



Informatiefolder rond pesten





Wat is pesten?

Plagen gebeurt:

- spontaan en duurt niet lang.
- vaak om humor en aandacht.
- Wanneer beide partijen gelijk zijn aan elkaar.

Pesten:

- is **gewelddadig en meestal herhaald** gedrag van 1 of meer personen.
- is met de bedoeling om andere(n) te kwetsen.
- kan psychologisch, seksueel, lichamelijk of sociaal zijn.
- Wie wordt gepest, kan zich meestal niet verdedigen. Er is sprake van een **ongelijke (of als ongelijk ervaren) machtsverhouding** tussen diegene die pest en de gepeste.

Enkele vormen van pestgedrag:

- Verbaal pesten : schelden, dreigende taal, haat zaaien,... .
- Fysiek pesten: slaan, schoppen, duwen,... .
- Materieel pesten: materiaal van anderen beschadigen of stelen. • Sociaal en relationeel pesten : uitsluiten, roddels of geruchten verspreiden.
- Cyberpesten: via messenger, Whats app, Tik Tok, Facebook,... .

Welke gevolgen heeft het?

Gevolgen voor het slachtoffer:

- Aanpassingsproblemen : spijbelen, leerproblemen, concentratiestoornissen, zwakke cijfers.
- Zware stress, enorm gevoelig: depressie, agressie, (sociale)angst, lichamelijke klachten (buikpijn, diarree, hoofdpijn, bedplassen,...), suïcidaal gedrag, psychosomatische klachten, gevoel van eenzaamheid, gevoel van wantrouwen.
- Negatief zelfbeeld, onzeker, weinig zelfvertrouwen : risico op sociaal isolement.
Ook voor de pester kan het gevolgen hebben:
- Sociaal- emotionele problemen : zelfbeeld, zelfvertrouwen, erbij willen horen vanuit ` dominantie` en `macht`, depressie, agressie.
- Norm overschrijdend en delinquent gedrag, op latere leeftijd in botsing komen met maatschappij.
- Suïcidaal gedrag.
- Groot risico afwijzing en isolement.
- Uitsluiting : geen vrienden meer overhouden.

Voor de groep zijn de gevolgen minder zichtbaar maar ze zijn er zeker: Gevoelens van schuld, onveiligheid, negatieve groepssfeer.



Wat kan je eraan doen?

Als ouder van het slachtoffer:

- Kies een gespreksmoment.
- Neem het verhaal ernstig.
- Blijf er met je kind over praten.
- Maak duidelijk dat je samen naar een oplossing wil zoeken.
- Pak de pester niet zelf aan.
- Stimuleer contacten buiten de school.
- Neem contact op met de leerkracht, directeur of het CLB.
- Ga na bij wie het kind wel aansluiting kan vinden.

Als ouder van de pester:

- Neem het probleem ernstig.
- Kies een gepast gespreksmoment.
- Geef niet onmiddellijk straf.
- Probeer de oorzaken te achterhalen.
- Laat je kind zich inleven in het slachtoffer.
- Vraag je kind om de schade te herstellen.
- Neem contact met de leerkracht, directeur of het CLB.
- Stimuleer je kind tot activiteiten buiten de school.

Als ouder van de anderen:

- Neem contact op met de leerkracht, directeur of het CLB.

Op onze school

Als team ondernemen we acties om er voor te zorgen dat pestgedrag weinig kans maakt.

- Werken aan verbindend klasklimaat.
- Werken aan sociale vaardigheden (Geluksvogels - Felix zoekt geluk).
- Duidelijke afspraken op de speelplaats.
- Gebruik van gedragsrapport
- Kindgesprekken

Aanpak van het pestgedrag

1. Signaleren van het pestprobleem (door leerling of ouder).
2. Zorgjuf / praatjuf plant een gespreksmoment gekoppeld aan eventuele acties.
3. Ouders van de betrokken partijen op de hoogte brengen.
4. Opvolging via klas of partnergesprekken.



Bij hardnekkige problemen stippelen we samen met het CLB een traject uit om hieraan tegemoet te komen.

Hoe kan het CLB helpen?

Pesten moeten we niet negeren maar moet aangepakt worden door het gezin, de vrienden en vriendinnen, de klas, de leerkrachten.

Ook het CLB kan je hierbij helpen.

Indien u zich zorgen maakt of vragen heeft over pesten, kan u steeds contact opnemen met uw CLB.

Gegevens CLB voor onze school

CLB Ninove

Kluisweg 13

9400 Ninove

Tel: 054/ 33 90 19

Mail: ninove@clbninove.be Onthaler : Jeroen Van Lierde

Nuttige site: www.kieskleurtegenpesten.be