





# Inhoud

<b>Inhoud</b> .....	- 3 -
<b>Gedragscode voor een pestvrije WIGO</b> .....	- 5 -
<b>Het pestprotocol van WIGO</b> .....	- 6 -
<b>Ouders</b> .....	- 7 -
INFORMATIE .....	- 7 -
COMMUNICATIE.....	- 7 -
ACTIE .....	- 7 -
TIPS.....	- 8 -
EN WAT ALS JE KIND GEPEST WORDT .....	- 8 -
EN WAT ALS JE KIND DE PESTER IS .....	- 9 -
<b>Leerlingen</b> .....	- 10 -
INFORMATIE .....	- 10 -
ACTIE .....	- 10 -
TIPS.....	- 11 -
WAT DOE JE ALS JE GEPEST WORDT .....	- 11 -
WAT DOE JE ALS JE ZELF DE PESTER BENT .....	- 11 -
WAT DOE JE ALS JE AF EN TOE WEL EENS MEEDOET AAN PESTEN .....	- 12 -
<b>Juffen en meesters</b> .....	- 13 -
INFORMATIE .....	- 13 -
ACTIE .....	- 13 -
<b>Kortom</b> .....	- 15 -





## Gedragcode voor een pestvrije WIGO ... Wat, waar, waarom en voor wie?

In het begin van het schooljaar ondertekenen alle leerlingen van WIGO een anti-pestprotocol. Zo gaan ze akkoord met de afspraken die in onze school gelden aangaande de aanpak van pesten. Deze aanpak kan enkel maar een gunstig effect hebben als iedereen, zowel leerlingen als ouders, leerkrachten en directie hier volledig achter staan.

Daarom werd er een gedragscode opgesteld ...

In deze code kan iedereen lezen wat er verwacht wordt van hem/haar en wat je kan en mag verwachten van de anderen in onze school.

**Samen maken we van onze school een pestvrije WIGO ... nu en altijd !!!**



### **Pesten en plagen ... een wereld van verschil voor iedereen ...**

Vooraleer we de aanpak van pesten in gang zetten, moeten we goed weten wat pesten nu juist is. Vaak ontstaat er een heuse verwarring met plagen. Daarom even een vergelijking ...

#### **Plagen**

- kinderen die plagen kunnen elkaar aan: nu eens plaagt de één dan weer de ander.
- plagen is meestal leuk, maar soms ook niet ...een geplaagd kind kan en mag terugplagen!
- na een plaagpartij maken de kinderen het steeds weer goed met elkaar (ook al is daar soms wat tijd voor nodig)
- met plagen moet je leren omgaan ... af en toe geplaagd worden zorgt ervoor dat ook jij wel eens mag plagen!

#### **Pesten**

- bij pesten is het ene kind altijd sterker dan het andere: de pester heeft grotere spierballen, een grotere mond of meer invloed.
- pesten is niet leuk!
- pesten gebeurt nooit zomaar één keertje.
- een kind dat gepest wordt is steeds het mikpunt.
- bij pesten blijf je elke dag opnieuw kwaad, triestig of bang.
- pesten is altijd gemeen.

Plagerijen ... die lossen de kinderen zelf op. (al dan niet met een beetje hulp)

Pesterijen ... dat is wat anders! Om die op te lossen hebben we de hulp van iedereen in en rond onze school nodig.

**Helo iii ook een handie???**



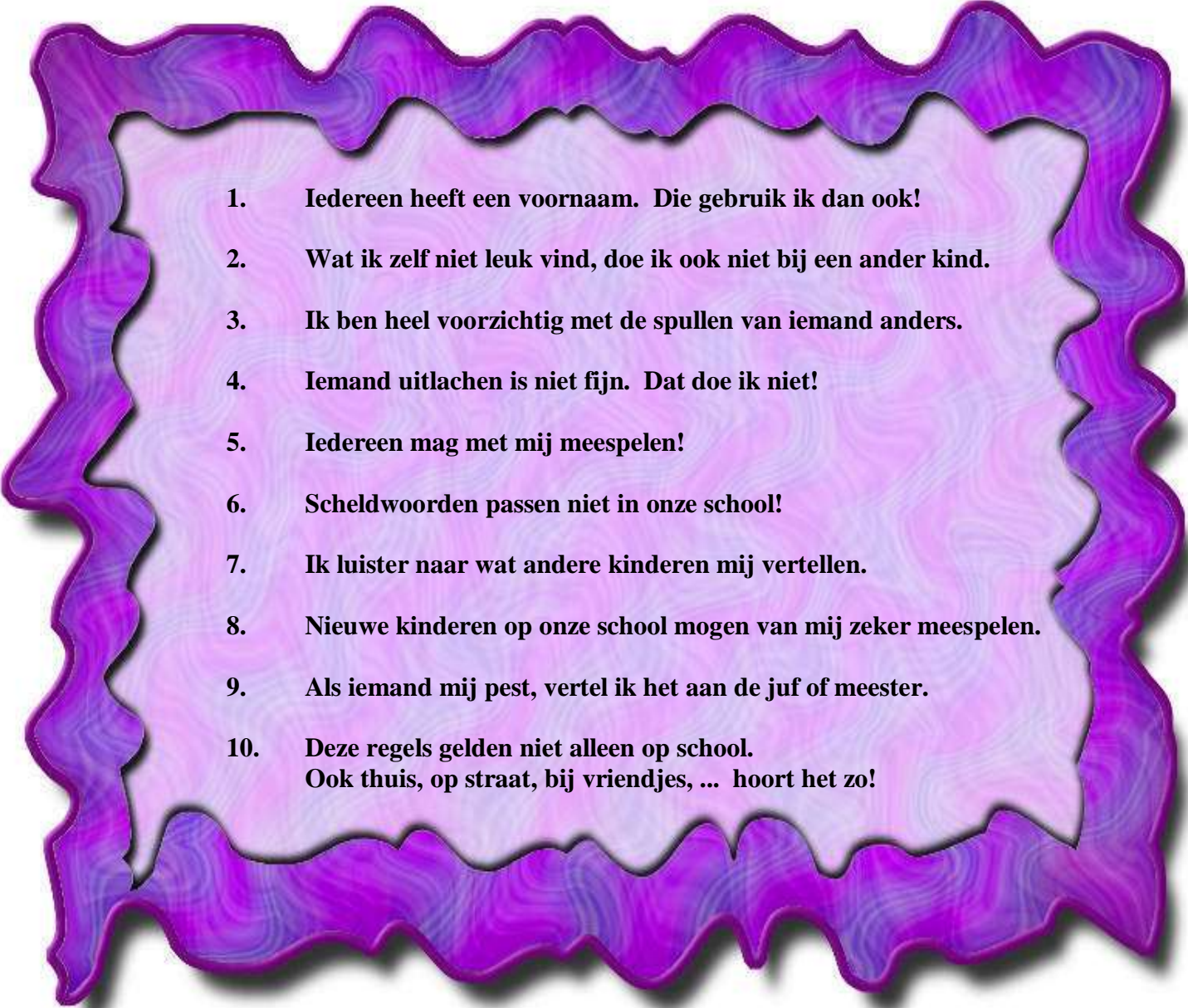
## Het pestprotocol van WIGO

Het onderstaande pestprotocol wordt door alle leerlingen van onze school ondertekend bij het begin van het schooljaar. Uiteraard wordt er vooraf in de klas uitvoerig besproken waarvoor het pestprotocol en elke afspraak staat ...

Het ondertekende protocol krijgt een plaats in de klasomgeving voor de rest van het schooljaar. Ook op de speelplaats hangt een uitvergroet exemplaar ter informatie.

Bij een pest-moment kan er dan telkens verwezen worden naar al de afspraken waarmee de leerlingen akkoord zijn gegaan.

Het opsporen van het pestprobleem wordt zo ook iets gemakkelijker. Kinderen weten dikwijls zelf al bij welke afspraak ze in de fout gegaan zijn.

- 
1. **Iedereen heeft een voornaam. Die gebruik ik dan ook!**
  2. **Wat ik zelf niet leuk vind, doe ik ook niet bij een ander kind.**
  3. **Ik ben heel voorzichtig met de spullen van iemand anders.**
  4. **Iemand uitlachen is niet fijn. Dat doe ik niet!**
  5. **Iedereen mag met mij meespelen!**
  6. **Scheldwoorden passen niet in onze school!**
  7. **Ik luister naar wat andere kinderen mij vertellen.**
  8. **Nieuwe kinderen op onze school mogen van mij zeker meespelen.**
  9. **Als iemand mij pest, vertel ik het aan de juf of meester.**
  10. **Deze regels gelden niet alleen op school. Ook thuis, op straat, bij vriendjes, ... hoort het zo!**

Het is niet mogelijk om in je eentje het pesten te stoppen. Daarom vragen we via deze gedragscode de medewerking van iedereen ... van alle kinderen, van alle ouders en van alle leerkrachten!

## INFORMATIE

- Informeer je goed over het pestbeleid in onze school...via de website, de schoolinfo, tijdens een oudercontact, ...
- Bekijk aandachtig het pestprotocol en de afspraken rond pesten op WIGO.
- Zorg ervoor dat je grondig weet wat onze afspraken rond pesten op WIGO precies inhouden.
- Als je niet helemaal akkoord bent met een afspraak, bespreek dit dan met leerkrachten of directie zodat je een duidelijk en juist beeld van het pestprotocol krijgt.



## COMMUNICATIE



- Neem ook samen met je kind het pestactieplan en de gedragscode voor de leerlingen door.
- Verduidelijk eventueel afspraken waar je kind het moeilijk mee heeft.
- Laat ook blijken dat deze afspraken op de school eigenlijk ook thuis en in de omgeving van je kind gelden.
- Licht uw kind in over het feit dat de school tuchtmaatregelen kan nemen tegen leerlingen die hardnekkig blijven pesten.
- Vertel dat je als ouders achter de beslissingen van de school staat omdat je ook akkoord bent met het pestprotocol.

## ACTIE

- Keur ALTIJD agressie van zowel de pester als het slachtoffer af ... **Zeg dus nooit: "je moet maar terugslaan ..."**
- Merkt u systematisch pestgedrag op school of vertelt uw kind erover, licht dan de leerkracht in.
- Spreek tijdens het oudercontact ook over het welbevinden van uw kind.
- Wees alert voor de signalen van je kind die kunnen wijzen op het feit dat hij/zij gepest wordt:
  - hoofdpijn
  - buikpijn
  - de schoolresultaten die plotseling achteruit gaan
  - niet graag naar school komen
  - zich isoleren van anderen
  - agressief gedrag stellen
  - aanhankelijker zijn
  - niets meer over school vertellen
  - nooit bij andere kinderen gaan spelen of geen kinderen vragen om te komen
  - vaak dingen verliezen of met kapotte spullen thuiskomen
  - blauwe plekken op ongewone plaatsen
  - niet meer willen slapen, veel wakker zijn of nachtmerries hebben
  - de verjaardag niet willen vieren
  - niet meer alleen boodschappen willen doen



- bepaalde kleren absoluut niet meer willen aandoen
  - thuis prikkelbaar, verdrietig of boos zijn
- Wees eveneens alert voor de signalen van je kind die kunnen wijzen op het feit dat hij andere kinderen pest:
- zich omringen met meelopers
  - impulsief gedrag
  - agressief zijn
  - altijd de baas willen zijn
  - dat andere kinderen bang van hem/haar zijn



## TIPS

- Aan een leerkracht vragen om uw kind niet naast een bepaald klasgenootje te zetten, geeft het signaal dat uitsluiten mag. Doe dit dus niet en dring deze vraag ook niet op bij uw kind.
- Ga thuis op een prettige manier met elkaar om ... wie thuis weinig belangstelling krijgt, heeft een grotere kans om een treiteraar te worden.
- Ouders die zelf lijfstraffen uitdelen, lopen het risico dat hun kinderen vlugger geweld gaan gebruiken.
- Praat veel met je kind, geloof en vertrouw hem/haar en geef hem/haar verantwoordelijkheden. Zelfvertrouwen voorkomt frustratie en agressie!
- Thuis bepaalde vaardigheden aan je kind leren is een goede zaak: iets leren vragen, opkomen voor jezelf, je gedacht leren zeggen, zich leren inleven in andere personen, omgaan met gevoelens zoals tegenslag, leren reageren op treiteren, ...
- Maak je kind duidelijk dat wie pesten signaleert, geen klikspaan is. Meelopers zwijgen vaak over pesten.



## EN WAT ALS JE KIND GEPEST WORDT ...

Cooperate!  
It feels great!

- Luister aandachtig naar zijn/haar verhaal en stel vragen! (Waarom pesten ze je? Hoe lang al? Wie pest, waar, wanneer?)
- Stel uw kind gerust. Zeg dat het zo niet verder kan en dat je er samen iets aan gaat doen.
- Verwittig de school. Naast de klasleerkracht zullen ook de directie en de zorgcoördinator graag naar je verhaal luisteren. Zet deze eerste stap nooit zonder toestemming van het kind. Praat erover zodat uw kind gelooft in de aanpak die gaat volgen.
- Beschuldig niet zomaar iedereen in de school ... Het is geen schande voor een school dat er gepest wordt, het is wel een schande wanneer ouders en leerkrachten er niets aan doen!
- Ondersteun uw kind. Gepeste kinderen verliezen hun zelfvertrouwen. Moedig hen daarom extra aan in de dingen waar ze goed in zijn.
- Lees samen met uw kind boeken over pesten. In de bibliotheek helpen ze je graag!





- Oefen ook thuis sociale vaardigheden met uw kind.
- Stimuleer uw kind om een uitlaatklep te zoeken ... een sport, een cursus, een jeugdbeweging, ... iets waar hij/zij goed in is.

### EN WAT ALS JE KIND DE PESTER IS ...

- Ga na wat er precies aan de hand is. Spreek erover met je kind, zijn vrienden, de leerkrachten, ...
- Beschuldig anderen niet ... **zeg nooit "het slachtoffer lokt het uit"**
- Word niet boos en ontken het probleem ook niet.
- Onthoud goed dat pestkoppen zich thuis soms anders gedragen dan op school. Een pestkop slaagt er vaak in om zijn gedrag goed te verbergen voor de ouders.
  - Meld aan de leerkrachten dat u op de hoogte bent van het probleem en dat u bereid bent om mee te werken in de aanpak ervan.
  - Maak je kind gevoelig voor wat het de anderen aandoet. Pestkoppen zijn zich vaak niet bewust van wat ze iemand aandoen.
  - Wijs je kind op de gevolgen van pesterijen zowel voor het slachtoffer als voor de pestkop zelf.
  - Stel duidelijke grenzen en duld niet dat je kind agressief is.
- Vertel hoe belangrijk je het vindt dat je kind leert omgaan met anderen: zich inleven, samenwerken, ... Allemaal vaardigheden die je kan oefenen.
- Via een jeugdbeweging of sportorganisatie kan je kind leren dat vrienden maken ook op een leuke manier kan, zonder te imponeren, zonder stoere taal of agressief gedrag.
- Sport kan ook helpen om vitaliteit of agressie positief aan te wenden. Ook spelregels zijn er natuurlijk om gerespecteerd te worden!



# Leerlingen ...

## INFORMATIE

- Informeer je goed over het pestbeleid in onze school...
- Lees goed het pestprotocol zodat je snapt wat elke afspraak wil zeggen.
- Spreek met de juf of meester over al die afspraken.
- Spreek met je ouders over de afspraken en zeg hen dat je je graag wil inzetten om mee te werken aan een pestvrije WIGO-school!
- Spreek met je vrienden af hoe je kan meewerken aan een pestvrije WIGO-school.



## ACTIE

- Houd je aan de afspraken van het protocol dat je ondertekende.

*Iedereen heeft een voornaam. Die gebruik ik dan ook!  
Wat ik zelf niet leuk vind, doe ik ook niet bij een ander kind.  
Ik ben heel voorzichtig met de spullen van iemand anders.*

*Iemand uitlachen is niet fijn. Dat doe ik niet!*

*Iedereen mag met mij meespelen!*

*Scheldwoorden passen niet in onze school!*

*Ik luister naar wat andere kinderen mij vertellen.*

*Nieuwe kinderen op onze school mogen van mij zeker meespelen.*

*Als iemand mij pest, vertel ik het aan de juf of meester.*

*Deze regels gelden niet alleen op school.*

*Ook thuis, op straat, bij vriendjes, ... hoort het zo!*

- Op de speelplaats speel je eerlijk en houd je je aan de afspraken.
- Tijdens een ruzie zoek je actief mee naar een oplossing.
- Je lacht niet met fouten van anderen.
- Je praat eerlijk tegen juf/meester of ouders over pestgedrag dat je zag of meemaakte.
- Je mag ook al eens alleen spelen of zijn als je daar zin in hebt.



## TIPS

- Als je pestgedrag ziet of hoort, mag je proberen het mee op te lossen.
- Om een situatie te helpen oplossen, kan je vragen stellen als: Wat gebeurt er hier? Waarom? Wie is erbij betrokken? Wat moet er gebeuren?
- Blijf vooral zelf rustig in een pestsituatie. Probeer vooral te luisteren, te bedaren, te troosten of te beschermen.
- Laat duidelijk horen dat jij vindt dat pesten echt niet kan!
- Verwittig de juf of meester als je het probleem niet zelf kan oplossen of als het echt erg is.



## WAT DOE JE ALS JE GEPEST WORDT ...

- Ook al denk je nu even dat het pestgedrag nooit gaat ophouden, JIJ samen met heel wat mensen die je steunen kunnen er iets aan veranderen ... raap al je moed bij elkaar.
- Alle juffen, meesters en ouders luisteren graag naar je!
- Praat er met iemand over (ouders, juf, meester, iemand die je lief vindt, je vrienden, ...)
- Vertel ook het hele verhaal aan je knuffel, je hond, poes, cavia, ...
- Schrijf alles eens op in een dagboek.
- Als je niet graag praat met iemand, kan je ook altijd een briefje afgeven.
- Vraag zeker om hulp nadat je je verhaal gedaan hebt.
- Probeer om het pestgedrag soms ook eens te negeren en ander gezelschap te zoeken. Wie weet laten die pesters je wel meteen met rust?!
- Doe veel dingen die je leuk vindt ... sporten, lezen, tekenen, ...
- Probeer om aan al je klasgenootjes duidelijk te maken dat je het erg vindt dat anderen meedoen met het pesten.
- Luister goed naar de raad van je juf, meester of ouders.
- Geloof in jezelf! Er zijn een heleboel dingen waar jij supergoed in bent!



## WAT DOE JE ALS JE ZELF DE PESTER BENT ...



- Denk eens na hoe je begon te pesten ... Misschien is het pesten begonnen door een dom grapje waar iedereen mee moest lachen en ging jij gewoon nog een stapje verder.
- Denk eens na of je wil stoppen met pesten ... Je weet misschien nog niet hoe je ermee kan stoppen, maar als je tenminste al WIL stoppen, heb je de eerste stap al gezet.
- Heb je al gemerkt dat de kinderen waarmee je "grapjes uithaalt" het echt niet prettig vinden? Hoe heb je dat gemerkt?
- Luister eens goed naar de kinderen die door jou gepest worden.
- Niemand heeft echt schuld aan "pesten", maar jij bent verantwoordelijk voor al wat je doet.
- Niemand lokt pesten uit, ook al denk jij dat nu misschien.

- Niemand heeft het recht om aan iemand anders te komen. Dus jij hebt ook het recht niet om anderen te pesten!
- Denk eens na waarom je pest ...
- Praat met anderen over je "pestprobleem" ...
- Elke peestsituatie MOET hersteld worden ... begin er dus maar snel aan!
- Als je je niet aan de afspraken kan houden, heb je hulp nodig om met jezelf en de anderen te leren omgaan.

#### WAT DOE JE ALS JE AF EN TOE WEL EENS MEEDOET AAN PESTEN ...

- Voor jou is het gemakkelijker om iets aan het probleem te doen dan voor de echte pesters en zondebokken.
- Als jij niet meedoet, staat de pester alleen! En iemand die alleen staat, zal ook geen lol meer hebben in pesten.
- Vertel aan volwassenen dat er andere kinderen gekwetst, geslagen, vernederd worden ... Dit is zeker en vast niet klikken!
- Denk eens goed na waarom je eigenlijk meedoet ...
  - Ben je bang om zelf gepest te worden?
  - Hoop je zo meer vrienden te krijgen?
  - Geloof je dat je "echte" vrienden zal krijgen door anderen te kwetsen?
  - Praat er met iemand over!
  - Zeg heel duidelijk tegen de pester dat hij/zij moet stoppen.



Pesten ...  
er is altijd wat aan te doen!



# Juffen en meesters ...

## INFORMATIE

- Informeer je goed over het pestbeleid op onze school.
- Blijf niet zitten met je vragen ... tijdens personeelsvergaderingen en/of overlegmomenten met het zorgteam kan er uitgebreid naar antwoorden gezocht worden.
- **Pesten mag je nooit negeren ... wie zwijgt, stemt toe!**
- Kies altijd de kant van het slachtoffer! Ook al geeft deze mogelijk aanleiding, dit kan nooit een vrijbrief zijn voor treiteren.
- Geef eenzame kinderen extra aandacht.
- Volg de afspraken i.v.m de speelplaats en pas het speelplaatsreglement consequent toe.
- Praat met je collega's over de aanpak van pesten.

## ACTIE

- De toezichter op de speelplaats, als een peestsituatie zich voordoet ...
  - \* voert onmiddellijk een incidentgesprek om het pesten een halt toe te roepen
  - \* laat het slachtoffer, indien nodig, even tot rust komen in de refter
  - \* zet de pestkoppen aan de kant om de situatie te laten bekoelen
  - \* meldt dit voorval meteen aan de klasleerkracht
- De klasleerkracht ...
  - \* houdt zo snel mogelijk een herstelgesprek met de pestkop en een gesprek met het slachtoffer
  - \* houdt regelmatig een ondersteunend gesprek met het slachtoffer
  - \* houdt regelmatig een kringgesprek in de klas om gevoelens binnen de klas bespreekbaar te stellen
  - \* straft de kinderen die schuldig zijn aan pesten of die dit laten gebeuren
  - \* beloont de kinderen die zich tegen pesten inzetten
  - \* versterkt de positie van de slachtoffers door hen meer aandacht te geven in de klas
  - \* bespreekt de pestkoppen met het ganse schoolteam om zo een plan op te stellen om het probleem op te lossen
  - \* bespreekt de kinderen die bij het pesten betrokken zijn tijdens het MDO
  - \* laat de kinderen twee keer per schooljaar een welbevindingslijst invullen
  - \* voert gepaste interventies uit naar aanleiding van de resultaten van die lijsten
  - \* laat de kinderen twee keer per schooljaar het sociogram invullen
  - \* voert gepaste interventies uit naar aanleiding van de resultaten van het sociogram
  - \* overlegt met de zorgleerkracht of een vertrouwensleerkracht zinvol is voor bepaalde gepeste kinderen en/of pesters
  - \* neemt initiatieven om de sfeer in de klas en het samenhangingsgevoel te bevorderen



- \* maakt de kinderen duidelijk dat het hele schoolteam de pestkoppen extra in de gaten houdt
- De zorgleerkracht ...
  - \* ondersteunt actief alle genomen maatregelen
  - \* zoekt samen met de klasleerkracht naar een oplossing
  - \* treedt op als vertrouwensleerkracht voor de kinderen
  - \* houdt op vraag van de klasleerkracht herstel- en ondersteunende gesprekken met pestslachtoffers
  - \* voert op vraag van de klasleerkracht gesprekken met pestkoppen waarin deze de situatie kunnen uitleggen
  - \* zet alle omstandigheden en feiten op een rijtje en brengt advies uit, zowel naar de klasleerkracht als naar de directie toe
- De directie ...
  - \* ondersteunt de genomen beslissingen
  - \* ondersteunt actief alle genomen maatregelen
  - \* treedt op als vertrouwensleerkracht voor de kinderen
  - \* houdt op vraag van de klasleerkracht herstel- en ondersteunende gesprekken met pestslachtoffers
  - \* voert op vraag van de klasleerkracht gesprekken met pestkoppen waarin deze de situatie kunnen uitleggen
  - \* voert in ernstige gevallen gesprekken met de pestkoppen
  - \* beslist over de aard en de grootte van de sanctie voor pesters
- Het zorgteam (GOK- en zorgleerkrachten, directie, een leerkracht uit elk leerjaar)...
  - \* komt regelmatig samen om o.a. het schoolklimaat te bespreken
  - \* doet voorstellen om pestgedrag te voorkomen
  - \* doet voorstellen om het welbevinden van leerlingen te verhogen
  - \* spoort gevallen van structureel pesten op en bespreekt ze



**Pesten ... niet, nooit, nergens, niemand ...**



Pesten, pesten, pesten,  
Is het dan nooit gedaan?  
Pesten, pesten, pesten,  
Wat hebben ze eraan?  
Al die stomme pesters  
Zij vinden zich zo cool  
Al dat stomme pesten  
Wat heeft het voor doel?  
Zij die worden gepest,  
Laten soms een traan  
Zij die anderen pesten,  
Wens ik naar de maan;  
Een wereld zonder pesten,  
Zal dat ooit bestaan?  
Als we er samen aan gaan werken,  
Krijgen we het wel gedaan!



