn net zo belangrijk.** Maatregelen om pesten tegen te gaan, zijn dan ook veel doeltreffender als ze bij de omstaanders peer support aanmoedigen.

Schoolteams doen er goed aan om *peer support* zoveel mogelijk aan te moedigen. *Peer support* is belangrijk, maar zelfs als die perfect werkt, hebben leerlingen de actieve steun en begeleiding nodig van volwassenen in de school. Alleen zo kunnen ze echt iets veranderen. Om *peer support* aan te moedigen moet met andere woorden voldaan zijn aan een aantal randvoorwaarden.

Hieronder wordt stilgestaan bij die randvoorwaarden en worden aan schoolteams nog tips gegeven om ermee om te gaan.

Veilig praten over pesten

Pesten een halt toeroepen lukt het best als leerlingen weten dat ze veilig over dat soort problemen kunnen praten – met elkaar en met volwassenen. Een van de krachtigste aspecten van pesten – en van alle vormen van geweld – is zijn geheime karakter. Leerlingen die pesten dwingen daarbij zowel de leerlingen die ze pesten als de omstaanders om te zwijgen. Spreken ze toch, dan wordt er bedreigd met vergeldingsmaatregelen. Dat is een van de belangrijkste redenen waarom maar heel weinig leerlingen volwassenen inlichten als ze worden gepest of getuige zijn van pesten. Door het geheime karakter kan het pesten zich nog dieper verankeren als het niet wordt opgelost.

Leerlingen die volwassenen tóch vertellen over een peestsituatie verdienen hoe dan ook respect. **Vertrouwen** en – indien mogelijk – **anonimiteit** zijn cruciaal om in alle veiligheid te kunnen spreken. Dat houdt echter niet in dat volwassenen niet dienen in te grijpen als er tóch gevaar dreigt en de leerling vraagt om niets te ondernemen. In zo'n geval kunnen collega's, de directie en/of een centrum voor leerlingenbegeleiding (CLB) worden ingelicht of betrokken¹⁴.



Suggesties voor schoolteams om leerlingen controle te geven bij het oplossen van een peestsituatie

Om te voorkomen dat leerlingen hun vertrouwen verliezen zodra je anderen betreft bij het pestprobleem, kun je de leerlingen wijzen op de keuzes die ze hebben, of de controle over de situatie zoveel mogelijk overlaten aan de leerling door:

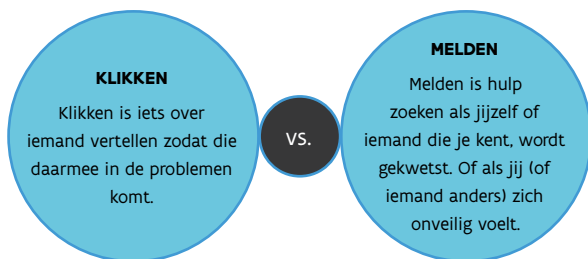
- × De leerling op voorhand te verwittigen als je iemand anders wilt inlichten over de situatie
- × De leerling te betrekken bij de keuze van de persoon of de instantie die je inlicht
- × De leerling mee te laten beslissen wannéér iemand anders zal worden ingelicht
- × De leerling voor te stellen om hem of haar bij te staan als die naar een andere instantie wordt verwezen – bijvoorbeeld de hulpverlening of politie

Morele code over klikken en melden

De angst om als klikspaan te worden gezien, is een belangrijk onderdeel van de jongerencultuur. Schoolteams houden daar dan het best ook rekening mee. Alleen zo kunnen ze het vertrouwen van leerlingen winnen, en de veiligheid waarborgen van diegenen die het stilzwijgen willen doorbreken.

“Klikken, dat doe je gewoonweg niet.” Dat horen kinderen van leeftijdsgenoten en volwassenen. Daarom zijn er maatregelen nodig die leerlingen aanmoedigen om hulp te zoeken bij volwassenen als ze een peestsituatie zelf niet kunnen oplossen.

Wat is nu eigenlijk **het verschil tussen ‘klikken’ en ‘melden’**? Onderstaand schema¹⁵ helpt om dat te verduidelijken:



Volwassenen steunen volwassenen

Leerkrachten hebben een dubbele opdracht. De meest voor de hand liggende is de lesopdracht: leerlingen de nodige kennis en vaardigheden bijbrengen. De tweede opdracht is minder zichtbaar, maar daarom niet minder belangrijk: ervoor zorgen dat leerlingen openbloeien tot gezonde en evenwichtige volwassenen. Dat is een niet te onderschatten opgave, want leerlingen hebben niet alleen hun eigen persoonlijkheid en verleden. Ook de invloed van hun familie, gemeenschap én de maatschappij heeft een effect op de interacties in de klas en in de school.

Het is belangrijk dat leerkrachten op elkaar kunnen rekenen voor advies en ondersteuning, zeker als het gaat om moeilijke kwesties als pesten op school.

Door onderlinge ondersteuning en samenwerking worden leerkrachten creatiever en moediger om te bouwen aan een verbindend schoolklimaat.



Deze eenvoudige initiatieven passen in een **teamgerichte aanpak** van pesten:

- × Ontwikkel een netwerk van collega's – gesteund door de directie – waar meningen kunnen worden afgetoetst en waar leden van het schoolteam elkaar advies kunnen geven.
- × Zet een gestructureerd forum op, zoals een overlegorgaan voor de collectieve aanpak van problemen rond onder andere klasmanagement – denk aan een discussiegroep tijdens de middag over wat er zoal gebeurt in de klassen.
- × Voer een vast moment in de personeelsvergadering in dat wordt gereserveerd voor gezamenlijke probleemoplossing.

Ondersteuning in en van de groep

Leden van het schoolteam hebben ondersteuning van bovenaf nodig, in de vorm van **formele beleidslijnen en procedures**. Heldere en samenhangende beleidslijnen helpen leden van het schoolteam om goed te reageren op peestsituaties. Die doen dienst als leidraad wanneer personeelsleden risico's nemen, wanneer ze de moed zoeken om het voor elkaar op te nemen en wanneer ze onrechtvaardigheid aanklagen. Samen met een gecoördineerde aanpak zorgen beleidslijnen voor extra ondersteuning.

In een context van empowerment hebben leden van het schoolteam daarnaast ook **doelgerichte training en vaardigheden** nodig. Alleen dan kunnen ze zich blijvend inzetten tegen pesten en werken aan een schoolklimaat dat iedereen waardeert en respecteert.

Tussenbeide komen in een peestsituatie is een complexe en veeleisende opgave: niemand hoort eraan te beginnen zonder duidelijke richtlijnen en ondersteuning. Zo worden ieders rechten op school gerespecteerd, en staan pesten en andere vormen van geweld grotendeels buitenspel.

Een algehele aanpak die door iedereen wordt gedragen, ondersteunt de leerlingen die verdediger of bondgenoot zijn of het willen worden. **Verdedigers of bondgenoten hebben behoefte aan coherente systemen die hen beschermen als ze het opnemen voor een medeleerling.** Zulke systemen kunnen verschillende vormen aannemen. Denk aan een anoniem meldingssysteem (zoals een brievenbus) of een andere procedure (zoals vertrouwensleerlingen).

Ook ouders van wie de kinderen pesten of worden gepest, hebben nood aan duidelijke richtlijnen en verdienen ondersteuning.

Gedragscode als beleidsinstrument

Een belangrijk instrument in het beleid tegen pesten is een **gedragscode**. Dit document verzamelt de richtlijnen voor het schoolteam over de omgang met en tussen kinderen en jongeren, en is zo een concretisering van de visie van de school. Het maakt duidelijk wat gewenst en ongewenst gedrag is en kan zo meehelpen om ongewenst gedrag te voorkomen. Er zijn publicaties beschikbaar die beschrijven hoe je zo'n gedragscode uitwerkt¹⁶.

Een doeltreffende gedragscode is echter nooit 'af', want gedrag en situaties evolueren. Daarom wordt de gedragscode het best op regelmatige basis besproken en opgefrist. Op die manier is het naleven van de gedragscode niet alleen de individuele verantwoordelijkheid van ieder lid van het schoolteam, maar wordt het ook een collectieve verantwoordelijkheid van de school.

Input van leerlingen zorgt ervoor dat de gedragscode aansluit bij hun leefwereld.

Scholen kunnen de doeltreffendheid en relevantie van de gedragscode nog vergroten, door de algemene principes van de geweldpreventie erin te verwerken. Er bestaat namelijk een **sterke link tussen pesten en andere vormen van geweld** – door leeftijdsgenoten én volwassenen. In beide gevallen staat de kwetsbaarheid van de leerlingen centraal.

In een ideaal scenario zorgt de gedragscode ervoor dat leerlingen minder kwetsbaar worden. Enerzijds doordat ze de mogelijkheid krijgen om hun lot in eigen handen te nemen (empowerment). Anderzijds doordat volwassenen hun verantwoordelijkheid opnemen en altijd tussenbeide komen als ze pestgedrag opmerken.

Wanneer versterkt een maatregel of actie uit de gedragscode de leerlingen?

Criteria waaraan een maatregel of actie kan worden afgetoetst

Scherpen de interventies de vaardigheden en sterktes van leerlingen mee aan?

Maatregelen en acties die zich baseren op empowerment leggen de nadruk op wat leerlingen kunnen – of kunnen leren – en niet op wat ze niet kunnen of niet mogen.

Bevorderen de interventies de attitudes, waarden en overtuigingen die leerlingen ertoe aanzetten om hun eigen rechten – en die van anderen – te respecteren?

Empowermentstrategieën gaan altijd uit van het belang van diversiteit en mensenrechten. Het respect voor de eigen rechten is daarbij onlosmakelijk verbonden met het respect voor andermans rechten.

Bevorderen de interventies de zelfstandigheid en samenhang van leerlingen?

Zelfstandigheid stimuleren, aangevuld met leeftijds-aangepaste hulp en begeleiding van volwassenen, en met constructieve ondersteuning door medeleerlingen (peer support) zorgt voor kinderen en jongeren die goed functioneren en goed in hun vel zitten.

Verhogen de interventies de bewegingsvrijheid van de leerlingen?

De vrijheid om te gaan en staan waar je wil, is een fundamenteel recht in onze samenleving. Hoe ouder kinderen en jongeren worden, hoe meer ze van dat recht kunnen en willen gebruik maken. Daarom zijn maatregelen en acties die geweld tegengaan door de bewegingsvrijheid van kinderen en jongeren te beperken (zoals huisarrest opleggen of verbieden om nog op bepaalde plaatsen te komen of om met bepaalde men-

sen om te gaan) geen goed idee. Empowermentstrategieën voor het voorkomen en verminderen van pesten, bevorderen juist de bewegingsvrijheid van leerlingen.

Garanderen de interventies de vrijheid van de leerlingen?

Interventies die gebaseerd zijn op empowerment geven leerlingen de mogelijkheid om hun opties te kennen en in hun eigen belang keuzes te maken. Leerlingen leren beter keuzes maken naarmate ze ouder worden, en naarmate ze meer kansen krijgen om te oefenen. Toezicht door volwassenen blijft echter wel belangrijk.

Volwassenen hebben de verantwoordelijkheid om hun autoriteit op een positieve manier aan te wenden. Op die manier maken ze kinderen en jongeren duidelijk dat hun vrijheid nooit absoluut is. Iemand's vrijheid wordt immers altijd begrensd door de rechten van anderen.

Op empowerment gebaseerde acties en maatregelen dragen bij tot de kennis, de vaardigheden en het zelfvertrouwen van leerlingen. Zij zullen steeds zelfstandiger handelen, terwijl ze toch hun verbondenheid erkennen en respecteren. Dat doen ze door elkaar hulp en ondersteuning te bieden als dat nodig is.

22



Richtlijnen voor het bevorderen van gezonde communicatie bij interventies

Onderstaande richtlijnen bevorderen een gezonde communicatie bij interventies in peestsituaties en komen goed van pas bij de ontwikkeling van een gedragscode:

Erken het machtsonevenwicht dat ten grondslag ligt aan alle peestsituaties en alle vormen van geweld.

Als volwassenen de onderliggende machtsverhoudingen tussen leerlingen beter begrijpen, kunnen ze peestsituaties doeltreffender voorkomen en stopzetten. Telkens wanneer volwassenen proberen om te ontleden welke rol iedere leerling speelt (bijvoorbeeld: de leerling die pest en zijn medeplichtige, de leerling die wordt gepest en zijn verdediger of bondgenoot), is er een grotere kans op een positief resultaat.

Beschouw peestsituaties en andere schendingen van de gedragscode als kansen om te leren.

Pesten is aangeleerd gedrag. Niemand wordt al pestend geboren. Dat betekent dat het ook kan worden afgeleerd. Schaamte, schuld en straf geven leerlingen geen gelegenheid om na te denken over hun gedrag en om nieuwe attitudes en gedragingen te leren. Alleen als leerlingen de logische gevolgen dragen van wat ze doen, kunnen ze nadenken over hun gedrag en de impact ervan. Zo krijgen ze de kans om in de toekomst andere keuzes te maken.

Maak het onderscheid tussen de leerling en zijn gedrag.

Leden van het schoolteam kunnen het pestgedrag van een leerling veroordelen zonder die leerling als persoon te verwerpen. Dat kan door tijdens de tussentijd altijd de nadruk te blijven leggen op het gedrag van de leerling. Zo wordt duidelijk dat het pestgedrag onaanvaardbaar is, terwijl de leerling als persoon in zijn waarde blijft.

Geloof dat iedere leerling kan veranderen.

De leerkracht uit dat geloof door respectvol – en vanuit een perspectief van empowerment – te reageren op pestgedrag of op andere situaties waarin een leerling de gedragscode schendt. Ook het taalgebruik kan onderstrepen dat leerlingen in staat zijn tot verandering. Zo is het geen goed idee om leerlingen met het etiket van 'peestkop' of 'slachtoffer' op te zadelen. Spreek liever over 'de leerling die pest' en 'de leerling die wordt gepest'.

Zeg klaar en duidelijk dat de leerling die wordt gepest daarvoor nooit verantwoordelijk is, en dat er geen enkel excuus is voor pesten of andere vormen van geweld.

Pestgedrag is nooit aanvaardbaar. Het maakt daarbij niet uit of het fysiek of verbaal, seksueel of emotioneel, individueel of in groep, op school of thuis, offline of online gebeurt.

Leerlingen die pesten kunnen het best worden aangeemoedigd om verantwoordelijkheid op te nemen voor hun daden, de schade recht te zetten en alle andere consequenties te aanvaarden. Dat is voor hen een belangrijke kans om te leren hoe respect op te brengen voor verschillen, gezonde relaties op te bouwen en positieve vormen van leiderschap op te nemen.

Maak het onderscheid tussen het gebruik van positieve en negatieve macht tegenover leerlingen.

Positieve macht is de controle die volwassenen uitoefenen op leerlingen om het hen gemakkelijker te maken om te leren, en om zich gezond te ontwikkelen.

Negatieve macht ontstaat als volwassenen controle uitoefenen op leerlingen om hun eigen doelstellingen waar te maken, of om de gezonde ontwikkeling van leerlingen doelbewust te begrenzen of zelfs te ondermijnen.

Erken dat volwassenen de verantwoordelijkheid hebben om pesten te voorkomen en de veiligheid van leerlingen te waarborgen.

Een van de meest doeltreffende manieren om pesten te voorkomen is het stimuleren – met steun van leerkrachten en directie – van leerlingen die getuige zijn van pesten. Deze omstaanders spelen een cruciale rol. Ze worden verdedigers of bondgenoten van de leerlingen die worden gepest en weigeren macht aan de leerling die pest.

De mogelijk positieve invloed van deze leerlingen (meerderheid) vermindert echter nooit de primaire verantwoordelijkheid van de volwassenen om de veiligheid van de leerlingen te waarborgen.

Het is bovendien onredelijk om van verdedigers of bondgenoten te verwachten dat ze het risico nemen om leerlingen te steunen die worden gepest *zonder* dat ze kunnen rekenen op de actieve, constante structurele steun en begeleiding van volwassenen.

Respecteer de vaardigheden en sterktes van leerlingen. Bevorder hun empowerment door de juiste gebaren te stellen, acties te ondernemen en strategieën te ontwikkelen.

Er zijn heel wat manieren om de rechten van leerlingen in een schoolomgeving te bevorderen, de ontwikkeling van hun vaardigheden en deskundigheid te stimuleren, hun zelfvertrouwen en zelfbeeld op te krikken en hun betrokkenheid bij voor hen belangrijke beslissingen te verhogen.

Handel consequent

Het *niet tolereren* van pesten is zonder twijfel een essentieel element van elk schoolbeleid tegen pesten, maar scholen brengen die boodschap soms nog op een verkeerde manier. Ze bestraffen leerlingen daarbij

op een willekeurige manier – zonder rekening te houden met de omstandigheden.

Nochtans is het voor de aanpak van pesten van belang dat de consequenties van pesten – en andere vormen van geweld – door leerlingen worden ervaren als eerlijk, logisch en in lijn met de situatie. Die perceptie is cruciaal om een verbindend schoolklimaat te bevorderen.

In de praktijk kan een eerlijke behandeling van pesten en andere vormen van geweld erg complex zijn – net zoals de geweldproblemen zelf. Want hoewel alle vormen van geweld met elkaar zijn gelinkt, heeft elke vorm zijn eigen dynamiek.

Zoals we eerder hebben gezien, zijn dit de kenmerkende elementen van pesten:

- × Intentie om iemand te schaden
- × Verergering bij elke volgende pesterij
- × Expliciete of impliciete dreiging van nieuw geweld
- × Verstoorde machtsbalans
- × Leed bij wie wordt gepest, vaak gepaard met (extreme) angst
- × Plezier in het pestgedrag bij de leerling die pest

De aanwezigheid of afwezigheid van een van deze factoren is belangrijk om te beslissen hoe de situatie verder dient te worden onderzocht en welk constructief antwoord er nodig is.

Elke situatie vraagt om een andere reactie. Dat illustreren onderstaande situaties:

- × **Pesten.** Bijna elke dag na school pest een heel populaire leerling een van zijn medeleerlingen. Hij heeft er plezier in om de andere uit te schelden, terwijl de andere leerlingen daarom lachen. Het draait er altijd op uit dat hij de andere leerling slaat, terwijl de anderen toekijken. De leerling die wordt gepest, voelt zich de hele dag angstig, omdat hij weet wat hij op het einde van de dag kan verwachten.
- × **Omstaanders.** De leerlingen die toekijken, vertonen verschillende reacties. Sommigen zeggen niets. Anderen nemen afstand en zien er ongelukkig en bezorgd uit. Er zijn er die lachen en het duidelijk leuk vinden om de leerling die wordt gepest te

zien lijden. Er zijn er zelfs die de leerling die pest helpen door beledigingen te roepen of ook klappen uit de delen aan de leerling die wordt gepest.

- × **Zelfverdediging.** Op een dag na school wordt de leerling die wordt gepest opnieuw belachelijk gemaakt door de leerling die pest, terwijl anderen zoals altijd toekijken. Na maanden weet de leerling die wordt gepest wat hem te wachten staat: hij zal worden geslagen. Uit wanhoop geeft hij de leerling die pest een klap. Daarna loopt hij meteen weg.
- × **Revanche.** Op een dag komt de leerling die wordt gepest de leerling die hem pest onderweg naar school tegen. De kwellingen en de uitsluiting die hij al maanden moet ondergaan, hebben hem razend gemaakt. Hij haalt zwaar uit naar de andere leerling, slaat hem verschillende keren en rent weg.

Een heel andere situatie is:

- × **Conflict dat leidt tot geweld tussen twee medeleerlingen.** Twee leerlingen uit dezelfde klas zijn allebei zelfverzekerd en populair bij hun klasgenoten. Er ontstaat een zekere wedijver tussen hen. De ene probeert populairder te worden dan de andere en de aandacht van de andere klasgenoten te trekken. Op een dag na school, gaat de ene leerling achter de andere aan en begint hem te beledigen. De andere leerling beantwoordt die belediging met een nieuwe belediging. De eerste geeft hem een stomp, waarna het geweld escaleert en het tweetal vechtend over de speelplaats rolt.

Het is belangrijk dat in alle pest- en geweldsituaties de **gevolgen en sancties consistent en correct** worden toegepast. Doeltreffend reageren op zulke uiteenlopende gevallen vraagt heel wat creativiteit. De zoektocht naar eerlijke en effectieve interventies gaat doorgaans gepaard met veel planning en overleg. Het is de bedoeling dat de procedures die steunen op de gedragscode van de school genoeg houvast én flexibiliteit bieden. Ze bakenen de grenzen af waarbinnen volwassenen hun eigen beoordeling van de situatie kunnen maken.

Een peestsituatie kán altijd worden omgevormd tot een kans om te leren. Dat vraagt wel heel wat inspanning, communicatie en interactie tussen de betrokken leer-

lingen en de volwassenen. In het beste geval gebeurt dat al lang voor er sprake is van een peestsituatie. De actieve en respectvolle betrokkenheid van volwassenen bij het leven van leerlingen is een van de beste manieren om pesten te voorkomen.

Bouwen aan partnerships

Een doeltreffende samenwerking tussen alle actoren – van leerlingen tot directie en ouders – is een belangrijk onderdeel in (het veranderen van) een schoolklimaat dat pesten wil voorkomen en aanpakken. Bovendien is ook de samenwerking met andere instanties, die de school eventueel kunnen ondersteunen, belangrijk (zie ook p. 42).

Scholen die erin slagen om alle leden van de schoolgemeenschap op een constructieve, respectvolle en eensgezinde manier in te schakelen – individueel en collectief, op korte en op lange termijn – maken een grotere kans om hun doelstellingen te bereiken. Dat is vooral het geval bij hardnekkige peestsituaties waartegen eenvoudige oplossingen niet zijn opgewassen.

Suggesties voor schoolteams om de hele schoolgemeenschap te betrekken:



- × Leg een goede basis voor samenwerking en betrokkenheid. Dat kan door een coherente aanpak van pesten te ontwikkelen, in de praktijk te brengen en te evalueren.

Roep bijvoorbeeld een permanente werkgroep in het leven, met vertegenwoordigers uit de hele schoolgemeenschap. Denk daarbij ook aan de rol van de schoolraad, de leerlingenraad, de oudervereniging of de ouderraad als mogelijke kanalen om overleg te bewerkstelligen. Zo'n groep kan proactief ideeën leveren voor richtlijnen en procedures, en die ook mee uitwerken.

- × Pas de principes rond respectvolle en gezonde communicatie met vertegenwoordigers van de schoolgemeenschap consequent toe (zie het stuk over probleemoplossing op p 25). Veel maatregelen die volwassenen gebruiken in peestsituaties werken bij elke situatie die probleemoplossing vraagt.
- × Nodig ouders en eventueel ook andere gezinsleden uit om constructief mee te werken aan een

oplossing. *Betrek het gezin van een leerling die pest bijvoorbeeld bij het overleg over zijn of haar pestgedrag, en vraag naar hun ideeën en suggesties.*

- × Luister naar iedereen die bij een peestsituatie betrokken is – inclusief diegenen die de gevolgen kunnen ondervinden van het beleid of de procedures. *Verzamel bijvoorbeeld feedback van alle betrokken partijen.*

Opgelet: vermijd bijeenkomsten waarbij de leerlingen die worden gepest en de leerlingen die hen pesten samen worden benaderd. (zie p. 15)

- × Leer de instanties kennen die de school kunnen ondersteunen en vraag naar de diensten die ze bieden. Misschien hebben ze expertise in materies die relevant zijn voor een beleid tegen pesten en zijn ze bereid om die in te zetten op school.

Zo zijn er heel wat experts met een aanbod van methodieken voor conflictoplossing, bemiddeling en herstelgericht werken, maar er zijn ook organisaties met een aanbod dat een beleid tegen geweld ondersteunt. Denk bijvoorbeeld aan vrouwenorganisaties die bezig zijn met geweldpreventie, jeugdorganisaties met een aanbod voor vredeseducatie, het aanbod rond het tegengaan van radicalisering¹⁷ enzovoort. Daarnaast zijn er ook organisaties die werken aan welbevinden in het algemeen.

Meer betrokkenheid bij het schoolleven leidt tot een groter gevoel van gezamenlijke verantwoordelijkheid voor het welbevinden binnen alle geledingen van de school.

Hierna volgt een aanpak – gestoeld op probleemoplossing – voor het opbouwen van sterke samenwerkingsverbanden tussen alle partijen die samen peestsituaties oplossen.

Het COPA-instrument: empowerment door probleemoplossing

Als het schoolteam te maken krijgt met een peestsituatie, staat het voor een complex probleem, dat bovendien om een concrete oplossing vraagt. Het is een uitdagende opgave om interventies te bedenken die:

- × Respect opbrengen voor de capaciteiten, noden en keuzes van leerlingen
- × Trouw blijven aan het schoolbeleid
- × Uitgaan van een goed begrip van de dynamiek van het pestgedrag

Leerlingen en alle andere partijen hebben concrete instrumenten nodig om het pesten samen te stoppen.

Het Canadese Centre Ontario de Prévention des Agressions (COPA) ontwikkelde een instrument dat helpt bij empowerment. Het is gebaseerd op praktische en doeltreffende richtlijnen voor interventies in peestsituaties.

Het instrument laat ruimte voor de volledige medewerking en betrokkenheid van alle partijen: de leerling die wordt gepest, de leerling die pest en de peergroep van omstaanders en potentiële verdedigers of bondgenoten.

Hieronder worden de hoofdlijnen van het COPA-instrument uiteengezet die het voor het schoolteam gemakkelijker maken om in dialoog te gaan met alle betrokkenen van een pest- of andere gewelddadige situatie. Hoofdstuk 4 (p. 32 - p. 35) biedt per betrokken partij meer concrete tips om gesprekken te voeren.

Zoek uit wat de leerling dwarszit

- × Geef de leerling de kans om de belangrijkste elementen van de situatie op een rijtje te zetten en uit te leggen wat hem of haar dwarszit. Dat kan erg pijnlijke gevoelens naar boven brengen. Erken die gevoelens zodat de leerling voelt dat hij of zij wordt begrepen (zie p. 33). Geef de leerling ook voldoende tijd om de situatie te beschrijven. Laat de leerling dat in zijn eigen tempo doen, ga niet 'ondervragen' en zet hem zeker niet onder druk.
- × In de loop van dit proces geeft de leerling wellicht informatie over de situatie, en vertelt over de stappen die hij al heeft ondernomen om zichzelf te beschermen tegen pestgedrag. *Als bijvoorbeeld een poging van de leerling om zichzelf te beschermen is mislukt, dan is dat nuttige informatie bij de afweging van mogelijke strategieën tegen het pesten.*

- × Wees je ervan bewust dat de leerling zich misschien schaamt omdat hij nog niets kon doen tegen de situatie. De schuld bij het slachtoffer leggen (*blaming the victim*), is namelijk niet ongewoon in onze cultuur. Denk maar aan de vaak gehoorde boodschap 'dat je maar wat beter van je af moet bijten' (zie ook p. 10). Over dit aspect van zijn ervaring zal de leerling het vaak niet willen hebben. Breng daar respect voor op.
- × Zorg ervoor dat de leerling weet dat hij nooit schuldig is aan het geweld, wat hij ook doet of niet doet om het te stoppen. Als de leerling niets vertelt over de voorgeschiedenis van de situatie, kun je dat aspect voorlopig links laten liggen. Wanneer concrete strategieën worden besproken, zal die informatie waarschijnlijk wel ter sprake komen. Hoe dan ook, als je de leerling actief betreft bij het opstellen van een actieplan, dan zullen ondoeltreffende interventies daarin minder kans krijgen.
- × Als er eenmaal een vertrouwensband met de leerling is gegroeid, kan het nodig zijn om extra informatie te zoeken of bepaalde aspecten van de situatie op te helderen. Open vragen zijn daarvoor het best geschikt

Wat kun je als lid van het schoolteam zeggen?

- » Bedank de leerling voor zijn of haar moed om zich tot jou te wenden.
- » Zorg dat de leerling weet dat jij begrijpt hoe moeilijk en pijnlijk de situatie voor hem of haar is.
- » Prent een leerling die wordt gepest in dat het niet zijn of haar fout of schuld (zie p. 10) is.

Verduidelijk jouw rol en grenzen

Ga er niet van uit dat je weet wat leerlingen precies zoeken als ze bij jou om hulp komen. Misschien willen ze gewoon een plek om even bij te komen van de enorme druk, om even stoom af te laten en hun angst te ventileren. Oudere leerlingen willen vaak gewoon iemand die naar hen luistert.

Het is ook mogelijk dat leerlingen onrealistische verwachtingen hebben over wat je voor hen kunt doen. Ze hopen bijvoorbeeld dat je hen kunt beschermen en het pesten een halt toeroepen – zonder te praten met de leerling die pest. Maak je rol daarom duidelijk, en

ga na wat de leerling precies van jou verwacht. Indien relevant, leg uit wat de richtlijnen van de school over pesten zijn en aan wie jij de situatie gaat melden.

Wat kun je als lid van het schoolteam zeggen?

- × Met deze positieve uitspraak maak je jouw rol – en de bijbehorende grenzen – duidelijk: *“Ik ben er om naar je te luisteren, je te ondersteunen, en met je na te denken over dingen die je kunt doen.”*
- × Als je denkt dat de leerling bescherming nodig heeft en je ook de hulp van anderen moet inschakelen, kun je dit zeggen over wat er nog zal komen: *“Op mijn eentje kan ik er misschien niet voor zorgen dat je veilig bent. Om je alle hulp te geven die je nodig hebt, zou het kunnen dat ik het aan iemand anders ga vertellen. Als dat nodig is, laat ik het zeker eerst aan jou weten. Ik doe ook mijn best om ervoor te zorgen dat je zoveel mogelijk zelf mee kunt bepalen wat we ondernemen.”*
- × Als de leerling goed heeft begrepen wat jouw rol is, kun je vragen wat hij of zij van jou hoopt of verwacht:
 - » *“Is er iets in het bijzonder dat je hoopte dat ik zou doen?”*
 - » *“Hoe wil je het liefst dat ik je help?”*

Brainstorm over mogelijke interventies

Wat er dan volgt, is een creatief en onbelemmerd proces. Alle ideeën worden aanvaard en genoteerd, zonder oordeel en zonder discussie. Als volwassene kun je voorzichtig ideeën aanbrenge om het proces te vergemakkelijken, maar het is beter om te wachten tot de leerling klaar is met zijn eigen reflectie. Als leerlingen zelf met voorstellen voor de dag komen, draagt dat bij tot hun zelfvertrouwen en hun geloof in de macht waarover ze beschikken. Of in hun vermogen tot verandering – als het gaat om leerlingen die pesten. Moedig de leerling zeker aan om actief bij te dragen aan deze fase van het proces. Dat zal een gunstig effect hebben op de latere betrokkenheid van de leerling bij de uitvoering van het actieplan.

Tijdens deze fase is het wellicht nuttig om notities bij te houden, van ideeën die worden geopperd of van de situatie zoals die zich voordoet. Let wel op de reacties van de leerlingen als ze je zien noteren. Ze krijgen misschien het gevoel dat je hen evalueert.

Vraag hen daarom of het oké is dat je voor jezelf wat nota's maakt.

Wat kun je als lid van het schoolteam zeggen?

- × “Wil je dat we het hebben over maatregelen die misschien helpen?”
- × “Wat denk je zelf dat je kunt doen?”

Help de leerling om keuzes te maken

Nu kunnen zowel de leerling als de volwassene kritisch beginnen denken. De leerling blijft de leiding nemen, maar kan wel rekenen op de input van de volwassene. Door vragen te stellen kan die bedenkingen opwerpen, waarover de leerling dan weer kan nadenken. Uiteindelijk komt die zelfstandig tot besluiten.

Wat kun je als lid van het schoolteam zeggen?

- × “Wat denk je dat er kan gebeuren als je je grote zus meebrengt om de leerling die je pest bang te maken? Hoe zou die daarop kunnen reageren?”
- × “Denk je dat je vader je altijd na school kan oppikken?”

De toon en houding van de volwassene zijn in deze fase van het proces erg belangrijk. Hij of zij zoekt een manier om te zeggen: “Ik heb respect voor jou, en heb vertrouwen in je mogelijkheden en je keuzes.” Er zijn veel manieren om die boodschap over te brengen: met woorden, intonatie, lichaamstaal, gelaatsuitdrukkingen ...

Wat kun je als lid van het schoolteam zeggen?

- × “Wat zijn de voordelen/risico's van deze optie?” (Herhaal dat voor elke optie.)
- × “Wat denk je zelf van deze optie?”

Moedig de leerling aan om zelf de interventies te kiezen

Nu de voor- en nadelen van alle mogelijkheden grondig zijn onderzocht, is het van groot belang dat de leerling zelf een keuze maakt, zonder tussenkomst van volwassenen. Zowel de volwassene als de leerling dienen ook te weten dat die keuze niet definitief is. Als die mislukt, kunnen ze nog altijd andere strategieën proberen.

Wat kun je als lid van het schoolteam zeggen?

- × “Welke aanpak wil je proberen?”

Help de leerling bij het opstellen van een actieplan

Moedig de leerling aan om een zo concreet en gedetailleerd mogelijk actieplan op te stellen. Als volwassene kun je helpen om de situatie meer in detail te verkennen, door vragen te stellen.

Wat kun je als lid van het schoolteam zeggen?

- × “Wat is volgens jou een goed moment om deze aanpak te proberen?”

Voer het actieplan uit

Zorg ervoor dat de leerling tijdens de uitvoering van het actieplan kan rekenen op ondersteuning, bijvoorbeeld van een vriend, andere leerling of betrouwbare volwassene. Dat kan ook van bij het begin in het actieplan worden opgenomen. De leerling zal die eerste stap met meer vertrouwen zetten als de volwassene zegt op de hoogte te willen blijven van het resultaat.

Wat kun je als lid van het schoolteam zeggen?

- × “Bedankt om langs te komen. Ik wil graag weten of je actieplan heeft gewerkt. Bespreken we dat nog?” (Spreek een datum af.)

Volg het actieplan samen met de leerling op en evalueer de resultaten

Dit is een uiterst belangrijke stap. Als de eerste poging om het actieplan uit te voeren mislukt, kan de leerling ontmoedigd raken en zich terugtrekken. De volwassene neemt daarom een houding van optimisme en vertrouwen aan. De ervaring van de leerling wordt geduid als iets wat van nature hoort bij het proces van probleemoplossing. Het is dus geen mislukking.

Wat kun je als lid van het schoolteam zeggen?

- × “Hoe is het gegaan?”
- × “Wat is jouw gevoel bij hoe het is gegaan?”

Herbekijk de aanpak en maak een nieuw actieplan (volg alle stappen opnieuw)

Probleemoplossing is een continu proces waarbij heel wat trial-and-error komt kijken. Onsuccesvolle manieren van aanpak vormen zijn onderdeel van dat leerproces.

Wat kun je als lid van het schoolteam zeggen?

- × “Zullen we het eens over een andere strategie hebben die je kan helpen?”
- × “Ik denk echt dat je hieruit kunt raken. We zullen eens een andere manier zoeken om de situatie te verbeteren.”

Voor schoolteams die pestsituaties willen stoppen, is een samenhangende en doeltreffende tuchtaanpak zeker van belang. Maar goede communicatievaardigheden en -strategieën zijn net zo belangrijk. Als schoolteams communiceren op een manier die rijmt met hun visie op het voorkomen en aanpakken van pesten, versterkt dat de boodschappen die ze overbrengen.

Het herstellen van de machtsbalans bij een pest-situatie kan alleen door goed te luisteren en een plan van aanpak op te stellen. Voor leerkrachten lijkt het misschien sneller en gemakkelijker om meteen te kiezen voor strategieën die zij geschikt vinden. Maar op lange termijn doen ze zo de leerlingen tekort en ondermijnen ze hun eigen inspanningen om de situatie te verbeteren. Kansen geven aan empowerment betekent naast kinderen en jongeren gaan staan, zodat ze voor zichzelf kunnen spreken en handelen.

In Hoofdstuk 4 komen de concrete tips aan bod voor een evenwichtige communicatie, gebaseerd op empowerment.





HOOFDSTUK 4

Helder en doeltreffend communiceren

In een pestsituatie zijn er verschillende manieren om te reageren, maar ze zijn niet allemaal even succesvol. In een doeltreffende communicatie is het **recht op een respectvolle omgang** cruciaal. Dat geldt voor alle leden van het schoolteam, maar ook voor kinderen en jongeren.

Leden van het schoolteam interageren continu met leerlingen, ouders en elkaar. Ze zijn dus uitstekend geplaatst om positief gedrag te beïnvloeden, vorm te geven en aan te moedigen. Het is een wisselwerking die aan de basis ligt van een verbindend schoolklimaat.

Reacties op pesten

Leerlingen die worden gepest (en hun eventuele verdedigers of bondgenoten) kunnen op vier manieren reageren: passief, met geweld, met wraak of assertief.

Passief reageren

Leerlingen reageren passief door de situatie te vermijden of te negeren. Ze proberen te doen alsof de situatie er niet is. Helaas blijkt die houding zelden doeltreffend. Integendeel, ze bevestigt het pestgedrag of maakt het nog erger. Vooral wanneer de leerling die pest de indruk krijgt dat zijn of haar controle over de andere persoon toeneemt.

Geweld beantwoorden met geweld

Een leerling die wordt gepest en het pestgedrag beantwoordt met geweld wil de andere bang maken of overmannen, zodat die stopt met pesten. Ook deze reactie kan het pesten juist intenser maken, want de leerling die pest wil zijn of haar machtspositie wellicht niet afgeven.

Zinnen op wraak

Leerlingen die zinnen op wraak hopen vaak dat ze de andere een koekje van eigen deeg kunnen geven en dat ze zich daardoor machtiger gaan voelen. Opnieuw dreigt de situatie uit de hand te lopen, als de leerling die begon met pesten de vergelding beantwoordt met nog meer geweld.

Assertief reageren

Een alternatief dat niet tot deze gangbare benaderingen behoort, is **assertiviteit**. Leerlingen die assertief reageren op pestgedrag erkennen de situatie en gaan er realistisch en constructief mee om. Ze waken over hun waardigheid en zelfrespect, zonder dat ze anderen domineren, vernederen of schaden.

Nuttige begrippen

De volgende begrippen en definities komen goed van pas om leerlingen uit te leggen dat ze keuzes hebben wanneer ze worden geconfronteerd met pesten:

- × **Passief reageren** = Leerlingen laten uitschijnen dat ze geen rechten en geen macht hebben. Ondertussen blijven de leerlingen die pesten ervan uitgaan dat zij de controle hebben.
- × **Met geweld reageren** = Leerlingen geven de indruk dat ze geen rekening houden met de rechten van anderen. Reageert een leerling op pestgedrag alsof hij alle macht bezit, dan vechten de leerlingen die pesten mogelijk eens zo hard terug om de controle te bewaren. Een reactie met geweld kan het pestgedrag verergeren, waardoor het probleem alleen maar groter wordt.
- × **Assertief reageren** = Leerlingen komen op voor zichzelf terwijl ze rekening houden met de rechten van anderen. Een assertieve reactie heeft vaak een positieve invloed op de situatie, waardoor het pesten afneemt. Ieders rechten worden gerespecteerd.

Samengevat: leerlingen die worden gepest en hun eventuele verdedigers of bondgenoten hebben verschillende alternatieven om te reageren op pestgedrag. Met assertiviteit pakken ze de situatie aan terwijl ze de rechten van alle betrokkenen respecteren.

Een assertief antwoord betekent niet noodzakelijk dat een leerling iets assertiefs zegt tegen de persoon die hem of haar pest. Er zijn heel wat reacties en strategieën die beantwoorden aan een assertieve reactie.

Een open communicatie, een ondersteunende houding ten opzichte van de manier waarop leerlingen reageren op pestgedrag en het samen leren anticiperen op het resultaat van hun acties, stimuleren leerlingen om pestgedrag en mogelijke oplossingen te bespreken.

Gebruiken volwassenen daarbij een luistertechniek die is gericht op de empowerment van leerlingen, dan dragen ze nog meer bij aan de open communicatiesfeer. Daarover gaat het volgende onderdeel.

Luistertechniek gericht op empowerment

Zoals we al eerder schreven, resulteert pesten en het bijbehorende geweld in machtsongelijkheid, waarbij de persoon die wordt gepest zijn rechten lijkt te verliezen. Daarom is het nodig dat de leden van een schoolteam erkennen dat een leerling die wordt gepest zijn **gevoel van persoonlijke controle kwijt** is. Met een luistertechniek gericht op empowerment kunnen leden van het schoolteam leerlingen helpen om die persoonlijke controle terug te winnen.

Een deel van die empowerment halen de leerlingen uit het feit dat ze samen met een volwassene hun problemen oplossen, waardoor ze hun eigen kracht én die van anderen ontdekken. De kans op succes wordt groter door te:

- × Bekijken welke keuzes en mogelijkheden de leerling heeft
- × Bepalen welke strategieën doeltreffend zijn
- × Werken aan de vaardigheden van de leerling
- × Bouwen aan zelfverzekerdheid, eigenwaarde, autonomie en mogelijke ondersteuning



Suggesties voor schoolteams:

- × **Probeer kalm te blijven.** Een rustige, diepe ademhaling helpt.
- × **Hecht geloof aan wat de leerling vertelt.** Vertoon het verhaal bijvoorbeeld inconsistenties, ga er dan van uit dat die verderop duidelijk zullen worden.
- × **Respecteer het ritme waarmee de leerling zijn verhaal vertelt.** Bijvoorbeeld: begin de leerling niet te ondervragen en aanvaard stiltes als de leerling daar nood aan heeft.
- × **Stel zoveel mogelijk open vragen als je informatie verzamelt (beter geen ja/nee-vragen dus).** Bijvoorbeeld: de vraag "Hoe lang is het pesten al aan de gang?" levert je meer informatie op dan de vraag "Word je al lang gepest?".
- × **Vermijd veronderstellingen en projecteer je eigen gevoelens niet op de leerling.** Ga na of je wel hebt begrepen wat de leerling je vertelt. Parafraseer bijvoorbeeld wat je denkt te hebben gehoord ("Dus je zegt dat het pesten vorig jaar begon, maar dit jaar is verergerd?") of vraag ver-

duidelijk ("Het klinkt alsof je je heel eenzaam voelt en dat je liever niet op deze school zat. Klopt dat?").

- × **Help de leerling om zijn gevoelens te identificeren en te benoemen.** Bijvoorbeeld met zinnen als "Je ziet er verdrietig uit" of "Dat moet eng zijn".
- × **Geef prioriteit aan de noden en de gevoelens van de leerling.** Bijvoorbeeld: als de ervaringen van de leerling bij jou moeilijke gevoelens naar boven brengen, zorg dan dat de focus op de leerling blijft en niet naar jou verschuift.
- × **Maak geen beloftes die je niet kunt waarmaken.** Beloof bijvoorbeeld niet dat alles in orde komt, dat het pesten wel zal stoppen of dat je het verhaal voor jezelf houdt. Soms moet je het wel aan iemand anders vertellen om een oplossing te vinden.
- × **Zeg klaar en duidelijk dat de leerling die pest verantwoordelijk is voor zijn of haar gedrag en dat pesten onaanvaardbaar is.** Bijvoorbeeld: "Dat gedrag kan écht niet. Niemand heeft het recht om iemand zo te behandelen." Of: "Je verdient het niet om zo te worden behandeld. Niemand verdient dat!"
- × **Laat de leerling weten dat je het op prijs stelt dat hij of zij de moed had om zijn of haar verhaal aan jou te vertellen.** Bijvoorbeeld: "Weet je, het is niet vanzelfsprekend om hulp te zoeken in een situatie als deze. Ik ben blij dat je het me bent komen vertellen. Echt dapper van jou!"

Communiceren naar alle betrokken partijen

Dit onderdeel bundelt de richtlijnen, vaardigheden en strategieën die tot nu toe aan bod kwamen. Samen vormen ze benaderingen afgestemd op de verschillende partijen die bij peestsituaties zijn betrokken:

- × De leerling die pest
- × De leerling die wordt gepest
- × De omstaanders, onder wie verdedigers of bondgenoten en medeplichtigen van het pesten
- × De ouders

Hoofdstuk 3 omschreef de voornaamste uitgangspunten van de COPA-strategie, die leden van een schoolteam helpen om een actieplan op te stellen. Hieronder volgen – volgens het principe van een luistertechniek die op empowerment is gericht – meer concrete tips om met alle betrokkenen van een pest- of andere gewelddadige situatie in dialoog te gaan. Zo krijgt het schoolteam een nog beter zicht op de situatie, wat een interventie in een peestsituatie alleen maar ten goede komt.

Praten met een leerling die pest



Suggesties voor schoolteams:

- × Luister aandachtig naar de beschrijving van de feiten die de leerling geeft.
- × Noem het gedrag bij zijn naam: pesten.
- × Verwijs naar begrippen en definities uit de gedragscode of uit andere richtlijnen van de school, zodat de leerling begrijpt waarom zijn of haar gedrag als pesten wordt beschouwd.
- × Geef het goede voorbeeld met een respectvolle en assertieve houding. Een harde aanpak zal bij de leerling wellicht vijandigheid en verzet oproepen.
- × Help de leerling om de impact van zijn of haar gedrag te begrijpen. Leg bijvoorbeeld uit hoe de leerling die wordt gepest lijdt onder de situatie.
- × Moedig de leerling aan om verantwoordelijkheid op te nemen voor zijn of haar gedrag en de bijbehorende gevolgen.
- × Bewaar het onderscheid tussen het pestgedrag en de leerling als mens. Maak duidelijk dat het gedrag onaanvaardbaar is, zonder de leerling als persoon te vernederen of af te wijzen.
- × Brandmerk de leerling niet als ‘pestkop’. Gebruik wel woorden die het gedrag benoemen. Zo toon je dat je gelooft dat de leerling in staat is om zelf na te denken, zichzelf bij te sturen en te veranderen.
- × Betwist de pogingen van de leerling om zichzelf te rechtvaardigen of te verbergen achter smoezen – zoals “Het was maar om te lachen”. Herhaal dat pestgedrag onaanvaardbaar is en erg schadelijke gevolgen heeft.

Pak de follow-up van een peestsituatie zo aan:

- × Betrek de leerling die pest heel nauw wanneer je een plan opstelt volgens de COPA-benadering (zie p. 25).
- × Stimuleer de leerling om actief mee te werken, om ideeën te delen, om acties te bepalen en om passende beslissingen te nemen om de peestsituatie te beëindigen.
- × Geef de leerling de mogelijkheid om zich op de een of andere manier te verzoenen met de leerling die wordt gepest, als de situatie dat toelaat, en laat hem of haar daarover zelf nadenken.
- × Sta stil bij de impact van rechtstreeks contact op de leerling die wordt gepest, want dat komt vaak bedreigend over.
- × Zorg er op de juiste manier voor dat de leerling de gevolgen van zijn of haar gedrag ondervindt.

Het is cruciaal dat de **consequenties** voor de leerling die pest voldoen aan een aantal voorwaarden:

- × Ze geven duidelijk aan dat pesten onaanvaardbaar is.
- × Ze maken de leerling bewust van de impact van zijn of haar gedrag.
- × Ze bouwen mee aan alternatief gedrag door de nodige vaardigheden aan te scherpen.
- × Ze dragen bij aan de empathie en het verantwoordelijkheidsgevoel van de leerling.

Spreek de leerling geregeld nog aan, om er zeker van te zijn dat hij of zij gestopt is met pesten.

Zorg er ook voor dat leerlingen die pesten de **nodige langetermijnondersteuning** krijgen. Zij zullen dan minder geweld vertonen in hun reacties of gedrag en hun empathisch vermogen en verantwoordelijkheidszin ontwikkelen.

Zet het pesten zich door, vorm dan een team met collega's om een bredere aanpak tegen het pestgedrag uit te werken, met input en sturing van de leerling die wordt gepest.

Praten met een leerling die wordt gepest



Suggesties voor schoolteams:

- × Luister aandachtig naar de leerling, probeer door zijn of haar ogen te zien wat er zich heeft afgespeeld en maak een inschatting van de impact van het pestgedrag. De perceptie van de leerling komt op de eerste plaats. Wat volwassenen beoordelen als pijnlijk of schadelijk kan daar soms van afwijken.
- × Geloof de leerling wanneer hij of zij een pestervaring met jou deelt.
- × Vraag de leerling niet of hij of zij de situatie op de een of andere manier uitlokte.
- × Bekijk samen of de leerling het gevoel heeft zijn of haar rechten – zoals het recht op veiligheid en bescherming – kwijt te zijn.
- × Noem het gedrag ‘pesten’ en maak duidelijk dat het onaanvaardbaar is.
- × Druk de leerling op het hart dat dit niet zijn of haar fout is en dat niemand erom vraagt of het verdient om te worden gepest.
- × Toon je waardering voor de moed van de leerling, en herhaal hoe belangrijk het is om een volwassene in vertrouwen te nemen.
- × Noem de leerling geen ‘slachtoffer’, maar gebruik woorden die de ervaringen van het kind of de jongere benoemen en beschrijven. Bijvoorbeeld: *“Je werd gepest”* of *“Je hebt het gevoel dat je het recht op een eigen mening en op bescherming tegen geweld hebt verloren”*.
- × Moedig de leerling aan om het pestgedrag en de impact te beschrijven vanuit zijn of haar perspectief.
- × Bekrachtig de gevoelens van de leerling. Geef aan dat je de ernst van wat hij of zij meemaakt, begrijpt.
- × Vertel dat dingen kunnen veranderen en dat er geen reden is om de hoop op te geven. Laat de leerling weten dat hij of zij er niet alleen voor staat en niet machteloos is, en dat jij er altijd bent als steun.

Doe zeker het volgende wanneer een leerling hulp vraagt omdat hij of zij wordt gepest:

- × Ga na wat de leerling precies van jou verlangt: wil hij of zij dat je meteen actie onderneemt of dat je op dit moment alleen maar een luisterend oor biedt?
- × Respecteer de vraag naar vertrouwelijkheid en de wensen van de leerling voor zover dat mogelijk is. Als de situatie daarom vraagt, moet je misschien de directie of je collega’s bij de situatie betrekken. Geef de leerling in dat geval zoveel mogelijk keuze en controle en informeer hem of haar wanneer je de situatie met iemand anders moet delen (zie ook p. 26).

Pak de follow-up van een pestsituatie zo aan:

- × Betrek de leerling die wordt gepest nauw bij de uitwerking van een actieplan, vanuit een probleemoplossende benadering. Een leerling die erop vertrouwt dat er meerdere manieren zijn om een probleem aan te pakken, voelt zich sterker.
- × Moedig de leerling aan om keuzes te maken, om acties voor te stellen en om zoveel mogelijk beslissingen te nemen, binnen passende grenzen. Help de leerling ook om de aard van de tussenkomsten en reacties (passief, met geweld of assertief) te beoordelen, door gebruik te maken van de definities op p. 30.
- × Steun de leerling als die rechtstreeks en assertief wil reageren op de leerling die hem of haar pest. Stel een lijst op van assertieve reacties en oefen die in met de leerling.

Weet dat de leerling die wordt gepest het best is geplaatst om te bepalen welke strategieën passen bij de situatie.

- × Ga geregeld na bij de leerling of het pesten daadwerkelijk is gestopt en of hij of zij zich wel veilig voelt. Houdt het pesten aan, dan kan het nuttig zijn om samen met de schooldirecteur en de andere teamleden een brede aanpak tegen het pestgedrag uit te werken, met input en sturing van de leerling die wordt gepest.

- × Help leerlingen om hun vaardigheden op lange termijn aan te scherpen, om hun rechten te beschermen, en om hun zelfvertrouwen te herstellen (assertiviteit, vermogen om vrienden te maken, talenten en vaardigheden). Mogelijk stuur je de leerling daarvoor het best naar een leerlingenbegeleider of medewerker van het CLB.

Praten met (mogelijke) verdedigers of bondgenoten



Suggesties voor schoolteams:

- × Sta stil bij de rol van de leerling als omstaander of getuige. (Gebruik daarbij de rollen bij peestsituaties op p. 8)
- × Ondersteun en stimuleer de leerling die een leerling die wordt gepest hielp of wilde helpen om zijn of haar situatie te verbeteren. Betrek de leerling nauw bij de uitwerking van een actieplan (op basis van de empowermentbenadering van COPA p. 25) om de leerling die wordt gepest te steunen.
- × Moedig de leerling aan om zoveel mogelijk knopen door te hakken en om geschikte strategieën te vinden, met als bedoeling de leerling die wordt gepest te ondersteunen.
- × Erken en bekrachtig de moed van leerlingen die als verdediger of bondgenoot in de strijd tegen pesten willen optreden.

Praten met leerlingen die het pesten aanmoedigen of eraan meedoen



Suggesties voor schoolteams:

- × Beoordeel de rol van de leerling als omstaander. Gebruik daarbij de rollen omschreven op p. 8.
- × Noem het gedrag van de leerling die pest uitdrukkelijk 'pesten'. Verwijs daarbij naar begrippen en definities uit de gedragscode of uit andere richtlijnen van de school, zodat de leerling begrijpt waarom zijn of haar gedrag als pesten wordt beschouwd.
- × Help de leerling om de impact van zijn of haar gedrag te begrijpen. Leg bijvoorbeeld uit hoe de leerling die wordt gepest, lijdt onder de situatie.
- × Moedig de leerling aan om verantwoordelijkheid op te nemen voor zijn of haar gedrag en de bijbehorende gevolgen.

- × Betwist de pogingen van de leerling om zichzelf te rechtvaardigen of te verbergen achter smoezen – zoals "Het was maar om te lachen". Herhaal dat pestgedrag onaanvaardbaar is en erg schadelijke gevolgen heeft.

Pak de follow-up van een peestsituatie zo aan:

- × Betrek de leerling heel nauw bij het actieplan dat je opstelt volgens de COPA-benadering (zie p. 25).
- × Stimuleer de leerling om actief mee te werken, om ideeën te delen, om interventies te bepalen en om passende beslissingen te nemen om de peestsituatie te beëindigen.
- × Geef de leerling de mogelijkheid om zich op de een of andere manier te verzoenen met de leerling die wordt gepest, als de situatie dat toelaat, en laat hem of haar daarover zelf nadenken.
- × Sta stil bij de impact van rechtstreeks contact met de leerling die wordt gepest, want die voelt zich misschien bedreigd.
- × Zorg er op de juiste manier voor dat de leerling de gevolgen van zijn of haar gedrag ondervindt.

Gesprekken met omstaanders over pesten hebben de volgende doelen:

- × Duidelijk maken dat pesten onaanvaardbaar is
- × Het inzicht in de impact van het gedrag vergroten
- × Doen inzien van wat de rol als omstaander inhoudt en teweegbrengt
- × De vaardigheden aanscherpen die nodig zijn om tot oplossingen te kunnen komen
- × De empathie en het verantwoordelijkheidsgevoel van de leerling vergroten

Zorg er ook voor dat de omstaanders daarbij de nodige **langetermijnondersteuning** krijgen.

Doeltreffende tussenkomsten in peestsituaties betreffen de volledige schoolgemeenschap – ook de ouders. Een **open, positieve communicatie** tussen de school en het gezin is dan ook essentieel in de aanpak van pesten.

Hieronder volgen suggesties voor schoolteams om gesprekken aan te knopen met ouders.

Praten met ouders van een leerling die wordt gepest

Tijdens een gesprek met de ouders van een leerling die wordt gepest, kan het schoolteam:

- × Meer vat krijgen op de situatie
- × Feiten verzamelen
- × De ouders aanmoedigen om mee te helpen zoeken naar oplossingen waarin iedereen zich kan vinden



Suggesties voor schoolteams:

- × Erken dat het een stresserende situatie is voor de ouders, en laat hen hun gevoelens vrij ventileren.
- × Bied emotionele ondersteuning aan de ouders.
- × Toon begrip voor de emoties en de zorgen van de ouders.
- × Benadruk de bezorgdheid van de school over de situatie, net als de gezamenlijke wil om het pesten te beëindigen.
- × Vraag de ouders naar hun noden en verwachtingen.
- × Verschaf eventueel opnieuw informatie over het pestbeleid en de bijbehorende procedures van de school rond pesten.
- × Nodig de ouders uit om hun ideeën over maatregelen te delen.
- × Aanvaard de rol van ouders als spreekbuis voor hun kinderen.
- × Geef de ouders aan wat er nodig is om de situatie te doorgronden, en laat hen weten dat je meteen overgaat tot actie als de situatie daarom vraagt.

Breng de ouders op de hoogte van alle ondernomen of toekomstige acties, vooral wanneer de situatie al een tijdje aansleept. Stel samen met de ouders een plan op om hen blijvend te informeren. Geef de ouders extra informatie over de problematiek van pesten, als dat nodig is – bijvoorbeeld over de impact op de leerling die wordt gepest, over de kansen om te leren uit de situatie, over verzoening ...

Praten met de ouders van een leerling die anderen pest

Tijdens een bespreking met de ouders van een leerling die anderen pest, kan het schoolteam:

- × Informatie verzamelen over de peestsituatie
- × Het probleem samen onderzoeken en vatten



Suggesties voor schoolteams:

- × Luister naar het standpunt van de ouders, zonder met hen in discussie te treden.
- × Licht het standpunt en de bezorgdheid van de school toe en ga in op haar engagement om het pesten te stoppen.
- × Stel het pestbeleid van de school opnieuw voor of herhaal de belangrijkste aspecten uit dat beleid.
- × Geef de ouders informatie over de problematiek van pesten – bijvoorbeeld over de impact op de leerling die wordt gepest, over de gevolgen, over de kansen om te leren uit de situatie, over verzoening ...
- × Gebruik een probleemoplossende benadering die de ouders stimuleert om mee na te denken over een mogelijke aanpak.
- × Breng de ouders op de hoogte van hoe de school de situatie tot nu toe aanpakte en monitorde.
- × Maak de verwachtingen van de school en de consequenties van pestgedrag duidelijk.
- × Moedig de samenwerking en communicatie tussen ouders en de school aan om leerlingen die worden gepest te beschermen, of om het risico op pesten te beperken.

Dat alles toont aan dat evenwichtige communicatie een cruciale factor is in de opbouw van sterke samenwerking.

Hoofdstuk 5 bespreekt hoe een school de principes van evenwichtige communicatie en samenwerking inzet op het niveau van de school, met het langetermijndoel om de hele schoolgemeenschap warm te maken voor een beleid dat pesten voorkomt en terugdringt.



HOOFDSTUK 5

De hele school motiveren

Als de verandering van het schoolklimaat essentieel is voor de strijd tegen pesten, dan spreekt het voor zich dat de hele schoolgemeenschap daarbij wordt betrokken. Daarbij maakt de school duidelijk dat ze de pestproblematiek ernstig neemt.

De school betreft iedereen bij haar zoektocht naar creatieve en constructieve manieren om geweld te stoppen, en werkt aan een **warme sfeer** waarin iedereen (niet alleen leerlingen, maar ook het voltallige schoolteam en de ouders) voelt dat ze worden aanvaard en dat er naar hen wordt geluisterd.

Werken alle partners van de school mee om geweld een halt toe te roepen, dan versterkt dat de gemeenschappelijke waarden en visie. De samenwerking opent mogelijkheden om vastgeroeste patronen en gewoontes in vraag te stellen, zodat er een **verbindend schoolklimaat** kan groeien. Dat is de beste remedie tegen pesten en andere vormen van geweld. Dit hoofdstuk gaat daar verder op in.

Werken aan een verbindend schoolklimaat

Voldoet de school aan onderstaande voorwaarden, dan kan het schoolklimaat ingrijpend en op lange termijn veranderen:

- × De school erkent dat er zich pestproblemen kunnen voordoen.
- × De school is ervan overtuigd dat niet ingrijpen bij pestsituaties een impact heeft op het leerproces.
- × De school gelooft dat ze met haar beleid het aantal pestgevallen kan verminderen.

Als de school wil slagen in haar opzet, dan moet ze bereid zijn om kritisch te kijken naar haar beleid, het schoolklimaat, de voorziene procedures, maatregelen en interventies, en om die regelmatig te evalueren en bij te sturen. De actiecirkel kan daarbij helpen¹⁸. Het is daarbij nodig om iedereen te motiveren om mee te werken aan verandering. Dat lijkt een veeleisende opdracht, maar er bestaan eenvoudige en doeltreffende strategieën voor.

Zelfs als de school alleen nog maar beseft dat er een probleem is – de eerste randvoorwaarde – maakt verandering een goede kans. Want alleen al door het

probleem te erkennen, geeft de school een belangrijke boodschap aan haar leerlingen en personeel. De eerste stap naar verandering is daarmee gezet.



Suggesties voor schoolteams om iedereen te motiveren:

- × Werk met een zorgvuldig opgestelde enquête die anoniem kan worden ingevuld en peilt naar ieders mening over het pestprobleem op school. (Bijlage 3 geeft inspiratie voor vragenlijsten). Dat kan een onderdeel zijn van een plan tegen pesten. De school vestigt daarmee de aandacht op de specifieke gedragingen die vallen onder pesten en benadrukt dat ze het pesten ernstig neemt. Het zorgt ook voor een momentopname van het actuele pestgedrag, waartegen de doeltreffendheid van latere maatregelen kan worden afgemeten.
- × Richt daarna een overlegorgaan op (of ga na binnen welk bestaand orgaan overleg over pesten mogelijk is), met daarin vertegenwoordigers van personeel, ouders én leerlingen. Dat overlegorgaan analyseert de resultaten van de enquête en maakt ze bekend. Het kan ook ervaringen en strategieën rond pesten verzamelen.
- × Zet een overlegproces in gang dat zorgt voor ideeën rond het voorkomen en aanpakken van pesten. Maak daarbij bijvoorbeeld ook gebruik van de mogelijkheden om de schoolraad, leerlingenraad of ouderraad/oudervereniging te betrekken. Uiteindelijk mondt dat uit in een plan van aanpak op lange termijn. Het hierboven vermelde overlegorgaan kan dat plan sturen.

Wanneer iedereen in de school voldoende gemotiveerd is om pestproblemen aan te pakken, kan er werk worden gemaakt van een plan op lange termijn.

Kader voor een alomvattend plan tegen pesten

Een allesomvattende aanpak van pesten steunt op maatregelen die reflectie stimuleren en zorgen voor attitudeverandering. Daarnaast is er nood aan strategieën die de hele school bewust maken van de problematiek en ervoor zorgen dat iedereen de noodzakelijke vaardigheden kan opbouwen.

¹⁸ Meer informatie over de actiecirkel staat in de publicatie *Pesten en Geweld op school: handreiking voor een daadkrachtig schoolbeleid*, in Hoofdstuk 2, Bouwsteen 2: De actiecirkel. Ook de *kwaliteitscirkel* van het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie kan schoolteams helpen.

De essentiële stappen die doorlopen moeten worden om een plan met zulke maatregelen en strategieën uit te werken, komen aan bod in het volgende deel.

Het plan bestaat uit drie grote componenten:

Reflectie

Scholen dienen eerst na te denken over het **gebruik en misbruik van macht binnen hun eigen muren**.

Dat onderzoeken ze het best op alle niveaus – van de directie tot de leerlingen – en met oog voor zowel bedoeld als onbedoeld machtsgebruik. Ze denken daarbij ook na over de relatie tussen macht en verantwoordelijkheid en over het verschil tussen positieve en negatieve macht (zie p. 23).

Attitudeverandering

Om pesten te voorkomen, is er op school een sfeer nodig die het respect voor de rechten van alle kinderen en jongeren aanmoedigt.

Dat is een sfeer waarin:

- × Verschillen worden aanvaard en zelfs omarmd
- × De gevoelens en behoeften van iedereen worden gerespecteerd
- × Alle vormen van discriminatie (zoals racisme, homofobie en seksisme) en geweld (inclusief pesten) worden benoemd en er gepaste antwoorden voor worden gezocht
- × Mensen worden aangemoedigd om zichzelf te ontwikkelen (door bijvoorbeeld vaardigheden te ontwikkelen, informatie te verzamelen of attitudes te veranderen)
- × Iedereen meetelt én dat ook zo ervaart

Actie

Een systematische, effectieve langetermijnstrategie tegen pesten wordt ontwikkeld door:

- × Volwassenen te stimuleren om vaardigheden aan te leren waarmee ze op een respectvolle en doeltreffende manier kunnen tussenbeide komen bij peestsituaties
- × Leerlingen bewust te maken van het effect van pesten op degenen die ermee te maken krijgen

- × Leerlingen die kennis en vaardigheden bij te brengen die ze nodig hebben om op te komen tegen pesten en om conflicten te beheersen

Stappen naar verandering

Alleen als iedereen – van directie tot leerlingen – samenwerkt, ontstaat er een sfeer waarin wederzijds respect vanzelfsprekend wordt. Plannen om pesten te verminderen maken meer kans op succes als deze stappen worden ondernomen:

Richt een werkgroep op van leerlingen, ouders en schoolpersoneel, eventueel aangevuld met medewerkers van het Centrum voor Leerlingenbegeleiding. Deze werkgroep wordt de motor van het implementatie- of veranderingsproces. Binnen de werkgroep kan er een coördinator aangesteld worden die een globaal overzicht behoudt, voor de praktische zaken zorgt en de inhoudelijke werking van de werkgroep bewaakt. De werkgroep werkt bijvoorbeeld de gedragscode (zie p. 21) uit én houdt die up-to-date. Ook andere maatregelen in het beleid tegen pesten vallen onder de verantwoordelijkheid van de werkgroep.

- × Stel een eenvoudige en heldere procedure op die leerlingen kunnen volgen om pestgedrag – veilig en anoniem – te melden. Leer volwassenen hoe ze het best met dat soort meldingen omgaan.
- × Zorg dat alle leden van de schoolgemeenschap weten hoe ze hun respectieve rollen (zoals die worden beschreven in de procedures) kunnen invullen.
- × Duid een groep volwassenen aan bij wie leerlingen terecht kunnen voor extra ondersteuning en hulp bij peestsituaties. Zorg dat ze die hulp ook echt kunnen bieden door hen de nodige trainingen en procedures te geven.
- × Stel maatregelen op die leerlingen, schoolpersoneel en ouders aanmoedigen om voortdurend van gedachten te wisselen over het tegengaan van pesten.
- × Zorg voor een waaier van andere maatregelen die bijdragen tot een gezonde schoolomgeving.

De weg naar een verbindend schoolklimaat met minder pesten is boeiend en vraagt heel wat creativiteit. Verandering gebeurt geleidelijk en vraagt visie, toewijding, samenwerking en leiderschap.¹⁹



Suggesties voor leerstrategieën:

Leerfrustraties, een laag zelfbeeld en ontoereikende sociale vaardigheden dragen allemaal bij tot mogelijk pestgedrag. **Leerstrategieën waarbij leerlingen elkaar helpen en ondersteunen** doen leerlingen beter presteren, geven hen meer zelfvertrouwen en maken hen taalvaardiger – ongeacht op welke leeftijd en voor welk vak ze worden gebruikt. Ze dragen niet alleen bij tot betere kennisoverdracht, maar bieden ook een tegengewicht voor alle vormen van vooroordelen, discriminatie en onverdraagzaamheid.

Ook de lesinhoud zelf biedt soms raakpunten met pesten. Literatuur kan leerlingen er bijvoorbeeld toe aanzetten om het gezichtspunt van iemand anders in te nemen zodat ze meer inzicht krijgen in hun eigen gedrag. Zien leerlingen de dynamiek van het pesten in een concrete context, dan ontdekken ze welke sociaal verantwoorde keuzes iedereen heeft.

Lessen rond mediawijsheid bijvoorbeeld geven leerlingen meer inzicht in negatieve stereotyperingen en onrealistische voorstellingen van relaties of geweld. Op de website van KlasCement zijn er heel wat leermiddelen beschikbaar rond mediawijsheid.

Niet alleen lezen, maar ook **schrijven** kan leerlingen een beter inzicht geven in pestgedrag. De dagboektechniek is een goed middel tot reflectie en een beter inzicht in pestsituaties. Maar je kunt leerlingen ook vragen om zich in te leven in de rol van iemand anders. Door te schrijven vanuit een ander perspectief verkennen kinderen en jongeren de gebeurtenissen en relaties die hun leven beheersen. Dat verhoogt niet alleen hun begrip van de pestproblematiek, het versterkt ook hun vermogen tot empathie. Op dezelfde manier kunnen thema's en begrippen uit de sociale wetenschap de leerlingen zowel kennis bijbrengen als de pestproblematiek in een bredere context plaatsen.

De techniek van het **rollenspel** wordt in heel wat handboeken en programma's aangeraden als een manier om meer inzicht te krijgen in probleemsituaties zoals pesten. Een goede begeleiding is daarbij onmisbaar. Want als zo'n rollenspel niet goed wordt aangepakt, is de kans groot dat leerlingen er opnieuw door worden gekwetst.

Ook het gebruik van **games** helpt leerlingen om pestsituaties en hun rol daarin beter te begrijpen. Serious games kunnen bovendien gebruikt worden om samen met leerlingen acties en maatregelen tegen pesten op te zetten.

De verschillende hoofdstukken in deze publicatie benadrukken dat het voorkomen en aanpakken van pesten geen exclusief terrein is van 'experts'. Als het klimaat op school pesten bevordert, zijn heel wat mensen daarvoor verantwoordelijk – door wat ze zeggen en doen. Het omgekeerde geldt dus ook: een succesvol beleid tegen pesten is het resultaat van de dagelijkse keuzes van iedereen op school.

Via onderstaande activiteiten kunnen leerlingen meewerken aan een schoolklimaat waarin pesten geen kans maakt. Het zijn maar enkele suggesties ter inspiratie die al vaak door schoolteams worden aangewend.



Suggesties voor activiteiten in de basisschool:

Stimuleer nadenken over pestgedrag

- × Lees een boek waarin pesten een sleutelement is van het verhaal. Vorm kleine groepjes van leerlingen die nadenken over manieren om het pestprobleem op te lossen. Bedenk variaties op het einde van het verhaal met een positieve afloop.
- × Vraag, afhankelijk van de mogelijkheden van de leerlingen, de hulp van leerlingen om oplossingen voor moeilijke situaties te bedenken en te evalueren.
- × Geef het goede voorbeeld door hardop te denken terwijl je de verschillende stappen van de oplossing van een probleem doorloopt.

Moedig een gezonde verstandhouding tussen de kinderen aan

- × Denk samen met leerlingen na over wat een 'goede vriend' precies is, en over manieren om vrienden te maken én te behouden.
- × Laat leerlingen collages maken van woorden en beelden die duidelijk maken wat vriendschap is.
- × Moedig leerlingen aan om te lezen over vriendschap. Praat over de sociale vaardigheden die daarbij aan bod komen.

Zorg ervoor dat pesten veilig kan worden gemeld

- × Zet een doos in de klas waarin leerlingen hun zorgen over pesten (anoniem) op een briefje kunnen melden. Vraag hen daarbij ook naar hun ideeën om de klas veiliger en warmer te maken. Spreek er apart met leerlingen over als dat nodig is.
- × Hou een wekelijks klasgesprek over zaken die iedereen aangaan. Zorg er wel voor dat je daar geen vertrouwelijke informatie ter sprake brengt.

Voeg de daad bij het woord door de ideeën die de doos en het klasgesprek opleveren ook in de praktijk om te zetten.

Bouw aan gedeelde waarden over eerlijkheid en respect

- × Denk samen met de leerlingen na over manieren om elkaar eerlijk en met respect te behandelen. Stel op basis daarvan een 'contract' op dat de veiligheid van iedereen in de klas garandeert. Laat de leerlingen dat contract ondertekenen en leg of hang het goed zichtbaar in de klas.
- × Gebruik dat contract als er een probleem is. Moedig leerlingen aan om ernaar terug te grijpen in situaties waarin bijvoorbeeld eerlijkheid en respect in het gedrang zijn.

Leer de kinderen om assertief te zijn

- × Bedenk samen met de leerlingen een lijst van constructieve manieren om te reageren op moeilijke situaties. Hang deze lijst op in de klas en deel hem uit aan de leerlingen.
- × Ontwerp een lijst met positieve manieren om met een conflict om te gaan. De leerlingen kunnen die lijst aanvullen als ze nieuwe situaties tegenkomen.
- × Gebruik die ideeën in een goed begeleid rollenspel of een andere gezamenlijke leeractiviteit.
- × Leg de nadruk op samenwerking.
- × Vermijd commentaar in groep op de prestaties van individuele leerlingen en vergelijk de leerlingen onderling niet.
- × Maak een prikbord waarop leerlingen en schoolpersoneel berichtjes kunnen hangen waarmee ze anderen bedanken voor dingen die ze hebben gedaan.
- × Zorg dat er een evenwicht is tussen competitieve en niet-competitieve spelletjes en activiteiten.

Deel groepen en teams zo in dat die aan elkaar gewaagd zijn. Vermijd zo veel mogelijk dat leerlingen zelf teams moeten samenstellen, of pas die techniek enkel toe als je 100% zeker bent dat niemand wordt uitgesloten.

- × Werk samen met leerlingen aan een project voor een goed doel. Zoek naar manieren om iedereen te betrekken door hun specifieke interesses of vaardigheden aan te spreken.
- × Laat leerlingen er mee voor zorgen dat een nieuwe leerling zich welkom voelt. Duid iemand aan die zich tijdens de eerste weken als mentor om de nieuweling bekommert.
- × Laat de leerlingen posters of kaarten maken die ze aan de nieuwe leerling geven op zijn of haar eerste dag.
- × Zorg ook voor een lijst van al de leerlingen met hun favoriete gerechten, sporten, spelletjes, onderwerpen, naschoolse activiteiten, tv-programma's, enzovoort.

Bevorder empathie

- × Benoem enkele 'gevoelswoorden' en moedig leerlingen aan om die ook te gebruiken. Hang die lijst op in de klas en deel ze uit aan de leerlingen.
- × Laat leerlingen opstellen schrijven waarin ze het hebben over hun gevoelens en die van anderen.
- × Stimuleer empathie bij de bespreking van literatuur, geschiedenis en actualiteit (in de wereld en op school). Vraag leerlingen om zowel de gevoelens van de betrokkenen als van zichzelf te beschrijven.
- × Leer kinderen het verschil tussen humor (samen lachen om iets) en spot (iemand uitlachen). Illustreer dat met humoristische boeken en verhalen.



Suggesties voor activiteiten in de secundaire school:

Stimuleer de probleemoplossende vaardigheden van leerlingen

- × Lees een (kranten)artikel waarin pesten een belangrijke thema is. Laat de leerlingen in kleine groepjes brainstormen over mogelijke oplossingen en strategieën.
- × Laat de leerlingen oplossingen bedenken voor moeilijke situaties en die evalueren.

Moedig een gezonde verstandhouding tussen de jongeren aan

- × Laat leerlingen samenwerken aan een document (bijvoorbeeld een stripboek, poster of collage) over een onderwerp zoals geestelijke gezondheid, racisme, seksisme of homofobie om het inzicht in die problematieken te bevorderen. Doe er daarna iets mee in de schoolkrant of via andere communicatiekanalen.

Zorg ervoor dat pesten veilig kan worden gemeld

- × Zet op een discrete plaats in de klas een doos waarin leerlingen een briefje kunnen steken waarmee ze vragen om hulp of hun bezorgdheid over pestgedrag melden.
- × Hou een klasgesprek over de impact van pesten. Zorg er wel voor dat je daar geen vertrouwelijke informatie ter sprake brengt.
- × Verduidelijk het verschil tussen klikken en een pestsituatie melden.
- × Geef leerlingen de opdracht om een tekst te schrijven over een historische figuur die zich opstelde als een verdediger of bondgenoot van mensenrechten. Laat hen het verband leggen tussen die personages en leerlingen die opkomen tegen pesten op school.

Bouw aan gedeelde waarden over eerlijkheid en respect

- × Denk samen met de leerlingen na over een 'contract' dat de veiligheid van iedereen in de klas garandeert. Laat de leerlingen en leerkrachten dat contract tekenen en toon het op een zichtbare plek.

Leer jongeren om assertief te zijn

- × Stel samen met de leerlingen een lijst op van constructieve manieren waarmee ze op moeilijke momenten duidelijk kunnen maken wat ze willen, zoals bijvoorbeeld iemand in de ogen kijken (als dat niet in conflict is met zijn of haar culturele waarden), assertieve lichaamstaal gebruiken of in de ik-vorm spreken zonder de stem te verheffen. Hang de lijst op in de klas en deel ze uit aan de leerlingen.
- × Bestudeer samen met de klas hoe je een conflict aanpakt door middel van probleemoplossing. Oefen de verschillende stappen van het proces door middel van een rollenspel.

Leg de nadruk op samenwerking

- × Vermijd commentaar op de prestaties van individuele leerlingen waar andere leerlingen bij zijn.
- × Moedig leerlingen aan om de uiteenlopende kwaliteiten van iedereen te waarderen. Vraag hen bijvoorbeeld om de pluspunten van een klasgenoot op te sommen. Wees je er wel van bewust dat er binnen de klas misschien al pestmechanismen spelen. Bouw de activiteit op zo'n manier op dat die de leerlingen die worden gepest niet nog kwetsbaarder maakt.
- × Zorg dat er een evenwicht is tussen competitieve en niet-competitieve spelletjes en activiteiten. Deel groepen en teams zo in dat die aan elkaar gewaagd zijn. Vermijd zo veel mogelijk dat leerlingen zelf teams moeten samenstellen, tenzij je 100% zeker bent dat niemand wordt uitgesloten.
- × Werk samen met leerlingen aan een project voor een goed doel. Zoek naar manieren om iedereen te betrekken door hun specifieke interesses of vaardigheden aan te spreken.
- × Laat leerlingen er mee voor zorgen dat een nieuwe leerling zich welkom voelt. Duid iemand aan die zich als mentor tijdens de eerste weken om de nieuweling bekommert.
- × Organiseer improvisaties of toneelstukjes om teamwerk aan te moedigen.

Bevorder empathie

- × Geef iedere leerling een kaartje waarop een pestsituatie wordt beschreven. Vraag de leerlingen om deze te rangschikken volgens hun inschatting van de situatie: ernstig of niet. Bespreek met de hele klas de redenen voor ieders keuze.
- × Stimuleer empathie bij de bespreking van literatuur, geschiedenis en actualiteit (in de wereld en op school). Vraag leerlingen om zowel de gevoelens van de betrokkenen als van zichzelf te beschrijven.
- × Lees een artikel of beschrijf een situatie voor de klas. Vraag daarna de leerlingen om zichzelf in de plaats van de hoofdpersoon te plaatsen en hun gevoelens te beschrijven.
- × Organiseer een debat waarbij leerlingen een standpunt moeten vertolken dat ingaat tegen hun eigen overtuiging.

- × Leer jongeren het verschil tussen humor (samen lachen om iets) en spot (iemand uitlachen). Illustreer dat met humoristische boeken en verhalen.

Het schoolteam staat niet alleen

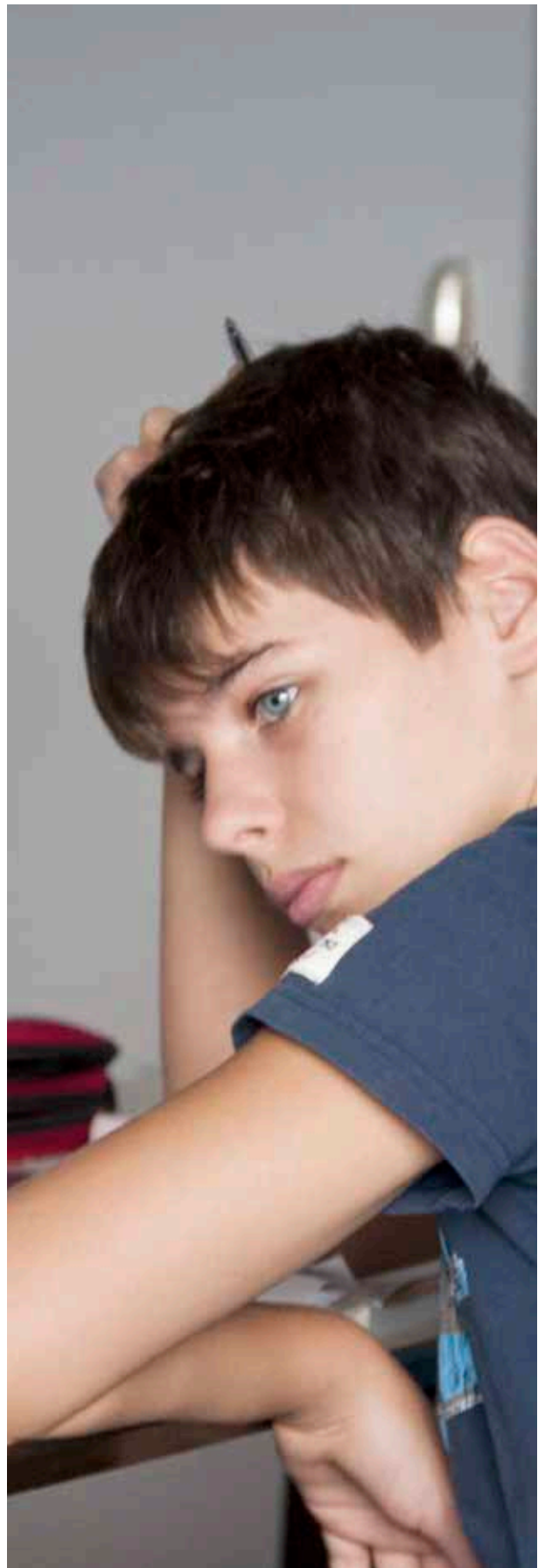
Wanneer leerlingen slachtoffer zijn van om het even welke vorm van geweld, wordt er van de school verwacht dat ze ingrijpt en het ongewenste gedrag zo snel mogelijk beëindigt. Het is belangrijk dat scholen weten dat ze in de aanpak van de situatie niet alleen staan. Zo kunnen ze een beroep doen op de CLB's en de pedagogische begeleidingsdiensten.

CLB's kunnen helpen om de problemen binnen een ruimere context te zien, ongewenst gedrag systematischer aan te pakken, inzicht te geven in de betekenis en de gevolgen van probleemgedrag, enzovoort. Bovendien kunnen leerlingen en ouders rechtstreeks bij het CLB terecht wanneer ze te maken hebben met ongewenst gedrag of andere problemen op school.

De pedagogische begeleidingsdiensten kunnen de vraag van een school opnemen en eventueel verduidelijken of plaatsen binnen het totale schoolbeleid. Zo nodig gaan ze mee op zoek naar externe partners.

Ook **de ouderkoepelverenigingen en de Vlaamse Scholierenkoepel** hebben een ondersteunende rol voor scholen in de samenwerking met ouders en met leerlingenraden.

Ten slotte zijn er ook **externe personen of organisaties die geen deel zijn van het schoolteam**, maar wel kunnen betrokken zijn bij de educatie en/of zorg en begeleiding van de kinderen en jongeren. Het overzicht van externe organisaties of personen waarmee er kan worden samengewerkt, is op te vragen via de pedagogische begeleidingsdiensten.





HOOFDSTUK 6

De plaats van peer mediation in het beleid tegen pesten

Peer mediation is een vorm van conflictoplossing, en dus niet geschikt als antwoord op peestsituaties. Toch heeft peer mediation wel een **plaats in het voorkomen van pesten**, want soms escaleert een onschuldige ruzie, of ontaardt een klein misverstand in pesterijen. Om dat te vermijden, is het nuttig om het conflict meteen te ontmijnen.

Peer mediation heeft zijn wortels in de Verenigde Staten, waar in de jaren 1970 werd gezocht naar andere methoden om buitenrechterlijke geschillen en conflicten op te lossen. De methodiek waaide vervolgens over naar Canada en naar landen zoals Zuid-Afrika, Nederland, Duitsland en België. Sinds de jaren 90 van de vorige eeuw is bemiddeling in België in opkomst. Sinds 2005 is het in een wettelijk kader geregeld.

Peer mediation werpt zijn vruchten af: leerlingen scherpen hun relationele vaardigheden aan, en leerkrachten kunnen zich voluit op lesgeven focussen waardoor het welbevinden van iedereen op school stijgt.

Wat is peer mediation?

Bij peer mediation worden neutrale, opgeleide, leerlingen ingeschakeld om te bemiddelen bij conflicten zodat zij de communicatie tussen de in conflict zijnde leerlingen terug vlot laten verlopen. Daarbij laten ze de in conflict zijnde leerlingen²⁰ zelf een oplossing zoeken.

De methodiek doet een beroep op de vaardigheden van kinderen en jongeren **om hun leeftijdsgenoten bij te staan**. Volwassenen ondersteunen hen daarbij zodat ze zelf tot oplossingen voor conflicten komen. Peer mediation is geen pasklare oplossing. In elke situatie moet afgewogen worden of peer mediation de geschikte methodiek is. Elke situatie is anders en vraagt dus om een specifieke aanpak. Daarnaast is het ook belangrijk dat de methodiek een plaats krijgt in het geheel van maatregelen die de school neemt op het vlak van het aanpakken en tegengaan van allerlei vormen van geweld.

Wanneer peer mediation gebruiken?

Schoolteams kunnen peer mediation inschakelen om conflicten op te vangen in het **basis- en het secundair onderwijs**. Vanaf de leeftijd van 9 jaar kunnen leerlingen opgeleid worden als leerlingbemiddelaar²¹.

Conflict is een erg ruim begrip. Eerder in deze publicatie kwamen al de kenmerken aan bod van situaties waarbij conflictoplossing niet aangewezen is, en werden enkele concrete casussen beschreven. Het volgende lijstje bevat voorbeelden van **conflicten die algemeen in aanmerking komen voor peer mediation** – al is het aangewezen om de eigenheid van elke situatie te respecteren:

- × Conflicten over vriendschappen
- × Beledigingen en roddels
- × Vooroordelen
- × Korte uitsluitingen bij een spel of bij het uitvoeren van een taak
- × Akkefietjes tijdens het spelen
- × Misverstanden of grappen die uit de hand lopen
- × Afgepakte of niet-teruggegeven geleende spullen
- × Het niet nakomen van afspraken
- × Plagerijen

Lichte vormen van pesten lenen zich soms ook voor peer mediation – al is de grens vaak moeilijk te trekken. Voorzichtigheid is dus altijd geboden. Het risico bestaat immers dat leerlingen zich zwaar gekwetst voelen door een 'lichte pesterij', en dat de schade nog groter wordt wanneer ze tijdens een bemiddeling worden geconfronteerd met de leerling die pest (zie p. 15).

Hoe dan ook is **peer mediation uitgesloten als antwoord op ernstige, structurele pesterijen**, en ook bij conflicten:

- × Met geweld
- × Met strafbare feiten
- × Met betrokkenheid van een leerling én een volwassene (zoals een leerkracht)

²⁰ Deze publicatie spreekt van leerlingen, maar de bemiddeling kan evengoed plaatsvinden in andere groepen van jongeren, zoals op de jeugdbeweging of in de sportclub.

²¹ De leeftijd van 9 jaar wordt aanbevolen, omdat volgens de ontwikkelingspsychologie kinderen rond de leeftijd 9 jaar de zin voor verantwoordelijkheid en plichtsbefef ontwikkelen.

Kenmerken van peer mediation

- × Minstens een **coördinator** – een lid van het schoolteam – weegt af of peer mediation raadzaam is voor een specifiek conflict.
- × Bij voorkeur nemen twee **bemiddelaars onder de leerlingen**, opgeleid in conflictbemiddeling, de peer mediation van een concrete situatie op zich. Waarom twee bemiddelaars? Omdat ze elkaar steunen, bijsturen, aanvullen ... tijdens de gesprekken met leerlingen. Bovendien krijgt partijdigheid minder kans.
- × Alle partijen nemen **uit vrije wil** deel aan peer mediation. Het is niet verplicht.
- × De bemiddelaars zitten **op dezelfde school** als de leerlingen die ze begeleiden.
- × De bemiddeling vindt plaats **kort na de aanvraag**. Het heeft geen zin om conflicten onnodig te laten aanslepen, zeker niet als voorkomen wil worden dat ze uitmonden in pesterijen.
- × Peer mediation gaat door **in de school zelf**.
- × De bemiddelaars moeten vertrouwelijk omgaan met de informatie die ze verkrijgen. Ze delen informatie alleen met hun volwassen coördinator. Als tijdens de bemiddeling zou blijken dat ernstige feiten aan de basis van het conflict liggen, dient de coördinator wel andere instanties te verwittigen.

Het einddoel van peer mediation is een oplossing waarin de partijen van het conflict zich kunnen vinden. Het is cruciaal dat de bemiddelaars het gesprek sturen. Ze brengen zelf geen oplossingen aan. De partijen moeten zelf tot een overeenkomst komen.

Welke kansen biedt peer mediation?

Zowel leerkrachten als leerlingen hebben baat bij peer mediation.

Kansen voor leerkrachten

- × Bij de start van peer mediation worden extra inspanningen van leerkrachten gevraagd om te zorgen voor de nodige ondersteuning. Maar op lange termijn wordt er wel degelijk **tijdwinst** geboekt.

Als leerlingen hun conflicten zelf oplossen, moeten leerkrachten alleen nog tussenkomen als dat echt nodig is.

- × Het is voor leerkrachten erg belastend om voortdurend zelf tussen te komen bij conflicten tussen kinderen en jongeren. Dat hoeft niet meer bij peer mediation. Leerkrachten blijven neutraal, houden zich op afstand en ervaren daardoor **minder stress**.

Kansen voor leerlingen

- × Peer mediation biedt leerlingen een **betrouwbare methode** om met conflicten om te gaan. Het is geen eenmalige remedie voor een ruzie, maar een structurele oplossing waarop ze steeds opnieuw kunnen terugvallen. Later, als ze volwassenen zijn, zullen ze hun conflicten ook sneller en gewelddoos oplossen.
- × Leerlingen ontwikkelen via peer mediation een reeks **vaardigheden** die ze goed kunnen gebruiken – ook buiten conflictsituaties en buiten de school. Ze leren hun gevoelens correct te verwoorden, respectvol te luisteren, een situatie objectief te analyseren, kritisch te denken en naar oplossingen te zoeken.
- × Beschikken kinderen en jongeren over manieren om conflicten niet uit te weg te gaan en ook niet te laten escaleren, dan staan ze **assertiever** en met **meer zelfvertrouwen** in het leven.
- × Het doel van peer mediation is een oplossing waarin iedereen zich kan vinden. Dat vraagt van leerlingen dat ze luisteren naar elkaar, empathie opbrengen voor de positie van de ander, ideeën uitwisselen en een gedeeld plan uittekenen. Kortom: ze **leren samenwerken**, een vaardigheid die hen ook in hun latere (beroeps)leven goed van pas zal komen.
- × Peer mediation helpt niet alleen bij het oplossen van, maar ook bij het **omgaan met conflicten**. Kinderen en jongeren leren dat het normaal is om soms boos, ongelukkig of bang te zijn, en dat er geweldloze manieren zijn om die gevoelens uit te drukken.

Kansen voor leerkrachten én leerlingen

- × Peer mediation bewijst dat – tenminste binnen schoolmuren – conflicten ook op een vreedzame en respectvolle manier kunnen worden beslecht.
- × Peer mediation maakt geen onderdeel uit van het lessenpakket, maar sluit er naadloos bij aan. Het draagt bij tot de doelstellingen om het welbevinden van leerlingen te verhogen.
- × Peer mediation zorgt voor minder conflicten op school of voor een daling van het aantal conflicten.

Betrokkenen bij peer mediation

Valkuilen voor peer mediation

Deze typische valkuilen moeten zeker worden vermeden:

- × Bewaak continuïteit
Tip: ga aan de slag met meer dan één coördinator
- × Bewaak expertise
Tip: stuur de leerlingenbemiddelaars regelmatig op bijscholing/intervisies en school de coördinatoren bij
- × Wees alert voor rolverwarring
Tip: de kans bestaat dat leerkrachten anders gaan kijken naar leerlingenbemiddelaars dan naar de andere leerlingen in de klas. Het is belangrijk om de rol van 'leerling in de klas' en de rol van 'bemiddelaar' goed uit elkaar te houden. Zo wordt vermeden dat de indruk ontstaat dat leerlingenbemiddelaars een voorkeursbehandeling krijgen.

× **Projectgroep**

De werkgroep of projectgroep is een weerspiegeling van het hele schoolteam: directie, leerkrachten, leerlingen, professionele begeleiders en eventueel ook ouders. Zij leggen de grote lijnen van het peer mediation-project vast. De werkgroep of projectgroep staat onder leiding van minstens één projectcoördinator. Na een training neemt de projectcoördinator een groot deel van de project-taken (zoals bemiddelaars werven en coachen,

vergaderingen voorbereiden en rapporteren) op zich. Het is daarom ook nodig dat de coördinator de nodige vorming, ondersteuning én tijd krijgt. De projectgroep bekijkt onder andere op welke manier de methodiek van peer mediation binnen de school kan worden uitgedragen en gepromoot.

× **Bemiddelaars (leerlingen)**

De bemiddelaars volgen vrijwillig een training rond conflictbemiddeling. Daarna bemiddelen ze in conflicten.

× **Externe partner**

Experten kunnen een programma op maat van de school mee helpen ondersteunen.

× **Ouders**

De steun van de ouders is essentieel bij de creatie van een breed draagvlak voor peer mediation. In elk geval moeten ouders voldoende worden geïnformeerd. Dat kan door ze uit te nodigen op de informatiesessies (zie fase 2 hierna). Aan de ouders van bemiddelaars wordt het best hun toestemming gevraagd – zeker in de basisschool.

Fases van een implementatieproject voor peer mediation op school

Fase 1: oriëntatie

Waarom is peer mediation op onze school nodig? Wat willen we ermee bereiken? Dat zijn de vragen die worden gesteld in deze fase.

Soms besluiten scholen na een concreet incident om een bemiddelingsprogramma op te starten. Maar het is een misverstand dat alleen 'moeilijke' scholen baat hebben bij peer mediation. Ook scholen die de participatie van hun leerlingen willen bevorderen, kunnen dat via deze weg doen. Om de opstart van een peer mediation programma te rechtvaardigen, is het van belang dat de visie van de school over de aanpak van conflicten op school aansluit bij de methodiek van peer mediation. Als de bemiddelaars niet genoeg de kans krijgen om te bemiddelen, zullen de voordelen immers niet worden gerealiseerd.

Het initiatief om peer mediation in te voeren hoeft niet noodzakelijk van de directie te komen. Leerlingen, leerkrachten of alle partijen samen kunnen beslissen om de mogelijkheid tot peer mediation te onderzoeken. Eenmaal het project in de praktijk wordt gebracht, zorgt de directie voor iemand die de leiding en coördinatie van het project kan opnemen.

Om een goed zicht te krijgen op het schoolklimaat kan een **enquête** nuttig zijn. Die kan later opnieuw worden gebruikt om na te gaan of de doelstellingen werden bereikt. Wat die doelstellingen zijn, moet in deze fase duidelijk worden bepaald.

Enkele voorbeelden:

- × Sneller conflicten oplossen
- × De betrokkenheid van leerlingen vergroten
- × Sociale vaardigheden bijbrengen
- × De sfeer op school verbeteren
- × Vermijden dat conflicten escaleren tot peetsituaties

Al deze concrete doelstellingen passen hoe dan ook in een breder streven naar een **verbindend schoolklimaat**, dat onder meer gebaseerd is op samenwerking, inspraak en de empowerment van leerlingen.

Het eindresultaat van deze fase is dus een **expliciete visie** en de motivatie voor peer mediation project, en op de concrete doelstellingen die de school daarmee wil bereiken.

Fase 2: analyse

Eerder werd aangehaald dat een breed **draagvlak** erg belangrijk is om een langetermijnproject zoals peer mediation te doen lukken. In deze fase is dat vooral nodig bij:

- × De directie
Die moet immers bereid zijn om voor een lange periode mensen en middelen vrij te maken.
- × De leerkrachten
Als zij hun leerlingen bij een conflict niet doorverwijzen naar een bemiddelaar, geraakt peer mediation nooit van de grond.

- × De leerlingen
Er moeten immers leerlingen bereid zijn om aan peer mediation te doen.

Als er voldoende draagvlak is, kunnen de volgende vragen helpen bij de opmaak van een plan:

- × Hoeveel vrijwilligers hebben we nodig voor dit project?
- × Hoeveel tijd gaan we erin moeten investeren?
- × Gaan we met een externe partner in zee? Zo ja, welke?

Al de informatie uit deze eerste twee fases wordt gebundeld in een **projectplan**. Op basis daarvan neemt de directie de beslissing om peer mediation al dan niet op te starten.

Fase 3: voorbereiding

Is het startschot gegeven, dan kan een werkgroep of projectgroep²² worden samengesteld. Haar eerste taak is om het draagvlak te verbreden naar alle partijen in en rond de school. Dat kan met **informatiesessies** voor directie, leerkrachten, leerlingen, ouders en ondersteunend personeel. Tijdens zo'n sessie worden de resultaten van de enquête besproken, de visie en doelstellingen gepresenteerd en de principes van peer mediation uitgelegd. Deze informatiesessies zijn géén eenrichtingsverkeer. Alle betrokkenen worden uitgenodigd om hun mening te uiten, inclusief hun twijfels over het project.

Een tweede belangrijke taak is het aanduiden van een projectcoördinator. Zowat iedereen uit het schoolteam komt daarvoor in aanmerking: leerkrachten, administratief personeel, opvoeders, gezondheidscoördinatoren of mensen uit de cel leerlingenbegeleiding. Het belangrijkste is dat de coördinator gelooft in de principes van peer mediation. Daarnaast moet hij of zij:

- × Organisatorisch talent hebben
- × Sterk communiceren
- × Goed overweg kunnen met kinderen en jongeren met verschillende achtergronden
- × Discreet zijn
- × Goed kunnen omgaan met conflictsituaties

De projectcoördinator:

- × Stelt het projectplan op
- × Bereidt de vergaderingen voor
- × Verzorgt en vergroot het draagvlak, bijvoorbeeld met promotiecampagnes
- × Is een centraal aanspreekpunt voor leerkrachten en leerlingen
- × Coördineert de werving van bemiddelaars
- × Verzorgt de praktische organisatie van bemiddelingssessies
- × Evalueert het gebruik van de methodiek

De functie van projectcoördinator is uiteraard geen nieuwe fulltimebaan. Toch dient hij of zij **voldoende tijd** te krijgen, zeker tijdens de opstartfase van het project. Daarnaast moet er ook een **training** worden voorzien over de principes van peer mediation. Projectcoördinatoren worden meestal *niet* opgeleid om ook de training van bemiddelaars te verzorgen. Het is een must dat zij eerst zelf bemiddelaarservaring opdoen voor ze anderen opleiden.

Fase 4: werven van bemiddelaars

Na hun training gaan de projectcoördinatoren na wie zich kandidaat wenst te stellen om leerlingenbemiddelaar te worden. Daarvoor moet het project eerst aan de leerlingen worden voorgesteld. Het ligt voor de hand om dat tijdens de les te doen²³. Daarna kunnen leerlingen zich **vrijwillig aanbieden** als bemiddelaar, bijvoorbeeld via een formulier waarmee ze zich kandidaat kunnen stellen. Een andere methode is om leerlingen **anoniem leeftijdsgenoten te laten voordragen**. Leerkrachten kunnen natuurlijk ook zelf op zoek gaan naar geschikte kandidaten, maar vanuit empowermentsperspectief is het belangrijk dat de leerlingen voldoende bijdragen aan het selectieproces.

Het aantal bemiddelaars hangt af van factoren zoals de grootte van de school en het aantal conflicten. Hoeveel bemiddelaars het ook worden, het is belangrijk dat die groep **representatief** is voor de schoolpopulatie. Let dus op een goede verdeling van kenmerken als leeftijd, geslacht, afkomst, religie, schoolprestaties enzovoort.

De **kwaliteiten** waarover een bemiddelaar moet beschikken, zijn:

- × Respect voor (de mening van) de medeleerlingen
Het is niet de bedoeling dat leerlingenbemiddelaars hun eigen ideeën opdringen aan anderen.
- × Communicatievaardigheid
De bemiddelaar moet een gesprek in goede banen kunnen leiden en iedereen aan het woord laten.
- × Zin voor verantwoordelijkheid
- × Empathie
De bemiddelaar kan zich inleven in de gevoelens van anderen en kan aan iemands lichaamstaal zien hoe hij/zij zich voelt.
- × Discretie
De leerlingenbemiddelaars zwijgt tegen buitenstaanders over wat er tijdens een bemiddeling aan bod kwam.

Leerlingen die bemiddelaar willen worden, doen dat omdat ze het leuk vinden, omdat ze in het idee geloven en omdat het loont. Probeer onder andere op die **redenen** in te spelen om de groep kandidaten zo groot mogelijk te maken. Zorg er bijvoorbeeld voor dat peer mediation geen al te ernstige bedoening wordt. De extrinsieke motivatie van de bemiddelaars wordt versterkt door hen te belonen met een speciaal certificaat, een groepsuitstap of gewoon een complimentje.

De **training** van de bemiddelaars gebeurt doorgaans door een externe partij, maar kan ook opgenomen worden door leerkrachten die zelf opgeleid zijn om leerlingen te trainen. De leerlingen oefenen tijdens hun opleiding verschillende vaardigheden die ze nodig hebben bij conflictbemiddeling zoals actief luisteren, letten op non-verbale communicatie, samenvatten, doorvragen, onpartijdig leren zijn en werken aan probleemoplossingen. Rondt de leerling de training met succes af, dan krijgt hij of zij een certificaat. Is dat niet het geval, dan deelt de projectcoördinator mee dat het beter is om ermee te stoppen.

Eens alle bemiddelaars gekend zijn, moeten ze natuurlijk ook de nodige bekendheid krijgen. De school kan daarvoor foto's ophangen, pasjes laten maken, een aankondiging in de schoolkrant plaatsen of de bemiddelaars een speciaal petje of jasje geven. Dat vergroot meteen ook de teamgeest onder de bemiddelaars.

Fase 5: uitvoering

Doet er zich vanaf dat moment op school of in de klas een conflict voor, dan is een **doorverwijzing** naar een bemiddelaar aangewezen. Soms stappen leerlingen zelf naar de bemiddelaar, maar meestal is het de taak van de leerkrachten om leerlingen door te wijzen. Ervaring leert dat dit niet altijd automatisch gebeurt, omdat leerkrachten nog te vaak de neiging hebben om het conflict 'zelf wel even op te lossen' (zie ook p. 28). Voortdurende sensibilisering is daarom – zeker in de beginfase – van groot belang. In principe kunnen bemiddelaars ook op eigen initiatief tussenkomen als ze een conflict zien, maar ze mogen zich niet als de politieagenten van de school gaan gedragen.

Een bemiddelingsopdracht wordt bij voorkeur door een duo van bemiddelaars uitgevoerd, op basis van een **beurtrolstelsel**. Een bepaalde mate van flexibiliteit is echter wel aangewezen, zodat de bemiddelaars zo nodig 'op maat' kunnen worden gekozen. Zo mogen de partijen niet te sterk bevriend zijn met (een van de) bemiddelaars om partijdigheid te voorkomen.

De bemiddeling zelf gebeurt het best in een **vast lokaal** (bijvoorbeeld in de 'babbelbox'), en zoveel mogelijk buiten de lesuren van de bemiddelaars. Hoe lang een bemiddelingsgesprek mag duren, is een kwestie van afspraken. Als er een maximum wordt vastgesteld, kan er altijd een vervolgspraak worden gemaakt als die tijd wordt overschreden.

In het algemeen is dit de **rol** van de bemiddelaars:

- × Ze zijn **neutraal** en proberen alle partijen te begrijpen.
- × Ze begeleiden het bemiddelingsproces, maar geven hun mening niet.
- × Ze hebben absolute **zwijgplicht** over de inhoud van het gesprek. Alleen de coördinator lichten ze zo nodig in.
- × Ze werken **vrijwillig** en kunnen dus op elk moment de bemiddelings sessie afbreken, bijvoorbeeld als een van de partijen zich niet aan de regels houdt.
- × Ze streven niet naar een bepaalde oplossing, maar verdiepen zich in de oorzaken van het conflict en de gevoelens en behoeften van alle partijen.

Fase 6: evaluatie

Om een goed zicht te krijgen op de resultaten van peer mediation, zijn regelmatig **overleg** en het goed bijhouden van de **administratie** van groot belang. De bemiddelaars en de projectcoördinator komen regelmatig samen voor een intervisie- en supervisiemoment. Daar hebben ze de kans om ervaringen uit te wisselen en dieper in te gaan op bepaalde aspecten die tijdens de training misschien te weinig aan bod zijn gekomen. Ook praktische zaken (zoals de beurtrol of de promotiecampagne) kunnen hier worden besproken.

Hoeveel papierwerk er precies wordt bijgehouden van de bemiddeling, is een kwestie van afspraken. Soms volstaat per sessie een fiche met een minimum aan gegevens zoals de namen van de deelnemers en het tijdstip van de bemiddeling. Andere scholen kiezen voor meer uitgebreide verslagen die ook ingaan op de inhoud van het conflict. Zeker in dat laatste geval is het aangewezen dat de projectcoördinator de formulieren in een afgesloten kast bewaart.

Die administratie kan nuttig zijn bij een (bijvoorbeeld jaarlijkse) evaluatie met alle betrokkenen. Hier komen de volgende aspecten zeker aan bod:

- × Het aantal bemiddelingen
- × De resultaten²⁴ van de bemiddelingen
- × De gemiddelde leeftijd van de deelnemers
- × De gemiddelde duur van een sessie
- × De aard van de conflicten

Daarnaast kunnen bemiddelaars, leerlingen en leerkrachten tijdens de evaluatie ook hun ervaringen met het project delen. Is er voor de start van het project een enquête opgesteld, dan kan nu – eventueel met een nieuwe enquête – worden bepaald of er vooruitgang is geboekt op de eerder bepaalde doelstellingen.

Onthoud daarbij wel dat peer mediation bij uitstek een langetermijnproject is. Het is daarom geen goed idee om al van bij de eerste evaluatie het programma drastisch bij te sturen, laat staan de stopzetting ervan te overwegen.

²⁴ Met de resultaten van de bemiddeling wordt best voorzichtig omgegaan. De bemiddelaars mogen niet de indruk krijgen dat ze 'afgerekend' worden op die resultaten. Een bemiddeling mislukt immers al eens. Een bemiddelaar kan bovendien een gesprek ook stopzetten, als hij of zij de indruk heeft dat het geen zin heeft om verder te doen. Dat kan bijvoorbeeld als een van de partijen zich systematisch niet aan de regels houdt.

In dat verband mogen scholen ook niet vergeten om **blijvend promotie** te voeren voor het project. Dat kan bijvoorbeeld met demonstraties, een eigen logo, posters of brochures. Daarnaast moeten er geregeld nieuwe bemiddelaars en begeleiders voor leerlingen worden geselecteerd en opgeleid om zo de **continuïteit** te waarborgen.

Verloop van een bemiddelingsgesprek

Peer mediation werkt net zoals andere bemiddelingsprocessen, met verschillende stappen.

Stap 1: verwelcoming en afspreken van regels

Volgt de bemiddeling snel na de escalatie van het conflict, dan kan het nodig zijn om de deelnemers even te laten afkoelen. Daarna kunnen de bemiddelaars het proces en de **spelregels** toelichten. De belangrijkste zijn:

- × We laten elkaar uitspreken.
- × We gebruiken geen grove taal.
- × Wat tijdens het gesprek wordt gezegd, verlaat het lokaal niet.

Het is nodig dat alle deelnemers deze spelregels aanvaarden, pas daarna kan de bemiddeling beginnen.

Stap 2: ontdekken van de verhalen

De partijen die met elkaar in conflict zijn, vertellen hun versie van het conflict. De bemiddelaars moedigen de deelnemers aan om niet alleen de feiten weer te geven, maar om ook hun gevoelens te benoemen.

De bemiddelaars luisteren en vatten samen.

Stap 3: creëren van verbinding

Met gerichte vragen proberen de bemiddelaars de achtergrond van het conflict te achterhalen: de voor geschiedenis, de gevoelens en de diepere belangen van de betrokkenen. De partijen kunnen hun eigen aandeel in het conflict zien en (h)erkennen. Vooral dat laatste is erg belangrijk om een oplossing te vinden.

Stap 4: zoeken naar oplossingen

De bemiddelaars inventariseren de verschillende belangen die spelen. Op die manier wordt duidelijk welke punten onmiddellijk oplosbaar zijn en welke schijnbaar niet kunnen worden overbrugd.

Vervolgens gaan de deelnemers op zoek naar mogelijke oplossingen. De bemiddelaars stellen zich daarbij terughoudend op: ze begeleiden de brainstorm, maar stellen zelf geen oplossingen voor.

Stap 5: samenvatten

De deelnemers wegen de oplossingen af en kiezen er een die voor alle partijen aanvaardbaar is. Die overeenkomst wordt op papier gezet en door alle partijen ondertekend. De bemiddelaars wijzen alle partijen nog eens op de geheimhoudingsplicht.

Eventueel: follow-up

Het is niet de verantwoordelijkheid van de bemiddelaar om nog op te volgen of de afspraken zijn nagekomen. Het zijn de partijen die de afspraken moeten naleven. Een follow-up gesprek komt er enkel als de partijen dat overeengekomen zijn en kan in stap 5 mee worden opgenomen.

De plaats van peer mediation in het beleid tegen pesten

Peer mediation is een methodiek met een direct en indirect effect op het welbevinden van leerlingen. Het directe effect is dat kinderen en jongeren leren hoe ze hun conflicten via wederzijds overleg op een sociaal aanvaardbare manier kunnen oplossen.

Peer mediation levert vooral een bijdrage aan de creatie van een **verbindend schoolklimaat**. Want als conflicten niet meer uit de hand lopen, krijgen ze geen kans om de sfeer te verzieken. Niemand wordt uitgesloten, leerlingen én leerkrachten voelen zich prettiger en de schoolresultaten gaan erop vooruit.

Omdat peer mediation dwingt tot het oplossen van problemen via dialoog, draagt het onrechtstreeks ook bij tot het **doorbreken van stereotypen**. Kinderen en jongeren die leren om elkaars gevoelens en beweegredenen te doorgronden, zijn toleranter voor elkaars verschillen. In scholen die steeds diverser worden, is dat een belangrijke troef.

Het zijn die effecten die van belang zijn in het beleid tegen pesten. Om deze redenen verdient peer mediation een plaats in het beleid tegen pesten.



BIJLAGEN

BIJLAGE 1

Overzicht van de leergebiedgebonden, leergebiedoverschrijdende, vakgebonden en vakoverschrijdende eindtermen en de ontwikkelingsdoelen in verband met het tegengaan van pesten.

Kleuteronderwijs

Onderstaande lijst bevat ontwikkelingsdoelen die expliciet en impliciet verband houden met pesten. Deze selectie is niet exhaustief.

EXPLICIET

Lichamelijke opvoeding

3. Lichamelijke opvoeding - zelfconcept en het sociaal functioneren

De kleuters:

3.8 Kunnen zich emotioneel uiten binnen aanvaardbare grenzen.

Muzische vorming

6. Attitudes

De kleuters:

6.5 Kunnen respect betonen voor uitingen van leeftijdsgenoten, behorende tot eigen en andere culturen.

Nederlands

1. Luisteren

De kleuters:

1.6 Kunnen de bereidheid vertonen om naar elkaar te luisteren en om zich in te leven in een boodschap.

2. Nederlands - spreken

De kleuters:

2.2 Kunnen spreken over ervaringen of gebeurtenissen uit de eigen omgeving of over wat ze van anderen vernamen.

2.4 Kunnen uitleggen hoe zij in een activiteit van plan zijn te werk te gaan of hoe zij te werk zijn gegaan.

2.6 Kunnen in concrete situaties antwoorden op gerichte vragen in verband met betekenis, inhoud, bedoeling, mening.

2.7 Kunnen in een gesprek met een eenvoudige maar relevante vraag of met commentaar reageren.

2.9 Kunnen de hulp of medewerking van anderen inroepen.

Wereldoriëntatie

3. Wereldoriëntatie - mens

De kleuters:

3.2 Kunnen in een eenvoudige taal een recent gebeurde situatie waarbij ze betrokken waren, beschrijven in dialoog met een volwassene, en vertellen hoe ze zich daarbij voelden.

3.3 Tonen in concrete situaties voldoende zelfvertrouwen in de eigen mogelijkheden.

3.4 Kunnen in concrete situaties verschillende manieren van omgaan met elkaar herkennen en erover praten.

3.7 Kunnen een gevoeligheid tonen voor de behoeften van anderen.

3.8 Kunnen voor zichzelf opkomen door signalen te geven die voor anderen begrijpelijk en aanvaardbaar zijn.

3.10 Kunnen in concrete situaties met de hulp van een volwassene afspraken maken.

4. Maatschappij

De kleuters:

- 4.4 *Herkennen de vormen van afwijzend of waarderend reageren op het anders zijn van mensen.*
- 4.8 *Kunnen een onderscheid maken tussen een geweldloze en een gewelddadige oplossing voor conflicten.*

IMPLICIET

Lichamelijke opvoeding

3. Lichamelijke opvoeding - zelfconcept en het sociaal functioneren

De kleuters:

- 3.9 *Kunnen in bewegingssituaties respectvol rekening houden met de veiligheid en de vermogens van andere kleuters, en passen hun handelingen aan.*
- 3.13 *Gaan spontaan over tot het maken van eenvoudige afspraken binnen het functioneren in subgroepen.*

Muzische vorming

5. Media

De kleuters:

- 5.2 *Kunnen alert omgaan met voor hen bestemde audiovisuele boodschappen.*

6. Attitudes

De kleuters:

- 6.3 *Kunnen vertrouwen op hun expressiemogelijkheden en durven hun eigen expressiestijl tonen.*

Nederlands

1. Nederlands - luisteren

De kleuters

- 1.4 *Kunnen door de kleuteronderwijzer gegeven opdrachten, met betrekking tot activiteiten in de klas of op school, begrijpen.*
- 1.6 *Kunnen de bereidheid vertonen om naar elkaar te luisteren en om zich in te leven in een boodschap.*

2. Nederlands - spreken

De kleuters

- 2.3 *Kunnen spreken over gevoelens als blijheid, angst, verdriet, verwondering.*
- 2.9 *Kunnen zich inleven in duidelijk herkenbare rollen en situaties en vanuit de eigen verbeelding en beleving daarop inspelen.*
- 2.12 *Zijn bereid om eigen gevoelens en verlangens op een persoonlijke manier uit te drukken.*

Wereldoriëntatie

1. Wereldoriëntatie - natuur

De kleuters:

- 1.9 *Kunnen bij zichzelf en bij anderen het verschil tussen ziek, gezond en gewond zijn herkennen.*
- 1.11 *Tonen goede gewoonten inzake dagelijkse hygiëne.*

3. Wereldoriëntatie - mens

De kleuters:

- 3.1 *Kunnen bij zichzelf onderkennen wanneer ze bang, blij, boos of verdrietig zijn en kunnen dat op een eenvoudige wijze uitdrukken.*
- 3.5 *Kunnen bij anderen gevoelens van bang, blij, boos en verdrietig zijn herkennen en kunnen meeleven in die gevoelens.*
- 3.6 *Weten dat mensen eenzelfde situatie op een verschillende wijze kunnen ervaren en er verschillend op kunnen reageren.*
- 3.9 *Kennen en begrijpen omgangsvormen, leefregels en afspraken die van belang zijn voor het samenleven in een groep.*
- 3.11 *Kunnen bij een activiteit of een spel in een kleine groep controleren of de anderen zich aan de regels houden.*

4. Wereldoriëntatie - maatschappij

De kleuters:

- 4.5 Beseffen dat sommige mensen een andere levenswijze hebben dan zichzelf wanneer ze geconfronteerd worden met beelden, informatie of mensen uit andere culturen.
- 4.6 Kunnen met concrete voorbeelden illustreren dat mensen die samenleven zich organiseren via regels waaraan iedereen zich moeten houden.
- 4.7 Weten dat er mensen zijn die waken over het naleven van regels in elke samenleving.

6. Wereldoriëntatie - ruimte

De kleuters:

- 6.1 Kunnen een menselijke figuur tekenen met de belangrijkste lichaamsdelen (het hoofd, de romp, de benen, de armen, de oren, de ogen, de neus en de mond) op de juiste plaats.

Eindtermen lager onderwijs

Onderstaande lijst bevat eindtermen die expliciet en impliciet verband houden met pesten. Deze selectie is niet exhaustief.

EXPLICIET

Vakgebonden eindtermen

Lichamelijke opvoeding

1. Motorische competenties: Grootmotorische vaardigheden en acties in gevarieerde situaties.

De leerlingen:

- 1.20 bis Passen de afgesproken spelregels toe en aanvaarden de sancties bij overtredingen.

3. Zelfconcept en het sociaal functioneren

De leerlingen:

- 3.6 Zien ongecontroleerde en ongewenste uitingen bij zichzelf in en zetten ze recht.

Nederlands

2. Spreken

De leerlingen kunnen (verwerkingsniveau = beschrijven) het gepaste taalregister hanteren als ze:

- 2.1 Aan leeftijdsgenoten informatie over zichzelf verschaffen.

6. Taalbeschouwing: Taalgebruik

- 6.3 Met het oog op doeltreffende communicatie kunnen de leerlingen in voor hen relevante en concrete taalgebruikssituaties en op hun niveau bij de eindtermen Nederlands reflecteren op de belangrijkste factoren van een communicatiesituatie: zender, ontvanger, boodschap, bedoeling, situatie.
- 6.4 Met het oog op doeltreffende communicatie kunnen de leerlingen in voor hen relevante en concrete taalgebruikssituaties en op hun niveau reflecteren op:
 - Het gebruik van standaardtaal, regionale en sociale taalvariëteiten
 - Het gebruik van in hun omgeving voorkomende talen
 - Normen, houdingen, vooroordelen en rolgedrag via taal
 - Taalconventies
 - De gevolgen van hun taalgedrag voor anderen en henzelf
 - Talige aspecten van cultuuruitingen in hun omgeving

Wereldoriëntatie

1. Natuur: Gezondheid

De leerlingen:

- 1.20 Kunnen de hulp inroepen van een volwassene in een noodsituatie.

2. Mens: Ik en de ander

De leerlingen:

- 3.5 Tonen de bereidheid zich te oefenen in omgangswijzen met anderen waarin ze minder sterk zijn.
- 3.6 Tonen in een eenvoudige conflictsituatie in de omgang met leeftijdsgenoten de bereidheid om te zoeken naar een geweldloze oplossing.

Leergebiedoverschrijdende eindtermen: Sociale vaardigheden

1. Relatiewijzen

De leerlingen kunnen:

- 1.1 Zich op een assertieve wijze voorstellen.
- 1.2 In omgang met anderen respect en waardering opbrengen.
- 1.3 Zorg opbrengen voor iets of iemand anders.
- 1.4 Hulp vragen en zich laten helpen.
- 1.7 Zich weerbaar opstellen naar leeftijdsgenoten en volwassenen toe door signalen te geven die voor anderen begrijpelijk en aanvaardbaar zijn.

IMPLICIET

Lichamelijke opvoeding

1. Motorische competenties: Zelfredzaamheid in kindgerichte bewegingssituaties

De leerlingen:

- 1.8 Zijn bereid om een sfeer van rust te creëren.

3. Zelfconcept en het sociaal functioneren

De leerlingen:

- 3.2* Kunnen hun eigen inspanning en die van anderen inschatten en waarderen.
- 3.3* Nemen deel aan bewegingsactiviteiten in de geest van fair play.
- 3.5 Tonen spontaniteit, expressiviteit en authenticiteit op een sociaal aanvaarde manier.

Muzische vorming

3. Drama

De leerlingen kunnen:

- 3.4 Spelvormen in een sociale en maatschappelijke context hanteren.
- 3.5 Ervaringen, gevoelens, ideeën, fantasieën ... uiten in spel.
- 3.6 Aan de spelsituatie aangepaste en aangename spreektechnieken ontwikkelen en verschillende verbale en non verbale spelvormen improviseren.
- 3.7 Genieten van, praten over en staan kritisch tegenover het eigen spel en dat van anderen, de keuze van spelvormen, onderwerpen en de beleving.

4. Beweging

De leerlingen kunnen:

- 4.2 Een eenvoudig bewegingsverhaal opbouwen met als vertrekpunt iets wat gehoord, gezien, gelezen, gevoeld of meegemaakt wordt.
- 4.6 Het inoefenen, de voorbereiding, het aanwenden van de lichaamstaal en het uitvoeren, door henzelf en anderen, kritisch bespreken.

5. Media

De leerlingen:

- 5.1 Kunnen beeldsignalen waarnemen zodat men opvallend goede en minder geslaagde dingen kan doorzoeken en herkennen.
- 5.5 Kunnen eenvoudige, audiovisuele informatie uit de eigen belevingswereld herkennen, onderzoeken en vergelijken.

6. Attitudes

De leerlingen:

6.1* *Kunnen blijvend nieuwe dingen uit hun omgeving ontdekken.*

6.5* *Kunnen respect betonen voor uitingen van leeftijdsgenoten, behorend tot eigen en andere culturen.*

Nederlands

1. Luisteren

De leerlingen kunnen (verwerkingsniveau = beoordelen) op basis van hetzij informatie uit andere bronnen, de informatie beoordelen die voorkomt in:

1.8 *Een discussie met bekende leeftijdsgenoten.*

1.9 *Een gesprek met bekende leeftijdsgenoten.*

2. Spreken

De leerlingen kunnen (verwerkingsniveau = beschrijven) het gepaste taalregister hanteren als ze:

2.1 *Aan leeftijdsgenoten informatie over zichzelf verschaffen.*

De leerlingen kunnen (verwerkingsniveau = structureren) het gepaste taalregister hanteren als ze:

2.7 *Bij een behandeld onderwerp vragen stellen die begrepen worden door leeftijdsgenoten.*

De leerlingen kunnen (verwerkingsniveau=beoordelen) het gepaste taalregister hanteren als ze op basis van vergelijking hetzij met hun eigen mening, hetzij met andere bronnen:

2.9* *In een gesprek kritisch reageren op de vragen en opmerkingen van bekende volwassenen.*

6. Taalbeschouwing - Overkoepelende attitudes

6.2 *Bij het reflecteren op taalgebruik en taalsysteem tonen de leerlingen interesse voor de persoon van de ander en voor de eigen en andermans cultuur.*

7. (Inter)culturele gerichtheid

7.1 *De leerlingen tonen bij de eindtermen Nederlands een (inter)culturele gerichtheid. Dat houdt in dat ze:*

- *Verschillende cultuuruitingen met een talige component in hun omgeving exploreren en er betekenis aan geven.*
- *Hun gedachten, belevingen en emoties bij ervaringen met de eigen culturele leefwereld in vergelijking met de eigen culturele leefwereld in vergelijking met die van anderen verwoorden.*
- *Uitgaande van het eigen referentiekader enige kennis verwerven over de diversiteit in het culturele erfgoed met een talige component en er waardering voor krijgen.*

Wereldoriëntatie

1. Natuur

Levende en niet-levende natuur

De leerlingen:

1.10 *Kunnen lichamelijke veranderingen die ze bij zichzelf en leeftijdsgenoten waarnemen, herkennen als normale aspecten in hun ontwikkeling.*

Gezondheid

1.18 *Weten dat bepaalde ziekteverschijnselen en handicaps niet altijd kunnen vermeden worden.*

3. Mens

Ik en mezelf

De leerlingen:

3.1 *Drukken in een niet-conflictgeladen situatie eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uit.*

3.2 *Kunnen beschrijven wat ze voelen en wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat zowel hun gedrag als hun gevoelens situatiegebonden zijn.*

3.3* *Tonen in concrete situaties voldoende zelfvertrouwen, gebaseerd op kennis van het eigen kunnen.*

Ik en de ander: in groep
<p>De leerlingen:</p> <p>3.4 Kunnen in concrete situaties verschillende manieren van omgaan met elkaar herkennen, erover praten en aangeven dat deze op elkaar inspelen.</p> <p>3.7 Hebben aandacht voor de onuitgesproken regels die de interacties binnen een groep typeren en zijn bereid er rekening mee te houden.</p>
Sociaal-culturele verschijnselen
<p>De leerlingen:</p> <p>4.7* Kunnen er in hun omgang met leeftijdsgenoten op discrete wijze rekening mee houden dat niet alle kinderen in hetzelfde type huis wonen als zijzelf.</p> <p>4.8 Kunnen illustreren dat verschillende sociale en culturele groepen verschillende waarden en normen bezitten.</p> <p>4.9 Kunnen voorbeelden geven van mogelijkheden die in onze samenleving bestaan voor de zorg en opvang van bejaarden en mensen met een handicap.</p> <p>4.10 Weten dat ze in contact met mensen met een handicap attent moeten zijn voor de noden en verwachtingen van deze mensen.</p> <p>4.11 Kunnen illustreren dat arbeidsmigratie en het probleem van vluchtelingen een rol hebben gespeeld bij de ontwikkeling van onze multiculturele samenleving.</p> <p>4.12 Zien in dat racisme vaak gebaseerd is op onbekendheid en vrees voor het vreemde.</p>
Politieke en juridische verschijnselen
<p>De leerlingen:</p> <p>4.13 Kunnen het belang illustreren van de fundamentele Rechten van de Mens en de Rechten van het Kind. Ze zien daarbij in dat rechten en plichten complementair zijn.</p>
Leergebiedoverschrijdende eindtermen
Leren leren
<p>De leerlingen:</p> <p>4 Kunnen eenvoudige problemen op systematische en inzichtelijke wijze oplossen.</p>
Sociale vaardigheden
1. Relatiewijzen
<p>De leerlingen:</p> <p>1.6 Kunnen kritisch zijn en een eigen mening formuleren.</p> <p>1.9 Kunnen ongelijkheid of onmacht toegeven, kritiek beluisteren en eruit leren.</p>
2. Gespreksconventies
<p>De leerlingen:</p> <p>2 Kunnen in functionele situaties een aantal verbale en niet-verbale gespreksconventies naleven.</p>
3. Samenwerking
<p>De leerlingen:</p> <p>3 Kunnen samenwerken met anderen, zonder onderscheid van sociale achtergrond, geslacht of etnische origine.</p>

Eindtermen en ontwikkelingsdoelen secundair onderwijs

Onderstaande lijst bevat eindtermen en ontwikkelingsdoelen die expliciet en impliciet verband houden met pesten. Deze selectie is niet exhaustief.

Vakgebonden ET/OD 1ste graad

EXPLICIET

A-stroom

Lichamelijke opvoeding

1. Motorische competenties

1.1 Verantwoord en veilig bewegen

De leerlingen:

ET2 Kunnen onder begeleiding veiligheidsvoorschriften, afspraken en regels naleven.

Nederlands

2. Luisteren

4* De leerlingen ontwikkelen binnen gepaste communicatiesituaties een bereidheid om:

- Te luisteren
- Een ander te laten uitspreken
- Een onbevooroordeelde luisterhouding aan te nemen
- Te reflecteren over hun eigen luisterhouding
- Het beluisterde te toetsen aan eigen kennis en inzichten

2. Spreken

De leerlingen:

6.3 Kunnen de volgende tekstsoorten produceren (verwerkingsniveau = structureren): (telefoon)gesprekken, een onbekende volwassene inlichtingen geven of erom vragen).

B-stroom

Lichamelijke opvoeding

1. Motorische competenties

1.1 Verantwoord en veilig bewegen

De leerlingen:

OD2 Kunnen onder begeleiding veiligheidsvoorschriften, afspraken en regels naleven.

Maatschappelijke vorming of geschiedenis en aardrijkskunde - Algemeen

1. Dimensie maatschappij

De leerlingen:

- ET3 Leren respectvol omgaan met verschillende groepen in onze multiculturele samenleving.
- ET4 Leren opkomen voor de eerbiediging van de rechten van de mens en het kind en de sociale rechtvaardigheid.
- ET7 Leren rekening houden met andere opvattingen en hoeden zich voor vooroordelen.

Nederlands

2. Spreken

De leerlingen:

OD15 Kunnen een gepast taalregister hanteren:

- In verschillende situaties zoals tegenover leerlingen, bekende volwassenen, in telefoongesprekken en in dramatische vormen.

IMPLICIET

A-stroom

Lichamelijke opvoeding

3. Ontwikkeling van het zelfconcept en het sociaal functioneren

De leerlingen:

ET31 Kunnen in groepsactiviteiten verschillende taken uitvoeren en afspraken nakomen.

ET33 Betrekken alle leerlingen zonder onderscheid van geslacht, etnische origine of motorische aanleg in spel en andere groepsactiviteiten.

Nederlands

1. Luisteren

1 De leerlingen kunnen luisteren naar de volgende tekstsoorten (verwerkingsniveau = structureren):

- Een dialoog, polyloog met medeleerlingen met betrekking tot het school- en klasgebeuren.
- Een jeugdprogramma op radio en tv.

2 De leerlingen kunnen luisteren naar de volgende tekstsoorten voor leeftijdgenoten (verwerkingsniveau = beoordelen):

- Uitspraken in een discussie

2. Spreken

5 De leerlingen kunnen de volgende tekstsoorten produceren (verwerkingsniveau = structureren):

- Uitnodigingen aan een bekende volwassene tot deelname aan een activiteit.
- Mededelingen: gevoelens, gewaarwordingen, verwachtingen in verband met het klasgebeuren tegenover een bekende volwassene verwoorden.

6 De leerlingen kunnen aan een gedachtewisseling in de klas deelnemen, daarin een standpunt onder woorden brengen en toelichten (verwerkingsniveau = beoordelen).

8* De leerlingen ontwikkelen binnen gepaste communicatiesituaties (zie eindtermen 5 en 6) een bereidheid om:

- Te spreken
- Een kritische houding aan te nemen tegenover hun eigen communicatiegedrag.

7. (Inter)culturele gerichtheid

26* De leerlingen tonen bij de eindtermen Nederlands een (inter)culturele gerichtheid op het vlak van kennis en inzichten, vaardigheden en attitudes. Dat houdt in dat ze:

- Hun gedachten, belevingen en emoties bij ervaringen met de eigen culturele leefwereld in vergelijking met die van anderen verwoorden.

B-stroom

Lichamelijke opvoeding

2. Gezonde en veilige levensstijl

De leerlingen:

OD29 Passen vóór en na bewegingsactiviteiten hygiënische regels toe.

3. Ontwikkeling van het zelfconcept en het sociaal functioneren

De leerlingen:

ET31 Kunnen in groepsactiviteiten verschillende taken uitvoeren en afspraken nakomen.

ET33 Betrekken alle leerlingen zonder onderscheid van geslacht, etnische origine of motorische aanleg in spel en andere groepsactiviteiten.

Maatschappelijke vorming of geschiedenis en aardrijkskunde - Algemeen

1. Dimensie maatschappij

De leerlingen:

ET1 Kennen hun rechten en plichten in de school- en leefomgeving.

ET2 Leren hun eigen leefomgeving onbevooroordeeld observeren.

ET5 Leren kritisch zijn tegenover zichzelf, de medeleerlingen en het maatschappelijk gebeuren.

ET6 Leren besef hebben van verschillende rolverwachtingen jongens - meisjes en zich daar weerbaar tegenover op te stellen.

Natuurwetenschappen

1. Algemeen

De leerlingen:

OD1 Kunnen gericht waarnemen met al hun zintuigen en de waarnemingen weergeven.

Nederlands

9. Spreken

De leerlingen:

ET15 Kunnen het gepaste taalregister hanteren:

- In verschillende situaties zoals tegenover leerlingen, bekende volwassenen, in telefoongesprekken en in dramatische vormen
- Beoordelend zoals kritisch reageren en passend argumenteren.

ET16 Verwerven expressievaardigheid. Ze kunnen:

- Zich in een herkenbare situatie inleven en zich soepel en natuurlijk uitdrukken en bewegen.
- Door middel van mimiek en gebaren bepaalde gevoelens uitdrukken.
- De klas bekijken en toespreken in eigen woorden.

ET17 Ontwikkelen in het kader van de in 15 en 16 opgesomde ontwikkelingsdoelen:

- Spreekdurf, dat wil zeggen een positieve bereidheid om het woord te nemen.
- Een positieve houding ten overstaan van na te leven gespreksconventies.
- Respect voor de gesprekspartner.
- Voldoende weerbaarheid om voor de eigen mening op te komen.

14. (Inter)culturele gerichtheid

ET34* Bij de ontwikkelingsdoelen luisteren, spreken, lezen, schrijven en taalbeschouwing tonen de leerlingen een (inter)culturele gerichtheid zowel op het vlak van kennis en inzichten als van vaardigheden en attitudes.

Vakgebonden ET 2de graad

EXPLICIET

Lichamelijke opvoeding (gelijk voor alle studierichtingen)

3. Ontwikkeling van het zelfconcept en het sociaal functioneren

De leerlingen:

ET25 Kunnen overleggen, afspraken maken, samenwerken of samenspelen in groepsverband

ET27* Aanvaarden hun eigen mogelijkheden

ET28* Kunnen respectvol omgaan met het eigen lichaam en met dat van anderen

ET29* Brengen waardering op voor elkaars mogelijkheden en houden rekening met individuele verschillen

Nederlands

1. Luisteren (koppeling spreken/gesprekken voeren)

ET7 De leerlingen zijn binnen de gepaste communicatiesituaties bereid om:

- Te luisteren
- Een onbevooroordeelde luisterhouding aan te nemen
- Een ander te laten uitspreken
- Te reflecteren op hun eigen luisterhouding
- Het beluisterde te toetsen aan eigen kennis en inzichten.

2. Spreken/gesprekken voeren (koppeling luisteren)

De leerlingen:

ET10 Kunnen op structurerend niveau voor een onbekend publiek:

- Gebeurtenissen verslaan.

ET11 De leerlingen kunnen op beoordelend niveau voor bekende leeftijdgenoten hun standpunten/meningen of hun oplossingswijzen voor problemen in een gedachtewisseling uiteenzetten en motiveren.

ET13 De leerlingen kunnen bij de planning en uitvoering van en bij de reflectie op de spreektaken:

- Naargelang van hun spreek-, gespreksdoel(en) en publiek:
 - Gericht informatie selecteren en in een duidelijke vorm verwoorden.
 - Bijkomende info vragen.
 - Hun taalgebruik aanpassen.
 - Inhoudelijke en functionele relaties tussen tekstonderdelen vaststellen en verwoorden.
 - Visuele informatie gebruiken, non-verbaal gedrag observeren en verwoorden.
- Argumenten herkennen en aanbrengen.
- Adequaat reageren op de inbreng van gesprekspartner(s).

Project algemene vakken (bso)

1. Functionele vaardigheid

De leerlingen kunnen:

- ET2 Kunnen luisteren in interactie met anderen.
- ET5 Kunnen hun eigen mening en gevoelens uiten.
- ET6 Hanteren gepaste taal en omgangsvormen.

4. Organisatiebeleid

De leerlingen:

- ET25 Kunnen hulp invoeren.
- ET26 Kunnen een beroep doen op diensten of instellingen waar ze met eventuele vragen, klachten of meldingen terecht kunnen.

IMPLICIET

Nederlands (gelijk voor alle studierichtingen, niet voor bso)

2. Spreken/gesprekken voeren (koppeling luisteren)

De leerlingen:

- ET10 Kunnen op structurerend niveau voor een onbekend publiek
 - Routes, situaties, personen beschrijven.
- ET12 Kunnen bij de planning en uitvoering van en bij de reflectie op de spreektaken:
 - Hun spreek- en gespreksdoel(en) bepalen
 - Gespreksconventies hanteren om gesprekken te beginnen, te onderbreken, gaande te houden en af te sluiten.
- ET1 De leerlingen zijn binnen de gepaste communicatiesituaties bereid om:
 - Te spreken
 - Een kritische houding aan te nemen tegenover hun eigen spreek- en gespreksgedrag.

5. Literatuur

Taalgebruik

ET3 Met het oog op doeltreffende communicatie en taalbeschouwelijke basiskennis kunnen de leerlingen op hun niveau in een ruim gamma van meer en minder nabije taalgebruikssituaties bewust reflecteren op een aantal aspecten van het taalgebruik. Ze kunnen de hiernavolgende verschijnselen herkennen, onderzoeken en benoemen:

3. In het pragmatische domein:

- De factoren van een communicatiesituatie: zender, ontvanger, boodschap, bedoeling, effect, situatie, kanaal, ruis.
- Normen, conventies, houdingen, vooroordelen en rolgedrag via taal.
- Taalhandelingen: beweren, meedelen, beloven, om informatie vragen, verzoeken, dreigen, waarschuwen, groeten, bedanken, verontschuldigen, afspreken, overtuigen, argumenteren.
- Non-verbale communicatie.
- De gevolgen van hun verbale en non-verbale communicatie voor anderen en henzelf.
- Talige aspecten van cultuuruitingen in onze samenleving.
- Cultuurgebonden aspecten van verbale en non-verbale communicatie in onze samenleving.

Project algemene vakken (bso)

1. Functionele taalvaardigheid

De leerlingen:

ET1 Kunnen informatief luisteren en lezen.

ET3 Zijn mondeling assertief: ze kunnen informatie inwinnen, samenvatten en meedelen.

4. Organisatiebekwaamheid

De leerlingen:

ET22 Kunnen bij groepsopdrachten onder begeleiding:

- Overleggen en actief deelnemen.
- Reflecteren.

ET23 Kunnen omgaan met formele en informele afspraken, regels en procedures.

IMPLICIET

Specifieke ET - cesuurdoelen 2de graad aso Humane Wetenschappen

Humane wetenschappen

2. Interactie en communicatie

De leerlingen kunnen:

ET7 De waarneming beschrijven als een proces van informatieverwerking en dat illustreren.

ET8 Het communicatieproces beschrijven.

ET9 De effecten van interpersoonlijke interactie op individueel gedrag vaststellen.

ET10 Omgangsvaardigheden zoals actief luisteren, niet-bedreigend confronteren en omgaan met kritiek, toepassen.

ET11 De invloed van socio-culturele factoren op communicatie illustreren.

ET12 Aantonen dat hedendaagse communicatiemiddelen de aard van de communicatie beïnvloeden.

3. Identiteit, continuïteit en verandering

De leerlingen kunnen:

ET16 Aspecten van de cognitieve, de socio-emotionele en de psychomotorische ontwikkeling van het individu beschrijven.

ET17 Beschrijven hoe onder de invloed van een wijzigende context de perceptie van gedragingen kan veranderen.

ET18 Factoren die de vorming van het zelfbeeld beïnvloeden in voorbeelden herkennen en benoemen.

ET19 De verwachtingspatronen die aan specifieke groepen worden toegeschreven op basis van kenmerken, zoals leeftijd, gender en etnische afkomst, vanuit historisch of cultureel perspectief vergelijken.

ET20 Met voorbeelden uit verschillende culturen aantonen dat civilisatie een dynamisch proces is.

4. Samenhang en wisselwerking

De leerlingen kunnen:

ET21 De wederzijdse beïnvloeding van individu en samenleving in concrete situaties aanwijzen en verwoorden.

ET22 Vormen van solidariteit vergelijken.

ET23 Verhoudingen tussen individuele belangen, groepsbelangen en maatschappelijke belangen in voorbeelden herkennen.

5. Expressie

De leerlingen kunnen:

ET24 Beschrijven hoe lichaam en lichamelijkheid een rol spelen in de relatieopbouw en in het sociaal functioneren van mensen.

ET25 De wisselwerking tussen emoties en gedrag toelichten.

ET26 Sociale en culturele invloeden op uitingen van gevoelens illustreren.

ET27 Beschrijven hoe kunstwerken waarden kunnen uitdrukken.

6. Waarden en normen

De leerlingen kunnen:

ET29 In grote lijnen de waardeontwikkeling van het individu in de verschillende levensfasen beschrijven.

ET30 De invloed van socialiserende instanties op het ontwikkelen van waarden illustreren.

ET31 Op basis van morele criteria een eigen oordeel of beslissing evalueren.

ET32 In voorbeelden onderscheid maken tussen waarden, normen, attitudes en persoonlijke voorkeuren.

ET33 Beschrijven op welke wijze waarden en normen in verschillende gemeenschappen worden overgeleverd.

ET34 Met voorbeelden de dynamiek van waarden en normen in historisch en cultureel perspectief plaatsen.

Vakgebonden eindtermen 3de graad

EXPLICIET

Nederlands (aso, kso, tso)

2. Spreken/gesprekken voeren

ET9 De leerlingen kunnen op een beoordelend niveau aan een onbekend publiek:

- Gevoelens in een gepast register uitdrukken en persoonlijke ervaringen presenteren.

ET10 Bij de planning, uitvoering van en bij de reflectie op de spreektaken/gesprekstaken kunnen de leerlingen:

- Hun eigen spreek- en gespreksdoel(en) bepalen.
- Naargelang van de spreek-, gespreksdoel(en) en publiek:
 - Argumenten herkennen en aanbrengen.
 - Adequaat reageren op de inbreng van gesprekspartner(s).

ET11 De leerlingen zijn binnen de gepaste communicatiesituaties bereid om te spreken.

Project algemene vakken (1ste en 2de leerjaar bso)

1. Functionele taalvaardigheid

De leerlingen:

ET6 Kunnen zich mondeling duidelijk uiten.

3. Functionele informatieverwerving en -verwerking

De leerlingen:

ET11 Kunnen relevante informatie in concrete situaties vinden, selecteren en gebruiken.

6. Maatschappelijk en ethisch bewustzijn, weerbaarheid en verantwoordelijkheid

De leerlingen:

ET31* Zijn gemotiveerd om te zorgen voor de eigen gezondheid en het eigen welzijn en dat van anderen.

ET32* Nemen spontaan een veilige houding aan in dagelijkse situaties.

Project algemene vorming (3de leerjaar bso)

4. Problemen oplossen

De leerlingen:

ET25 Kunnen bij het oplossen van problemen rekening houden met comfort, veiligheid en hygiëne.

IMPLICIET

Lichamelijke opvoeding (gelijk voor alle studierichtingen)

3. Ontwikkeling van het zelfconcept en het sociaal functioneren

De leerlingen kunnen:

ET23 In bewegingssituaties leiding nemen over en leiding aanvaarden van medeleerlingen.

ET24 Samen overleggen over en keuzes maken uit het mogelijke activiteiten aanbod van de school.

ET25 Aanduiden in welke bewegingsactiviteiten ze zich goed voelen en welke bewegingsactiviteiten het best aansluiten bij hun fysieke en relationele mogelijkheden.

Nederlands (aso, kso, tso)

2. Spreken/gesprekken voeren

ET10 Bij de planning, uitvoering van en bij de reflectie op de spreektaken/gesprekstaken kunnen de leerlingen:

- Hun eigen spreek- en gespreksdoel(en) bepalen.
- Naargelang van de spreek-, gespreksdoel(en) en publiek:
 - Gericht informatie selecteren en in een duidelijke vorm verwoorden.
 - Hun taalgebruik aanpassen.
 - Non-verbaal gedrag inschatten en inzetten.
 - Gespreksconventies hanteren om gesprekken te beginnen, te onderbreken, gaande te houden en af te sluiten.

ET11 De leerlingen zijn binnen de gepaste communicatiesituaties bereid om:

- Een kritische houding aan te nemen tegenover hun eigen spreek- en gespreksgedrag.

6. Taalbeschouwing

Attitudes

ET29* De leerlingen zijn bereid om op hun niveau:

- Bewust te reflecteren op taalgebruik en taalsysteem.
- Van de verworven inzichten gebruik te maken bij verbale en non-verbale communicatie.

ET30* Bij het reflecteren op verbale en non-verbale communicatie tonen de leerlingen interesse in en respect voor de persoon van de ander, en voor de eigen en andermans cultuur.

Project algemene vakken (1ste leerjaar bso)

3. Functionele informatieverwerving en -verwerking

De leerlingen kunnen:

ET11 Relevante informatie in concrete situaties vinden, selecteren en gebruiken.

4. Organisatiebekwaamheid

De leerlingen:

ET16 Kunnen bij groepsopdrachten:

- Overleggen en actief deelnemen.
- In teamverband instructies uitvoeren.
- Reflecteren en bijsturen.

6. Maatschappelijk en ethisch bewustzijn, weerbaarheid en verantwoordelijkheid

De leerlingen:

ET31* Zijn gemotiveerd om te zorgen voor de eigen gezondheid en het eigen welzijn en dat van anderen.

Project algemene vakken (2de leerjaar bso)

4. Problemen oplossen

De leerlingen kunnen:

ET19 Zelfstandig de essentie van een probleem vatten en omschrijven.

ET20 Bij een probleem beïnvloedende factoren achterhalen, ze vervolgens volgens belangrijkheid rangschikken en de relaties ertussen aangeven.

ET21 Voor een probleemstelling de meest geschikte oplossingsstrategie kiezen.

5. Werken in teamverband

De leerlingen kunnen:

ET26 Met het oog op een te bereiken doel over de aanpak, de taakverdeling en de verantwoordelijkheden van een groepsopdracht overleggen en onderhandelen.

ET27 Zich bij een groepsopdracht constructief aansluiten bij een in team genomen beslissing.

ET31 Het groepsresultaat en de samenwerking bespreken met het oog op conclusies over de eigen interactievaardigheden.

ET32 Empathie, loyaliteit en wederzijds respect tonen.

Vakoverschrijdende eindtermen

Communicatief vermogen

- De leerlingen brengen belangrijke elementen van communicatief handelen in praktijk.

Creativiteit

- De leerlingen kunnen originele ideeën en oplossingen ontwikkelen en uitvoeren.

- De leerlingen ondernemen zelf stappen om vernieuwingen te realiseren.

Doorzettingsvermogen

- De leerlingen blijven, ondanks moeilijkheden, een doel nastreven.

Empathie

- De leerlingen houden rekening met de situatie, opvattingen en emoties van anderen.

Exploreren

- De leerlingen benutten leerkansen in diverse situaties

Flexibiliteit

- De leerlingen zijn bereid zich aan te passen aan wisselende eisen en omstandigheden

Initiatief

- De leerlingen engageren zich spontaan

Kritisch denken

- De leerlingen kunnen gegevens, handelwijzen en redeneringen ter discussie stellen a.d.h.v. relevante criteria.

- De leerlingen zijn bekwaam om alternatieven af te wegen en een bewuste keuze te maken.

- De leerlingen kunnen onderwerpen benaderen vanuit verschillende invalshoeken.

Open en constructieve houding

- De leerlingen houden rekening met ontwikkelingen bij zichzelf en bij anderen, in samenleving en wereld.

- De leerlingen toetsen de eigen mening over maatschappelijke gebeurtenissen en trends aan verschillende standpunten.

Respect

- De leerlingen gedragen zich respectvol.

Samenwerken

- De leerlingen dragen actief bij tot het realiseren van gemeenschappelijke doelen.

<p>Verantwoordelijkheid</p> <ul style="list-style-type: none"> - De leerlingen nemen verantwoordelijkheid op voor het eigen handelen, in relaties met anderen en in de samenleving.
<p>Zelfbeeld</p> <ul style="list-style-type: none"> - De leerlingen verwerven inzicht in de eigen sterke en zwakke punten. - De leerlingen ontwikkelen een eigen identiteit als authentiek individu, behorend tot verschillende groepen.
<p>Zelfredzaamheid</p> <ul style="list-style-type: none"> - De leerlingen doen een beroep op maatschappelijke diensten en instellingen. - De leerlingen maken gebruik van de gepaste kanalen om hun vragen, problemen, ideeën of meningen kenbaar te maken.
<p>Zorgzaamheid</p> <ul style="list-style-type: none"> - De leerlingen gaan om met verscheidenheid. - De leerlingen dragen zorg voor de toekomst van zichzelf en de ander.
<p>Lichamelijke gezondheid en veiligheid</p> <ul style="list-style-type: none"> - De leerlingen leren het eigen lichaam kennen en reageren adequaat op lichaamssignalen. - De leerlingen participeren aan gezondheids- en veiligheidsbeleid op school. - De leerlingen passen veiligheidsvoorschriften toe en nemen voorzorgen voor een veilige leef- en werkomgeving.
<p>Mentale gezondheid</p> <ul style="list-style-type: none"> - De leerlingen gaan gepast om met vreugde, verdriet, angst, boosheid, verlies en rouw. - De leerlingen erkennen probleemsituaties en vragen, accepteren en bieden hulp. - De leerlingen kunnen zich uiten over en gaan respectvol om met vriendschap, verliefdheid, seksuele identiteit en geaardheid, seksuele gevoelens en gedrag. - De leerlingen stellen zich weerbaar op. - De leerlingen gebruiken beeld, muziek, beweging, drama of media om zichzelf uit te drukken. - De leerlingen herkennen de impact van cultuur- en kunstbeleving op het eigen gevoelsleven en gedrag en dat van anderen.
<p>Sociorelationele ontwikkeling</p> <ul style="list-style-type: none"> - De leerlingen kunnen een relatie opbouwen, onderhouden en beëindigen. - De leerlingen erkennen het bestaan van gezagsverhoudingen en het belang van gelijkwaardigheid, afspraken en regels in relaties. - De leerlingen accepteren verschillen en hechten belang aan respect en zorgzaamheid binnen een relatie. - De leerlingen kunnen ongelijk toegeven en zich verontschuldigen. - De leerlingen handelen discreet in situaties die dat vereisen. - De leerlingen doorprikken vooroordelen, stereotypering, ongepaste beïnvloeding en machtsmisbruik. - De leerlingen uiten onbevangen en constructief hun wensen en gevoelens binnen relaties en stellen en aanvaarden hierin grenzen. - De leerlingen zoeken naar constructieve oplossingen voor conflicten. - De leerlingen gebruiken cultuur- en kunstuitingen om begrip op te brengen voor de leefwereld van anderen.
<p>Politiek-juridische samenleving</p> <ul style="list-style-type: none"> - De leerlingen passen inspraak, participatie en besluitvorming toe in reële schoolse situaties. - De leerlingen tonen het belang en dynamisch karakter aan van mensen- en kinderrechten. - De leerlingen zetten zich actief en opbouwend in voor de eigen rechten en die van anderen.
<p>Socioculturele samenleving</p> <ul style="list-style-type: none"> - De leerlingen beschrijven de dynamiek in leef- en omgangsgewoonten, opinies, waarden en normen in eigen en andere sociale en culturele groepen. - De leerlingen gaan constructief om met verschillen tussen mensen en levensopvattingen. - De leerlingen illustreren het belang van sociale samenhang en solidariteit. - De leerlingen trekken lessen uit historische en actuele voorbeelden van onverdraagzaamheid, racisme en xenofobie. - De leerlingen geven voorbeelden van de potentieel constructieve en destructieve rol van conflicten.

EXPLICIET

Gemeenschappelijke stam

De leerlingen:

ET1 (communicatief vermogen) Brengen belangrijke elementen van communicatief handelen in de praktijk.

ET4 (doorzettingsvermogen) Blijven, ondanks moeilijkheden, een doel nastreven.

ET5 (empathie) Houden rekening met de situatie, opvattingen en emoties van anderen.

ET9 (flexibiliteit) Zijn bereid zich aan te passen aan wisselende eisen en omstandigheden.

ET10 (initiatief) Engageren zich spontaan.

ET18 (respect) Gedragen zich respectvol.

ET20 (verantwoordelijkheid) Nemen verantwoordelijkheid op voor het eigen handelen, in relaties met anderen en in de samenleving.

Context 1: lichamelijke gezondheid en veiligheid

De leerlingen:

ET9 Nemen voorzorgsmaatregelen tegen risicovol lichamelijk contact.

ET11 Passen veiligheidsvoorschriften toe en nemen voorzorgen voor een veilige leef- en werkomgeving.

Context 2: mentale gezondheid

De leerlingen:

ET3 Erkennen probleemsituaties en vragen, accepteren en bieden hulp.

IMPLICIET

Context 1: lichamelijke gezondheid en veiligheid

De leerlingen:

ET1 Verzorgen en gedragen zich hygiënisch.

ET10 Participeren aan gezondheids- en veiligheidsbeleid op school.

BIJLAGE 2

Conflicten of pesterijen?

Basisonderwijs

Situatie	CO?	Waarom?
<p>Mona (derde leerjaar) en Aryan (vijfde leerjaar) spelen samen. Op een bepaald moment zien ze tegelijkertijd een gegeerd stuk speelgoed liggen, dat iemand achterliet op de speelplaats. De school vraagt al enkele dagen van wie het is, maar niemand eiste het op. Mona en Aryan willen het speelgoed nu ieder voor zich houden.</p>	Ja	<p>Dit is GEEN peestsituatie. Conflictoplossing is aangewezen.</p> <p>Ook al is er een leeftijdsverschil tussen Mona en Aryan, niets wijst op een machtsonevenwicht.</p> <p>Beide leerlingen hebben evenveel recht op het speelgoed, omdat ze het op hetzelfde moment zagen liggen.</p>
<p>Dennis is een erg populaire jongen uit het zesde leerjaar. Hij organiseert elke middag verschillende spelletjes op de speelplaats. Alle kinderen mogen meespelen, behalve Marcus. Hij is klein voor zijn leeftijd en erg verlegen. Dennis zegt dat hij niet met Marcus wil spelen. Want omdat hij organiseert, mag hij kiezen wie meespeelt, en wie niet. Marcus zit op zijn eentje tijdens de spelletjes, en ziet er droevig en ongelukkig uit.</p>	Neen	<p>Dit IS een peestsituatie. Conflictoplossing is niet aangewezen.</p> <p>Het gaat duidelijk om doelbewuste uitsluiting en Marcus is helemaal overstuurd. De situatie voldoet dus aan twee criteria van pesten: de bedoeling om iemand te schaden en ongemak bij de andere leerling.</p> <p>Er lijkt een machtsonevenwicht te zijn tussen de twee leerlingen. Dat blijkt uit hun sociale status: Dennis is populair en ondernemend, Marcus is verlegen. Bovendien is hij kleiner van gestalte.</p> <p>Er is sprake van herhaling, want de uitsluiting vindt plaats tijdens verschillende spelletjes. Daaruit blijkt dat de situatie mogelijk al verergerde.</p>
<p>Emma, een meisje uit het derde leerjaar, zegt dat Vincent (uit dezelfde klas) het dessert bij haar lunch heeft gestolen. Ze sprak er Vincent op aan, in het bijzijn van de andere leerlingen, maar die riep terug dat hij het niet was. Emma vertelt het verhaal aan een leerkracht.</p>	Ja	<p>Dit is GEEN peestsituatie. Conflictoplossing is aangewezen.</p> <p>Niets wijst op een machtsonevenwicht. Het feit dat Vincent reageerde op de beschuldiging toont aan dat hij zich vrij zelfverzekerd voelt bij de situatie. Hetzelfde geldt voor Emma, die de jongen rechtstreeks en openlijk durft te verdenken.</p> <p>Het lijkt te gaan om een eenmalige gebeurtenis.</p> <p>Emma is zo onder de indruk van de situatie dat ze hulp vraagt aan een leerkracht. Toch lijkt ze niet bang of op haar ongemak te zijn.</p>

Situatie	CO?	Waarom?
<p>Alexander, die enkele lesuren doorbrengt bij de zorgjuf, heeft turnles samen met de jongens van het vierde leerjaar. Hij zit ook elke dag een tijdje met die jongens in dezelfde klas. Een leerkracht merkt dat twee van hen Alexander opvallend veel aandacht schenken en dat ze hem nogal ruw aanpakken. Alexander is erg stil als zij in de buurt zijn. Op een dag ziet de leerkracht de drie jongens in de gang, terwijl de anderen nog in de kleedkamer zijn. Hij merkt daarbij dat Alexander overstuur, droevig en bang lijkt.</p>	<p>Neen</p>	<p>Dit IS een peestsituatie. Conflictoplossing is niet aangewezen.</p> <p>Alexander lijkt zich ongemakkelijk te voelen, en oogt zelfs bang. Dat wijst mogelijk op een machtsonevenwicht.</p> <p>Het aantal betrokken leerlingen wijst op een verstoorde machtsbalans: twee tegen één.</p> <p>Er is sprake van herhaling. De leerkracht ziet namelijk een patroon in het gedrag. Als er daadwerkelijk een machtsonevenwicht is, dan is dat misschien ondertussen al verergerd.</p> <p><i>[Deze peestsituatie is mogelijk gekleurd door een negatieve houding tegenover mensen met een beperking. Hou dat in je achterhoofd als je de situatie onderzoekt.</i></p>
<p>Acht meisjes uit het vierde leerjaar vormen een hecht kliekje. Ze spelen samen tijdens de pauzes en houden zelfs slaapfeestjes in het weekend. Tijdens een van de speeltijden wordt Naima razend op Sara, omdat ze zich door haar beledigd voelt. De volgende dag gunnen Naima en de andere meisjes Sara geen woord en geen blik. Tijdens de daaropvolgende week sluit het groepje Sara volledig uit. Ze wordt stiller en teruggetrokken en slaat af en toe een schooldag over.</p>	<p>Neen</p>	<p>Dit IS een peestsituatie. Conflictoplossing is niet aangewezen.</p> <p>Wat startte als een vriendschap, werd een machtsonevenwicht toen de groep Sara uitsloot.</p> <p>Uit Sara's reactie (stil en teruggetrokken worden, spijbelen) valt af te leiden dat ze zich op haar ongemak voelt.</p> <p>De dagelijks herhaalde gebeurtenissen creëerden een dynamiek van afwijzing en uitsluiting.</p> <p>Naima, die op de uitsluiting aanstuurde, wil Sara schaden en roept daarbij de hulp van de volledige groep in.</p>
<p>Ismael is een jongen uit het eerste leerjaar. Hij wordt benaderd door Tom, een jongen uit zijn klas, die hem vraagt of hij met hem wil spelen. Ismael weigert. Vanaf dat moment vraagt Tom twee weken lang elke dag of Ismael met hem wil spelen. Tom heeft amper vrienden en wil koste wat het kost vrienden worden met Ismael, maar die voelt zich hoe langer hoe meer lastiggevalen.</p>	<p>Neen</p>	<p>Het gaat NIET om een peestsituatie. Conflictoplossing is ook NIET aangewezen.</p> <p>Er is sprake van een machtsonevenwicht, want een van beide jongens heeft weinig vrienden en beperkte sociale vaardigheden. De onenigheid tussen de twee kan pijnlijk zijn voor de leerling met minder macht.</p> <p><i>[Dit is een complexe en delicate situatie. Toen Ismael Toms vriendschap afwees, deed hij dat niet om Tom te raken. Hij gaat alleen maar verder op zijn buikgevoel en gebruikt het recht om zijn vrienden zelf te kiezen. Het is essentieel om de persoonlijkheid van kinderen en jongeren (met bijbehorende smaken en voorkeuren) ten volle te respecteren. De ene leerling, die geen vriend wil zijn, moet leren om zich constructief uit te drukken. Leerkrachten kunnen hem niet dwingen om vrienden te maken. De andere leerling heeft dan weer begeleiding nodig zodat hij zijn vaardigheid om vriendschap op te bouwen versterkt.]</i></p>

Secundair onderwijs

Situatie	CO?	Waarom?
<p>Nora en Kelly, twee meisjes uit het derde jaar, proberen elkaar constant de loef af te steken. Op een recente wetenschapsbeurs op school, beschuldigt Nora Kelly openlijk van plagiaat voor haar wetenschapsproject. De volgende dag, tijdens een groeps gesprek in de klas, vertelt Kelly over wat er is gebeurd, en begint te huilen omdat ze zich zo vernederd voelt. De leerkracht luistert mee tijdens de discussie en merkt dat Kelly overstuur raakt.</p>	Ja	<p>Dit is GEEN peestsituatie. Conflictoplossing is aangewezen.</p> <p>Beide meisjes hebben ongeveer evenveel macht, zoals blijkt uit hun onderlinge omgang.</p> <p>Het gaat om een eenmalige gebeurtenis. Er is geen patroon, geen herhaling en dus geen teken van een vastgeroeste machtsongelijkheid.</p> <p>Nora wil Kelly niet (noodzakelijk) vernederen. Ze wil wel haar woede uitdrukken, en anderen achter zich scharen.</p> <p>Kelly huilt en zegt dat ze zich vernederd voelt. De situatie heeft dus duidelijk een negatief effect op haar. Niets bewijst echter dat Kelly in nood verkeert.</p>
<p>Raphaël, een leerling uit het vijfde jaar, vertelt aan zijn leerkracht dat een andere leerling geld van zijn vriend stal. De volgende dag komt hij terug, met zijn vriend Mauro. Die geeft schoorvoetend toe dat het verhaal waar is, maar smeekt om hem niet in de problemen te brengen bij de leerling die van hem stal. Mauro is bang voor de gevolgen. De leerkracht benadert de betichte leerling, die staalhard ontkent en beweert dat hij het geld leende en dat het om een overeenkomst tussen de twee ging. Hij zegt dat hij geen dief is en dat hij de som zal terugbetalen.</p>	Neen	<p>Dit IS een peestsituatie. Conflictoplossing is niet aangewezen.</p> <p>Er lijkt een machtsonevenwicht te bestaan tussen de twee leerlingen. Mauro is immers bang voor de gevolgen als hij het verhaal van de diefstal vertelt, terwijl zijn vriend Raphaël de situatie ernstig genoeg vindt om ze aan een leerkracht te melden.</p> <p>Ook al is er maar sprake van één incident, en tekent er zich geen pestpatroon af, toch lijkt Mauro te lijden onder het machtsonevenwicht. Bij conflictoplossing zou Mauro wellicht aan het kortste eind trekken.</p>
<p>Een groep jongens uit het vierde jaar valt geregeld een jongen uit de zorgklas lastig tijdens de les lichamelijke opvoeding. Ze duwen hem dan in een hoek van de kleedkamer, lachen hem uit en noemen hem 'janet' en 'loser'. De leerkracht spreekt de jongens aan op hun gedrag, maar ze ontkennen dat ze het kwaad bedoelen. Ze dollen maar wat, en plagen hun 'vriend'. Ondertussen lijkt de jongen wel doodsbang voor de groep. Hij mijdt die wanneer hij kan, en durft de jongens niet eens aan te kijken.</p>	Neen	<p>Dit IS een peestsituatie. Conflictoplossing is niet aangewezen.</p> <p>Er is een machtsonevenwicht: een groep neemt het op tegen één leerling én de leerling die wordt gepest, is vreselijk bang.</p> <p>Er is sprake van herhaling: de groep valt de jongen herhaaldelijk lastig, waaruit valt af te leiden dat het machtsonevenwicht misschien al is geëscaleerd.</p> <p>De groep doet de leerling doelbewust pijn, want ze gebruiken openlijk en rechtstreeks geweld (beledigingen en fysieke aanvallen).</p> <p><i>[Deze peestsituatie is mogelijk gekleurd door een negatieve houding tegenover mensen met een beperking, en door homofobie. Hou dat in je achterhoofd als je de situatie onderzoekt.</i></p>

Situatie	CO?	Waarom?
<p>Een jongen uit het derde jaar keert na de middagpauze niet terug naar de klas. Het schoolteam vindt hem uiteindelijk, vastgebonden aan een boom op de speelplaats. De leerling is kwaad en overstuur, maar wil de namen van de schuldigen niet prijsgeven. Getuigen vertellen de schoolmedewerker wie het waren. Wanneer die de situatie met de vastgebonden leerling willen bespreken, beweert hij dat het een grapje was en dat de 'daders' zijn vrienden zijn.</p>	<p>Neen</p>	<p>Dit IS een peetsituatie.</p> <p>Conflictoplossing is niet aangewezen.</p> <p>Deze gewelddadige gebeurtenis genereert een negatief effect en zelfs leed bij de leerling en eventueel bij omstaanders.</p> <p>De jongen onderging fysiek geweld. Grapje of niet, het gedrag is onaanvaardbaar.</p> <p>De leerling weigert de namen te verklappen en rechtvaardigt het gedrag wellicht uit schrik.</p> <p>Het is belangrijk om na te gaan of dit gedrag een patroon vormt.</p>
<p>Michael en Alexis, twee jongens uit het vierde jaar, zijn beste vrienden. Ze zijn constant in elkaars buurt te vinden, zelfs tijdens het weekend. Tot ze ruzie krijgen over een iPod die Michael leende van Alexis, maar niet teruggaf. Daarom wil Alexis geen vrienden meer zijn. Michael wordt razend en start een wraakactie: hij maakt Alexis' spullen stuk, valt hem aan op weg naar huis, lokt gevechten uit en spuit graffiti over Alexis op de schoolmuur. Alexis blijft niet bij de pakken neerzitten en vecht terug. Het geweld escaleert tot het schoolteam ingrijpt.</p>	<p>Ja</p>	<p>Dit is GEEN peetsituatie.</p> <p>Conflictoplossing is aangewezen.</p> <p>Er is sprake van herhaling, maar niet van machtsonevenwicht. Beide jongens zijn immers even gewelddadig in hun acties, ook al was Michael de aanstoker ervan.</p> <p>Vooraf Michael draagt de verantwoordelijkheid voor het initiële conflict (door de iPod niet terug te geven, en door emotioneel en fysiek geweld te gebruiken). Toch zijn beide leerlingen verantwoordelijk voor de escalatie van het geweld.</p>
<p>Willem en Amina, allebei uit het zesde jaar, zitten naast elkaar tijdens de les informatica. Willem vraagt vaak hulp aan Amina, waardoor ze achterop raakt met haar eigen werk en dat tijdens de middagpauze moet inhalen. Ze voelt zich opgejaagd door de situatie en wordt zenuwachtig voor haar computerwerk. Het valt de leerkracht op dat Willem zich vaak in Amina's persoonlijke ruimte bevindt: hij toont haar dingen met haar toetsenbord en muis of hangt over haar schouder. De leerkracht merkt ook dat Amina niet weet hoe ze neen moet zeggen tegen Willem. Op een dag zakt Amina voor een taak. Ze is daardoor behoorlijk van streek.</p>	<p>Neen</p>	<p>Dit is GEEN peetsituatie.</p> <p>Conflictoplossing is ook NIET aangewezen.</p> <p>Het lijkt misschien alsof er een machtsonevenwicht in het spel is – omdat Willem Amina's grenzen overschrijdt, en omdat Amina moeite heeft om voor zichzelf op te komen. De stress die ze daarbij voelt, versterkt het vermoeden van ongelijkheid.</p> <p>De gebeurtenissen vallen meer dan eens voor, waardoor het machtsonevenwicht mogelijk is vastgeroest. Verdere herhaling zou het probleem alleen maar verergeren.</p> <p>Het is onduidelijk of Willem Amina doelbewust intimideert, of hij beseft van haar gevoelens en of hij plezier vindt in Amina's ongemak. De situatie verdient daarom extra onderzoek. Aangezien Amina zich geïntimideerd voelt, is het raadzaam om deze situatie niet met conflictoplossing aan te pakken.</p> <p><i>[Deze situatie is mogelijk gekleurd door culturele, religieuze of genderopvattingen. Hou dat in je achterhoofd als je de situatie onderzoekt.]</i></p>

BIJLAGE 3

Vragenlijst 'Pesten en geweld op school' – leerlingen¹

Hallo beste leerling,

We vinden het belangrijk dat je je goed voelt op onze school. Daar willen we samen ons best voor doen. Deze vragenlijst wil nagaan of je te maken krijgt met pestgedrag en geweld op school. Het lukt niet altijd om die problemen op te merken of te melden. Daarom rekenen we nu op jouw medewerking. Vult iedereen de vragenlijst op een eerlijke manier in, dan weten we nog beter wat ons te doen staat. We beloven dat we ons best zullen doen om – samen met jou en jouw ouders – deze problemen zo goed mogelijk op te vangen en te helpen voorkomen. Iedereen heeft immers recht op een fijne schooltijd, goede vrienden, een leuke klasgroep. Met jouw medewerking moet het zeker lukken om hiervoor te zorgen. Goed om weten is dat deze bevraging anoniem is. Niemand hoeft haar of zijn naam te vermelden. Hopelijk geeft dit een goed en veilig gevoel. Je moet immers vrijuit kunnen spreken. Slechts een paar personen zullen alle vragenlijsten verwerken. Zodra de resultaten er zijn, verneem je hier meer over. We kijken er nu al naar uit.

1 Dank voor jullie medewerking!

Jullie directie

De werkgroep

Om misverstanden te vermijden, leggen we even uit wat er onder pesten en geweld wordt verstaan:

PESTEN betekent dat je herhaaldelijk door één of meer leerlingen (meestal gaat het om dezelfde persoon of personen) werd lastig gevallen (pijn doen, uitsluiten, kwetsende sms-berichtjes of foto's, roddelen, afdreigen, afpersen, ...) ook nadat je liet verstaan dat je het niet leuk vond.

GEWELD betekent dat je te maken kreeg met één of meer situaties waarin iemand of anderen jou pijn hebben gedaan of jou op één of andere manier hebben gekwetst of mishandeld. Het geweld heeft jou geen deugd gedaan en liet sporen na (angst, pijn, blauwe plekken, groot verdriet, slapeloosheid, zelfmoord-gedachten, ...) of heeft ook bij jou tot een gewelddadige reactie geleid (tegen anderen, tegen jouw omgeving, tegen jezelf, tegen voorwerpen).

1. Jouw KLAS (je bent niet verplicht om dit in te vullen):

- 2. Ik ben**
- A een meisje
 - B een jongen
 - C (leeftijd invullen) jaar

3. Hoe vaak voel jij je alleen op school?

- A Ik voel me nooit alleen op school.
- B Ik voel me heel zelden alleen op school (slechts een paar keer).
- C Ik voel me regelmatig alleen op school.
- D Ik voel me minstens een keer per week alleen op school.
- E Ik voel me meermaals per week alleen (zelfs dagelijks).

4. Heb je goede vrienden op school?

- A Ik heb goede vrienden/vriendinnen op school.
[Hoeveel goede vrienden heb je op school? :]
- B Ik heb geen goede vrienden/vriendinnen op school
- C Ik ben vaak in het gezelschap van andere leerlingen.
- D Ik ben meestal alleen op school (bijvoorbeeld: op de speelplaats, in de eetzaal, bij een uitstap, ...)

5. Mijn schoolvrienden/-vriendinnen ... (Let op: je kan hier meerdere antwoorden aanstippen!)

- A zijn ongeveer even oud als ik
- B zijn eerder jonger dan ik
- C zijn eerder ouder dan ik
- D zijn vooral klasgenoten
- E zijn geen klasgenoten
- F zijn vooral meisjes
- G zijn vooral jongens
- H zijn zowel meisjes als jongens (ongeveer gelijk verdeeld)

6. Werd/word je dit schooljaar gepest?

- A Ja -> Ga verder met vraag 7
- B Nee -> Ga verder met vraag 11

7. Hoe vaak werd/word jij dit schooljaar gepest?

- A Ik werd/word slechts één of twee maal gepest.
- B Ik werd/word regelmatig gepest.
- C Ik werd/word minstens een keer per week gepest.
- D Ik werd/word meermaals per week gepest (zelfs dagelijks).

8. Waar werd/word je gepest?

- A Ik werd/word vooral op de speelplaats/tijdens de speeltijd gepest.
- B Ik werd/word vooral tijdens de lessen gepest.
- C Ik werd/word vooral tijdens de pauzes tussen de lessen gepest.
- D Ik werd/word vooral in de gangen gepest.
- E Ik werd/word vooral op weg naar/van de school gepest.
- F Ik werd/word gepest via mijn gsm
- G: Ik werd/word gepest via het internet/mijn computer
- H Andere:

3

9. Op welke wijze werd/word je gepest? (Let op: ook hier kan je meerdere antwoorden aanstippen!)

- A Ik werd/word enkel geplaagd en maak er geen probleem van.
- B Ik werd/word geschopt, geduwd, geslagen.
- C Ik werd/word bedreigd (Voorbeeld: We gaan je pakken Of: Volgende keer pakken we je kleine broer aan...).
- D Ik werd/word uitgescholden, uitgelachen of belachelijk gemaakt.
- E Ik werd/word voortdurend uit de groep gesloten.
- F Er werden/worden spullen van mij gestolen of stuk gemaakt.
- G Ik werd/word afgeperst (Geef ons snoep of geld of je gsm ... en we laten jou met rust.) en onder druk gezet Als je dit niet doet, dan...)
- H Ik ontving/ontvang pest-smsjes.
- I Ik werd/word gepest via mijn computer (chatten, haatmails, pestblog, ...)
- J Ik word op een andere manier gepest, namelijk :

10. In welke klas zit(ten) de leerling(en) die jou pesten/gepest hebben?

- A In mijn eigen klasgroep.
- B In één van mijn lesgroepen. (enkel van toepassing in het middelbaaronderwijs)
- C In een andere klas van hetzelfde leerjaar.
- D In een hogere klas
- E In een lagere klas.
- F In verschillende klassen.
- G Zit(ten) niet op onze school.

11. Hoe vaak heb je dit schooljaar andere leerlingen gepest?

- A Ik heb dit schooljaar niet gepest. (Ga door naar vraag 13)
- B Ik heb slechts één of tweemaal (mee-)gepest.
- C Ik pest regelmatig andere leerlingen.
- D Ik pest elke week wel iemand.
- E Ik pest verschillende malen per week.

4

12. Als je kiest om een ander te pesten, dan doe je dat vooral ...

(Ook bij deze vraag mag je meer dan één antwoord geven.)

- A ...omdat je vroeger werd gepest en je dit niet opnieuw wilt laten gebeuren.
- B ... omdat jij je verveelt.
- C ... omdat je pesten leuk vindt.
- D ... omdat je geen flauwe leerlingen kunt verdragen.
- E ... omdat je in een groep zit die wil dat je meepest.
- F ... omdat de leerling die gepest wordt voordien anderen heeft gepest en nu een les verdient.
- G ... omdat je wil tonen dat je sterk staat en dat anderen je moeten respecteren.
- H ...omdat pesten er voor zorgt dat je mee telt en aanzien krijgt in de groep.
- I ... omdat je op die manier de sympathie van anderen probeert te winnen of krijgt.
- J om een andere reden, namelijk

13. Kreeg je op school al te maken met andere vormen van geweld dan pesten?

- A Ja -> Ga verder met vraag 14.
- B Nee -> Ga verder met vraag 15.

14. Met welke andere vormen van schoolgeweld kreeg je het voorbije schooljaar te maken?

- O: A Scheldpartij(en)
- O: B Vechtpartij(en)
- O: C Vernielen van schoolmateriaal
- O: D Vernielen van persoonlijke bezittingen
- O: E Diefstal van persoonlijke bezittingen, geld, ...
- O: F Afpersing
- O: G Bedreiging met lichamelijk geweld
- O: H Seksueel geweld
- O: I Verplicht worden tot diefstal, geweld, vandalisme, ...
- O: J Andere:

15. Ken je leerling(en) van jouw klas of leerjaar die vaak door andere leerlingen worden gepest?

- O: A ja
Om hoeveel leerlingen gaat het? :
- O: B Nee

5

16. Ken je leerlingen die regelmatig andere leerlingen pesten (binnen en/of buiten de school)?

- O: A Ja
Om hoeveel leerlingen gaat het? :
- O: B Nee

17. Als je op de hoogte bent van situaties waarin sprake is van pesten of geweld: met wie zou je er dan liefst over praten? (Kies het belangrijkste antwoord.)

- O: A Met mijn ouder(s)
- O: B Met een leerkracht of opvoeder
- O: C Met mijn vrienden/leeftijdsgenoten
- O: D Met mijn grootouders
- O: E Met mijn klasleraar
- O: G Met de medewerker van het CLB
- O: H Met onze huisarts
- O: I Met een andere hulpverlener van buiten de school
- O: J Andere:

18. Wil je nog wat kwijt over dit onderwerp (= pesten en geweld op school) of heb je een belangrijke tip?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

DANK VOOR JOUW MEDEWERKING !



LITERATUURLIJST

Centre ontarien de Prévention des Agressions (COPA) & Ontario Teachers' Federation (OTF) (2011). *Creating safe schools: A bullying Prevention Guide for Teachers*, Toronto: Centre ontarien de Prévention des Agressions.

Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid (2010). *Handboek Leerlingenbemiddeling. Het instrument in de praktijk*, Utrecht, Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid.

Deboutte G. (2008). *Pesten en Geweld op school: handreiking voor een daadkrachtig schoolbeleid*, Brussel: Vlaams Ministerie van Onderwijs en Vorming geraadpleegd op 25 oktober 2015 via <http://www.ond.vlaanderen.be/antisociaalgedrag/pgs/default.htm>.

De Weerd, G. (2006). *Koerier-dossier. Peer-mediation: bemiddeling onder gelijken*, Antwerpen, Pax Christi Vlaanderen.

Engels, N., Aelterman, A., Schepens, A. & Van Petegem, K. (2003). Representatief onderzoek naar factoren die het welbevinden van leerlingen in Vlaamse secundaire scholen beïnvloeden, *Pedagogische Studiën*, 80 (3), 192-209.

Frans, E., De Bruycker A. (2015). *Raamwerk Seksualiteit en Beleid: Kwaliteit, preventie en reactie in jouw school*, Chris Lambrechts, geraadpleegd op 13 november 2015 via http://www.seksuelevorming.be/sites/default/files/digitaal_materiaal/raamwerkseksualiteitenbeleidschool.pdf

Health Behaviour in School Aged Children, Bullying Victimization, 2002-10, HBSC, geraadpleegd op 12 november 2015 via <http://www.hbsc.org/publications/factsheets/Bullying-victimisation-english.pdf>

Health Behaviour in School Aged Children, Bullying Victimization, Factsheet Bullying and Fighting, Key findings from the 2009/10 international survey, HBSC, geraadpleegd op 12 november 2015 via <http://www.hbsc.org/publications/factsheets/Bullying-and-fighting-english.pdf>

Hogeschool West-Vlaanderen (2013). *Het Lespakket Re:Pest: Handleiding voor leerkrachten*, Brussel, Micheline Scheys.

Kenniscentrum mediawijsheid, *Dossier: hoe groot is het cyberpestprobleem?*, Mediawijs.be, geraadpleegd op 12 november 2015 via <http://mediawijs.be/dossiers/dossier-cyberpesten/hoe-groot-het-cyberpestprobleem>

Pax Christi Vlaanderen (2005). *We lossen het zelf wel op! Peer mediation op maat. Lerarenhandleiding*, Antwerpen, Pax Christi Vlaanderen.

Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie (2015). *Gezonde school, Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie*, geraadpleegd op 13 november 2015 via: <http://www.gezondeschool.be/beleid-maken/>.

Vlaamse Onderwijsraad (2013). *Seminarie van de Vlaamse Onderwijsraad over neurowetenschappen en onderwijs op 26 april 2013*, Brussel, Vlaamse Onderwijsraad, geraadpleegd op 27 november 2015, via: <http://www.vlor.be/het-puberend-brein-de-adolescentie>.

