

B. TIPS VOOR KINDEREN DIE PESTEN

Soms weten kinderen die pesten echt niet waar ze mee bezig zijn. In het begin was het misschien een grap waar heel de klas mee moest lachen en ging jij daarna nog een stapje verder. Je deed maar door. Misschien wil je ermee stoppen maar weet je niet goed hoe je dat doet. Heb je al gemerkt dat de kinderen waarmee je 'grapjes' uithaalt het echt NIET prettig vinden?

Heb je al eens geluisterd naar hun verhaal?

Je **bent verantwoordelijk** voor wat je doet en de gevolgen ervan.

Het **MOET STOPPEN**.

Doe niet met een ander wat je zelf niet leuk vindt.

Denk even na : **WAAROM pest ik?**

- Wil je groter zijn of sterker dan de rest?
- Ben je bang om anders zelf gepest te worden?
- Heeft men jou vroeger gepest en wil je dit nu terugdoen?
- Ben je ergens boos om, maar durf je dat niet te zeggen?
- ...

TIPS/WAT KAN JE DOEN? :

-Praat er met iemand over : ouders, juf/meester, juf/meester van vorig jaar, iemand die je leuk vindt, vriend(in)...

-Ga naar een club om je energie kwijt te kunnen

-Lees een boek over pesten en zoek info op www.pestweb.nl



C. TIPS VOOR IEDEREEN DIE WEL EENS MEEDOET OF TOEKIJKT

Voor jullie is het heel wat gemakkelijker om er iets aan te doen.

Als jullie niet meedoen, staat de pester alleen.



Als de pester alleen staat en ziet dat er niemand meedoet, dan gaat de lol in pesten redelijk snel over.

Als jullie enkel blijven toekijken, staat de gepeste alleen.

Als die alleen staat en ziet dat er niemand steunt of helpt dan verergert de situatie.

Vertellen aan volwassenen dat andere kinderen gekwetst, getrapt, geslagen, vernederd worden, is niet klikken.

Op een toffe school wordt niet gepest !!!

Denk even na : **WAAROM** doe ik soms mee of waarom laat ik het gebeuren?

- Ben je bang om zelf gepest te worden?
- Hoop je zo meer vrienden te krijgen?

TIPS/WAT KAN JE DOEN? :

- Zeg duidelijk : Hou op, je kwetst hem, haar. Dit is echt niet leuk meer!!
- Praat er met iemand over : ouders, juf/meester, juf/meester van vorig jaar, iemand die je leuk vindt, vriend(in),...

4.



Werk jij ook mee aan een pestvrije school?

Wordt hier gepest?

Wat kan ik daaraan doen?

Bij wie kan ik terecht op school?

Gemeentelijke Basisschool De Meyl

015/31.19.06

www.demeyl.be

Deze brochure is gerealiseerd in samenwerking met de Oudervereniging van de Gemeentelijke Basisschool 't Kofschip.

Volledig plan Pestbeleid met informatie over websites en literatuur vind je op de website van de school.

1.



Wat is pesten ?

Je hebt plagen, ruzie maken en pesten. Het verschil tussen plagen en pesten is groot.

PLAGEN :

Kinderen die elkaar plagen, kunnen elkaar aan. Nu eens plaagt de ene, dan weer de andere. Soms is het leuk, soms niet, maar **een geplaagd kind kan terugplagen.** Na een tijdje maken ze het samen weer goed.



Je kunt elkaar ook plagen voor het plezier. Dat kan soms verkeerd vallen, maar echt verschrikkelijk is plagen niet. Af en toe plagen, moet wel kunnen.

PESTEN :

Bij pesten is het anders. Als er gepest wordt, is het ene kind altijd sterker dan het andere. Of de pester heeft **grotere spierballen**, een **grotere mond**,... .Pesten gebeurt nooit zomaar één keertje. Een kind dat gepest wordt, is steeds het mikpunt. Bij pesten blijf je elke dag opnieuw bang, triestig of kwaad. Daarom is pesten nooit leuk.

PESTEN is ALTIJD GEMEEN.

Pesten is elke keer opnieuw :

- pijn doen
- vuile of kwetsende woorden zeggen
- uitsluiten
- achtervolgen
- iemand dwingen dingen te doen
- dingen wegnemen, wegstoppen, vernielen
- ervoor zorgen dat je met niemand mag spelen
- ...



2.

Werk jij ook mee aan een pestvrije school ? = TOFFE SCHOOL



A. TIPS VOOR KINDEREN DIE GEPEST WORDEN

Als je wordt gepest, denk je misschien dat het nooit gaat stoppen.

Je hebt **GEEN** schuld aan pesten, ook al denk je dat.

Maar je hebt misschien wel iets in je gedrag dat pesters aantrekt.

Dit gedrag kan je veranderen en je kan er met iemand over praten.

Niemand heeft het recht om aan je te komen.

Niemand heeft het recht om je te pesten.

Het is niet gemakkelijk om pesten te stoppen. Maar het kan wel.

Je kan het niet in je eentje.

ANDEREN moeten je daarbij helpen. **VERTELLEN** dat jij of anderen gekwetst, getrapt, geslagen of vernederd worden, is nooit klikken.

Je hebt volwassenen nodig om het pesten te stoppen.

Vertellen wat je overkomt of ziet gebeuren, doe je niet zomaar.

De kans bestaat dat de pester wraak neemt of jou een klikspaan noemt.

Ken jij het verschil tussen klikken en melden?



KLIKKEN : Je wil dat de pester een straf krijgt.

MELDEN : Je wil dat de pester ophoudt.

TIPS :

-Praat er met iemand over : ouders, juf/ meester, juf/meester van vorig jaar, iemand die je leuk vindt, vriend(in),...

-Vertel het aan je huisdier, je knuffel,...

-Bel de kindertelefoon : 102 of

www.awel.be

-Bespreek het met juf Petra, de zorgjuf, de directeur,...

-Zeg tegen de kinderen dat je het heel erg vindt

-Negeer de pester en ga met een ander groepje meespelen

-Probeer met andere klasgenootjes een goeie band te krijgen

-Vraag een klasgesprek

-Doe dingen die je leuk vindt : jeugdvereniging, sportclub, tekenschool,...



3.