

## Pesten-dat-kan-niet!

### *Basisschool De Spiegel uit Leest-Mechelen wint de hoofdprijs*

**An Hereygers**

*Directeur De Spiegel*

Onze school ontving op 25 januari jl. 2500 EUR als hoofdwinnaar van de “Pesten-dat-kan-niet-prijs”. Met de prijsuitreiking ging ook de derde Vlaamse week “Kies kleur tegen pesten” (25 januari – 1 februari) van start. De prijs werd voor de negende maal uitgereikt. Het was de derde maal dat dit gebeurde binnen het kader van een Vlaamse week tegen pesten.

Met dit initiatief wil de privésponsor van deze wedstrijd en het Vlaams Netwerk Kies Kleur tegen Pesten, aanzetten tot effectief voorkomen of doen verdwijnen van pestgedrag bij jongeren.

#### UIT HET JURYVERSLAG

De “Pesten-dat-kan-niet”-jury wordt gevormd door pedagogen en andere betrokkenen – o.a. EVO (Educatieve Vereniging voor Ouderwerking in het Officieel Onderwijs), Jeugd en Vrede, Kinder- en jongerentelefoon Vlaanderen, Leefsleutels, Limits (een expertisebureau rond grensoverschrijdend gedrag), Pax Christi Vlaanderen en andere... Het netwerk staat onder voorzitterschap van Gie Deboutte (auteur van o.a. het boek *Pesten, gedaan ermee*).

In het juryverslag omschreven zij onze aanpak als volgt: Bijzondere verdiensten:

- Kleine school waarin alle partners (directie, leerkrachten, kinderen en ouders) nadrukkelijk worden betrokken bij het project.
- Aanpak is geïntegreerd in de schoolvisie; oordeelkundig vertrekpunt (beginsituatieanalyse), planmatige aanpak, duidelijke en realistische doelen die aansluiten bij het school- en lesgebeuren.
- Kinderen ingeschakeld via *peertutoring/peer-bemiddeling*; school neemt leerlingenparticipatie ernstig.
- Oog voor randcondities: infrastructuur en organisatie van de speelplaats.
- Eigen lessenreeks ontwikkeld waarin sociale vaardigheden belangrijke plaats bekleden.
- Inzetten van verschillende methodieken om ruzies en conflicten (ook pestgedrag) te bespreken, in te perken en te voorkomen (ruziehoekje, oudere leerlingen die ruzies helpen oplossen, time-out-moment, gedragskaart, no blame, ...); het team is zich bewust van de noodzaak van een positieve aan-

pak en kiest ervoor om positief gedrag te honoreren (o.a. “beloningsspeeltijd”).

#### SCHOOLSPECIFIEKE AANPAK

Onze school heet niet toevallig De Spiegel, we willen een weerSPIEGELing zijn van de wereld, een minimaatschappijtje. De kinderen worden daar van jongsaf bij betrokken.

Inpraak hebben via een democratisch verkozen leerlingenraad en anderzijds mee verantwoordelijkheid dragen, zijn hier geen holle woorden. Deze visie ligt aan de basis van de uitwerking van ons project tegen pesten.

#### ONS PROJECT

Kenmerkend aan ons dossier is, dat wij de inspanningen van de verschillende betrokken partijen (kinderen, ouders, leerkrachten, oudercomité) bundelden tot één geheel.

#### – ALLE NEUZEN IN DEZELFDE RICHTING (TEAM)

Voor we met een project van start konden gaan, dienden we de beginsituatie en de noden vast te stellen. We zorgden voor een gelijkgestemde visie.

Wij vinden dat antisociaal gedrag onder leerlingen nooit geminimaliseerd mag worden. Het verdient een systematische aanpak en vooral preventief werken is van het grootste belang. Kinderen moeten kunnen rekenen op een warme, veilige sfeer. Waar hulp kan worden gevraagd als dat nodig is, waar je je fouten kan toegeven en je aangezet wordt het weer goed te maken. Waar de ene het durft op te nemen voor de andere. Waar het leuk spelen is, zodat verveling niet de aanleiding van vervelend gedrag hoeft te zijn.

Ieder kind mag zich op zijn manier veilig voelen en mag er op zijn manier bijhoren.

Het is een normale situatie dat een groep bestaat uit leiders en volgers. Iedereen vindt het gewoon dat deze rangorde er is. Het is belangrijk dat je er mag bijhoren en dat je je veilig kan voelen. Je ervaart veiligheid als:

- je mag zijn zoals je bent;
- er orde en controle is (duidelijkheid over regels);

- je het gevoel hebt dat je beschermd wordt (je kan terecht bij de juf of meester).

In groepen waar gepest wordt, ontbreekt het daaraan. We kunnen nooit stellen dat één bepaalde factor oorzaak is van pestgedrag.

Het spiegelteam engageert zich om steeds alert te zijn voor de pestproblematiek. Dit sluit niet uit dat er zich op onze school nooit meer een pestincident kan voordoen. Dat kan waarschijnlijk geen enkele school garanderen. Het komt erop aan altijd, snel en consequent te reageren.

Na het bepalen van onze visie verruimen we onze kennis. Het team volgt nascholing i.v.m. “conflicthantering”, “pestproblematiek” en “straffen en belonen”. Ook hier maken we afspraken rond gelijkgestemd reageren bij problemen. Formeel en informeel houden we steeds alle teamleden op de hoogte bij incidenten.

Als logisch gevolg van deze sensibilisering en professionalisering van het team stellen we een schoolspecifiek actieplan op tegen pesten. In de school wordt documentatie voorzien in verband met de aanpak bij echte problemen.

Onder leiding van een collega nemen we de schoolafspraken onder de loep en sturen bij.

We inventariseren de “knelpunten” op de speelplaats e.d. en zoeken naar oplossingen.

We geven lessen i.v.m. conflicthantering door kinderen, reiken nieuwe spelletjes aan die tijdens verlengde speeltijden in groepjes worden aangeleerd.

## EEN GEDEELDE VERANTWOORDELIJKHEID

### – INSpraak VOOR LEERLINGEN

Onze school heeft een democratisch verkozen leerlingenraad waarin van elke klas een leerling zetelt (1<sup>ste</sup> tot 6<sup>de</sup> lj.). Deze kinderen krijgen op hun beurt de kans om de items in hun klas te bespreken, zodat eigenlijk alle kinderen hun zegje kunnen doen.

Een kind dat zich verveelt, wordt gauw een vervelend kind.

Een leuke speelplaats, waar veel te doen is, is daar een antwoord op. Goede ideeën hoef je niet zelf te verzinnen: vraag het gewoon aan de kinderen. Onze leerlingen bespreken de speelplaatsvernieuwing en de inhoud van de speelkoffers. Ze worden betrokken bij het opstellen van reglementen en afspraken. Zij evalueren mee de gang van zaken en zorgen er samen voor dat alles vlot verloopt.

Ook andere zaken kunnen aan bod komen in de leerlingenraad en deze democratisch verkozen kinderen brengen op hun beurt de boodschap over in hun respectievelijke klassen.

Inspraak hebben, is mee verantwoordelijkheid dragen. Deze formule werkt!

### – STERRENKINDEREN – PEER TUTORING

Een werkvorm waarbij leerlingen uit een hogere klas de leerlingen uit lagere klassen helpen: *peer tutoring*.

In dit geval doen wij een beroep op de jongens en meisjes van de zesde klas, om mee te helpen om van de speelplaats een plaats om te spelen te maken. We noemen hen sterrenkinderen.

Elke dag zijn er telkens twee sterrenkinderen, herkenbaar aan een fluovestje met ster. De bedoeling is dat deze kinderen aanspreekpunt zijn op de speelplaats en andere kinderen helpen. Zij bemiddelen bij ruzies, betrekken alle kinderen bij het spel, leren jongere kinderen diverse spelletjes aan, kunnen wijzen op gevaarlijk spel en zijn vertrouwenskind. Door hun herkenbaarheid op de speelplaats weten alle andere kinderen wiens hulp zij kunnen inroepen als meespelen of eerlijk spelen niet vanzelf lukt.

Om dit bemiddelen goed aan te pakken, krijgen de zesdeklassers eerst een training in deze vaardigheden en worden ze gedurende het schooljaar extra ondersteund door een begeleidende leerkracht. In de eerste fase volgde deze leerkracht de kinderen, als extra toezichter op de speelplaats. Later is de leerkracht altijd bereikbaar bij eventuele problemen, hij blijft het aanspreekpunt als iets boven hun petje gaat. Zo wordt de leerkracht met het gewone toezicht niet extra belast.

### – SCHEIDSRECHTERS BIJ VOETBALSPEL

Weer andere leerlingen volgden “een minischeidersrechtscursus”. Wanneer twee klassen aan de beurt zijn om te voetballen, kunnen ze een beroep doen op een “gediplomeerde” scheidsrechter. Een lijstje van de scheidsrechttertjes die ter hulp kunnen worden geroepen, hangt uit.

Kinderen geven zich in het begin van het schooljaar vrijwillig op om de cursus te volgen. In de leerlingenraad werd het (schoolspectifieke) voetbalreglement opgesteld (en eventueel bijgestuurd). Deze regels komen tijdens de cursus uiteraard aan bod, maar ook de sociale vaardigheden die nodig zijn om een match rustig in goede banen te leiden.

Een scheidsrechttertje kan, als hij gevraagd wordt, de beurt doorgeven indien hij liever zelf een ander spel wil spelen. Het is zeker niet de bedoeling dat telkens dezelfde kinderen scheidsrechter zijn.

### – KINDEREN AANSPREKEN OP HUN TALENTEN

Sommige, vaak al wat grotere kinderen, vertonen wel eens storend gedrag uit verveling. Meestal is hun interesse beperkt (enkel voetbal!) en vinden ze het aangeboden speelgoed maar niets. Het is dan zaak om dit negatieve gedrag om te buigen naar iets positiefs.

Ben je zo’n “haantje-de-voorste”, dan wordt ervoor gezorgd dat je bijvoorbeeld een groep kinderen leert jumpen, i.p.v. dat je “stoer loopt te vervelen”. Kinderen aanspreken op hun talenten, impulsen geven om

positief gedrag te tonen, geeft meer resultaat dan het vervelend gedrag te sanctioneren.

Door altijd positieve verwachtingen te scheppen, ook naar moeilijkere kinderen toe, bouwen we aan een goed en veilig schoolklimaat. Zo is er een grote kans dat zich groepen vormen met een natuurlijke rangorde waar kinderen zich goed bij voelen. In een onveilig schoolklimaat is de kans groter dat leiders pestkoppen worden en de minder weerbare kinderen slachtoffer.

#### – FIJN SPELEN = BELONING

Tweewekelijks wordt het samenspelen geëvalueerd aan de hand van een notitieboekje van de sterrenkinderen. Fijn samenspelen wordt beloond met extra speeltijd. Enthousiaste leerkrachten zorgen voor een geleid spel per leeftijdsgroep.

Vaak wordt er als beloning ook een nieuwigheidje aan de speelkoffers toegevoegd.

Door dit positief bekrachtigen van het gewenst gedrag willen we dit gedrag aanmoedigen.

Op lange termijn beklijft het effect van beloning beter dan bestraffing van negatief gedrag.

Maar met alleen belonen van gewenst gedrag, kom je er niet, zeker niet als het om hardnekkige “spelbrekers” gaat. We laten het al dan niet belonen van de groep uiteraard niet afhangen van één leerling of een klein groepje. Kinderen die toch vaak de regels overtreden, krijgen een time-out. Zij zitten tijdens de beloningspeeltijd toe te kijken op een stoel, terwijl de anderen spelen. Deze sanctie gaat altijd gepaard met een gesprek. We stellen daarbij bewust positieve verwachtingen naar het kind toe. Een positieve band tussen leerlingen en leerkrachten werkt als een rem op probleemgedrag.

Door monitoring, een goed overzicht houden over het doen en laten van alle leerlingen, in het bijzonder van moeilijke leerlingen, anticipeert men op mogelijke problemen.

### RANDCONDITIES

#### – DUIDELIJKE REGELS EN AFSPRAKEN

Na een brainstorming met het team komen we tot een oplijsting van alle geldende regels en afspraken. Door ze op papier te zetten, is het handiger om consequent en uniform te reageren of eventueel na verloop van tijd iets bij te sturen.

Spelverdelingen en -reglementen worden door de kinderen opgesteld. Deze afspraken worden duidelijk zichtbaar (van op de speelplaats) uitgehangen. Handig bij discussies.

#### – SPEELKOFFERS EN INFRASTRUCTUUR

Waar het leuk spelen is, zal verveling niet gauw de aanleiding zijn van vervelend gedrag.

Net zoals men in de klas met “hoekenwerk” aan de slag gaat, kan men dit ook op een speelplaats verwezenlijken. We zijn al lang overtuigd van het feit dat een speelplaats met “obstakels” en hoeken en kanten, vanzelf voor rustiger spel zorgt. Een actieve ouderwerking zorgde jaren geleden al voor een zitput, podium, zandbak, fietsparcours, voetbal- en basketbalveldje en bloembakken voor een groene touch. Toch kan er altijd nog wat toegevoegd of vernieuwd worden. Het is een uitdaging om alle beschikbare ruimte optimaal te gebruiken. Wij gaan voortdurend op zoek om alle plekken goed te benutten.

Onze kinderen deden via de leerlingenraad voorstellen i.v.m. het (her)inrichten van de speelplaats. Deze ideeën werden voorgelegd aan het leerkrachtenteam en het oudercomité. De werkgroep speelplaats (ouders + leerkrachten.) werkte het plan uit. We zochten ook naar raakpunten met het gezondheidsbeleid (meer bewegen). De werkgroep speelplaats voorzag in “speelkoffers” met losse materialen die tweewekelijks afgewisseld worden.

Voor de spelkoffers werken we met een doorschuifstelsel. De oudste kinderen zijn eerst aan de beurt, zo demonstreren zij vanzelf de spelletjes voor de jongere kinderen. Het zijn opnieuw de kinderen zelf die de verantwoordelijkheid dragen voor de inhoud en het opbergen van de spelkoffers. Ook die dingen worden regelmatig geëvalueerd in de leerlingenraad.

Voortdurend groeit het aanbod van speelgoed (zie beloning bij tof spel).

#### – OUDERS BETREKKEN

Het oudercomité is gesprekspartner in het opstellen van het hele plan. Het zorgt mee voor de nodige bijkomende financiering, maar ook voor het handje en verstandje dat werd toegestoken bij de uitwerking van de ideeën, die van de kinderen kwamen.

Sommige ouders maakten deel uit van de werkgroep speelplaats. Alle ouders worden ingelicht (via de nieuwsbrief) over lopende acties.

### PROBLEMGEDRAG

#### – PESTEN GEEN KANS GEVEN

Dit is onze preventieve aanpak. We merkten veel beter spelgedrag. Toch kunnen we niet geheel voorkomen dat er ruzies ontstaan, dat kinderen soms harde, scherpe woorden zeggen.

In het dagelijks taalgebruik wordt pesten en plagen wel eens op één lijn gezet. Toch is er een groot verschil tussen.

*“Een persoon wordt gepest als hij herhaaldelijk en langdurig blootstaat aan negatieve handelingen verricht door één of meerdere personen” (OLWEUS, 1992)*

Wanneer een kind gepest wordt, betekent dit dat hij continu het slachtoffer is van pesterijen. Het gaat altijd

om een verstoord machtsevenwicht, waarbij het slachtoffer relatief machteloos is. Vaak gaat het om één pestkop die de steun krijgt van een aantal anderen.

Plagen is een vorm van onbezonnen, incidenteel pesten. Dan gaat het eerder om een eenmalige activiteit. Het gebeurt dan tussen enkelingen en niet tussen dezelfde personen. Plagen situeert zich ook meer binnen het sociale spel waarbij kinderen elkaar aftasten en zoeken naar ieders plaats in de groep. Te veel plagen, waarbij de weerbaarheidsgrens van de geplaagde zich niet snel genoeg kan aanpassen, kan wel leiden tot pestgedrag.

Ruziemaken is niet hetzelfde als pesten. Bij ruzie is er niet noodzakelijk een ongelijke machtsverhouding, zodat kinderen dit vaak zelf kunnen oplossen. Wij zullen dit dan ook stimuleren.

Het leerkrachtenteam maakte afspraken om zoveel mogelijk gelijkgestemd te reageren op te felle plagerijen of eventueel pesterijen. De NO BLAME-aanpak blijkt hierbij zeker de te volgen weg. Het gaat hier om een niet-bestrafende en probleemoplossende methode. De pestkop, de meelopers en enkele neutrale leerlingen worden samengebracht en gaan op zoek naar mogelijke oplossingen. Het herstellen van de fout krijgt meer kans. Verwoorden wat je voelt, maakt het gekwetste kind weerbaar, de pester wordt aangezet om zich in te leven in de ander. Ook de middengroep gaat niet vrijuit. Al onze kinderen weten dat pestgedrag niet geduld wordt, dat je het maar beter kan opnemen voor je klasgenoot.

#### – DRAAIBOEK VOOR HET AANPAKKEN VAN EVENTUELE PROBLEMEN

##### GEWONE CONFLICTHANTERING

Het leerkrachtenteam zette de afspraken in verband met het reageren op conflicten even op een rijtje: actief(!) toezicht houden, afspraken doen naleven, conflict serieus nemen, zo snel mogelijk erop ingaan, alle versies aan het woord laten, eventueel time-out (tegen de muur) en daarna luisteren, proberen de kinderen zelf met oplossingen te laten komen, melden aan de klastitularis en/of directie bij ernstig of herhaaldelijk conflict, leren excuses aan te bieden, eventueel lestijd aan besteden en werken aan empathie en het verwoorden van gevoelens.

Tijdens personeelsvergaderingen trekken we tijd uit om moeilijkere kinderen te bespreken zodat iedereen op de hoogte is van de acties die er lopen.

##### MOEILIJKE KLAS

We werkten een lessenreeks uit om een klas die zeer moeilijk kon samenspelen weer op het goede spoor te krijgen. De klasleerkracht werkte hiervoor samen met het CLB en onze orthopedagoge. Bij de uitwerking van het project konden we op de steun van alle betrokken

ouders rekenen die op een praatavond met elkaar van gedachten wisselden.

We vinden het erg belangrijk een goed en regelmatig contact te hebben tussen school en ouders. We delen tenslotte dezelfde zorg “hoe voelt het kind zich op school en hoe evolueert het”. En ten slotte kan er niet alleen op school, maar ook in de vrije tijd aan vriendschappen en samen spelen gewerkt worden. Als kinderen merken dat alle volwassenen om hen heen dezelfde regels hanteren i.v.m. respect voor elkaar opbrengen, is deze boodschap veel krachtiger.

##### MOEILIJKE GROEP OF INDIVIDU

Met sommige groepen kinderen, stelden we een omgangscontract op. Na een gelijke inbreng van alle betrokken kinderen, worden afspraken gemaakt. Wie zich er niet aan kan houden, mag een sanctie verwachten (ook samen bepaald). Lukt het wel, dan doet die groep samen een leuk extraatje (wij zien het als teambuilding). Het duidelijk formuleren van de grenzen en het positief bekrachtigen van een toffe groepssfeer, werpt voelbaar zijn vruchten af.

##### KINDEREN AAN HET WOORD

Claudia: “Om beurten dragen we een fluovestje met een grote ster. Kinderen die worden gepest, kunnen naar ons komen.”

An: “Wij komen tussenbeide en eisen dat de pestkop zijn excuses aanbiedt. We noteren alles in een boek, ook als iemand zijn excuses niet wil aanbieden.”

Eva: “Wie niet pest, krijgt extra speeltijd. De stoute kinderen moeten dan op een stoel blijven zitten en toekijken hoe de anderen spelen.”

Kato: “Goed gedrag wordt ook beloond met speelgoed. We hebben al een klimrek, een pingpongtafel en extra ballen gekregen.”

Of ze zelf al gepest zijn?

Claudia: “Ik word wel eens *scheve wenkbrauw* genoemd omdat mijn wenkbrauwen doorlopen tot aan mijn neus.”

Loubna: “Ik kreeg wel eens *bruine chocola* naar het hoofd geslingerd omdat ik een andere huidskleur heb.”

Emmelien: “Maar het blijft veel bij plagen. Als het voor de grap is, valt het nog mee. Maar het mag niet blijven duren.”

Thijs (scheidsrechter): “Ik kijk erop toe dat de jongens niet gaan duwen en trekken tijdens het spel.”

##### DE SPIEGEL ... DAT TIKKELTJE MEER!

Als lid van de directie ben ik heel fier op het leerkrachtenteam omdat zij allemaal daadwerkelijk meewerken om pestgedrag geen kans te geven. Alle projecten staan en vallen tenslotte met de dragers ervan. Het doet me enorm plezier als mensen spontaan extra taken op zich nemen en elkaar daarin aanvullen. De ene trekt een

nascholing op gang, de ander leidt de leerlingenraad. Sportieve juffen zorgen voor extra activiteiten tijdens de lange middagpauze of vullen speelkoffers. Moeilijke situaties met kinderen of knelpunten kunnen altijd besproken worden, niemand staat alleen.

U zal het gemerkt hebben, ons project gaat niet over een actieweek, maar om een visie en een blijvende hou-

ding tegen pestgedrag.

Onze school staat voor kleinschalig, familiaal, een plek waar kinderen graag gezien worden zodat ze in vol vertrouwen hun talenten en mogelijkheden kunnen ontplooiën.

We zorgen voor *net dat tikkeltje meer* aandacht voor elk kinderhartje apart.