



Pest Actie Plan

Samen Sterker tegen pesten...



Via het opvoedingsproject van de school werken we aan een positief opvoedingsklimaat

Onze school als 'veilige plek' om te groeien...

Ik droom, ik verlang...

Hiermee breng ik heel wat op gang!

Ik luister, ik voel...

Beweeg in de richting van mijn doel.

Ik leer, ik groei...

Versterk waar ik van bloei.

Ik ontdek, ik kan...

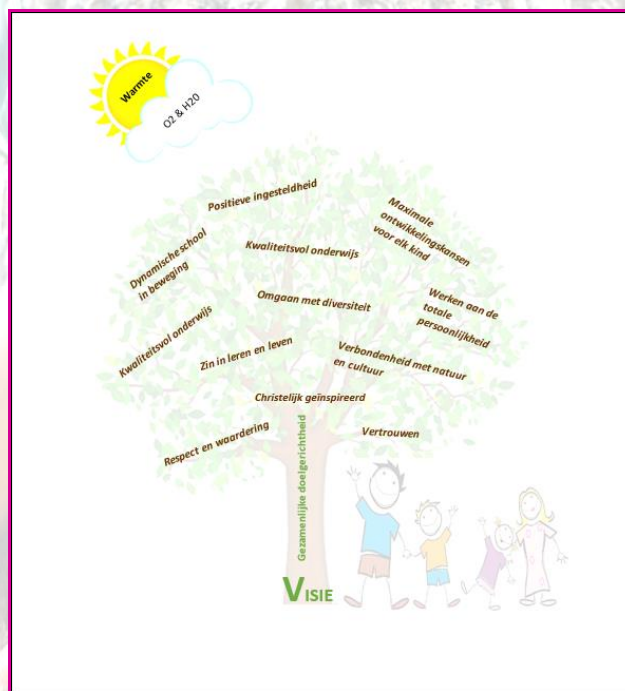
Ik ga voluit voor mijn plan!

Ik ben uniek en ik straal...

Zo schrijf ik mijn eigen verhaal.



Onze visie: schematisch

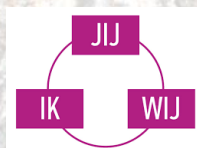


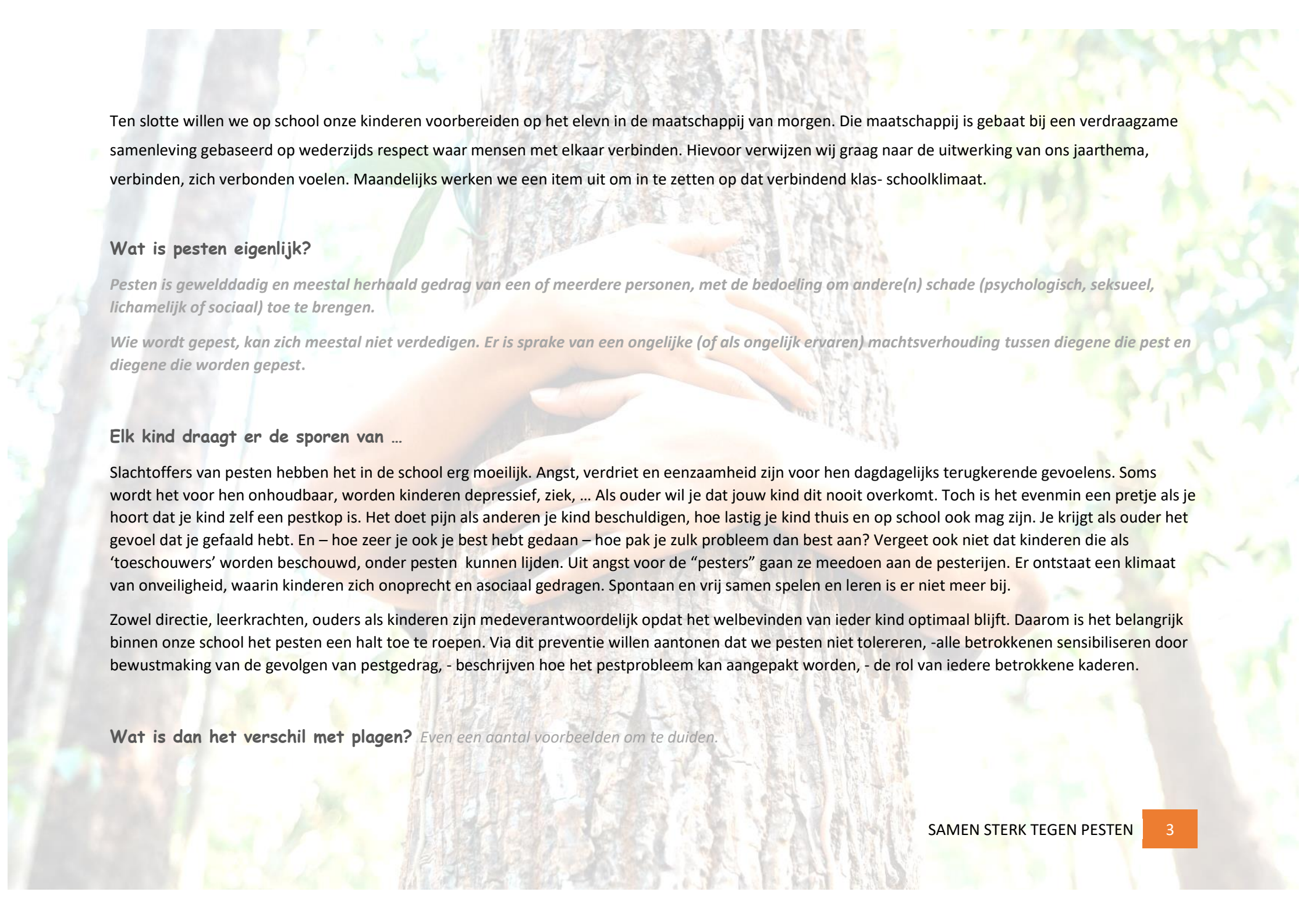
Het pedagogisch project van onze school is geïnspireerd op de **visie** van de **katholieke dialogeschool**. Hierbij geloven wij als school in de **groei- en ontwikkelkracht van ELK KIND met ZIJN/ HAAR mogelijkheden en talenten**.

Welbevinden en betrokkenheid: de sleutel naar leren.

Het schoolteam heeft aandacht voor een **veilig klasklimaat** via een **open en ontspannen sfeer** waar **iedereen zichzelf kan en mag zijn**.

Het schoolteam investeert in **kwalitatieve relaties** gedragen door **vertrouwen en wederzijds respect**.





Ten slotte willen we op school onze kinderen voorbereiden op het leven in de maatschappij van morgen. Die maatschappij is gebaat bij een verdraagzame samenleving gebaseerd op wederzijds respect waar mensen met elkaar verbinden. Hievoor verwijzen wij graag naar de uitwerking van ons jaarthema, verbinden, zich verbonden voelen. Maandelijks werken we een item uit om in te zetten op dat verbindend klas- schoolklimaat.

Wat is pesten eigenlijk?

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

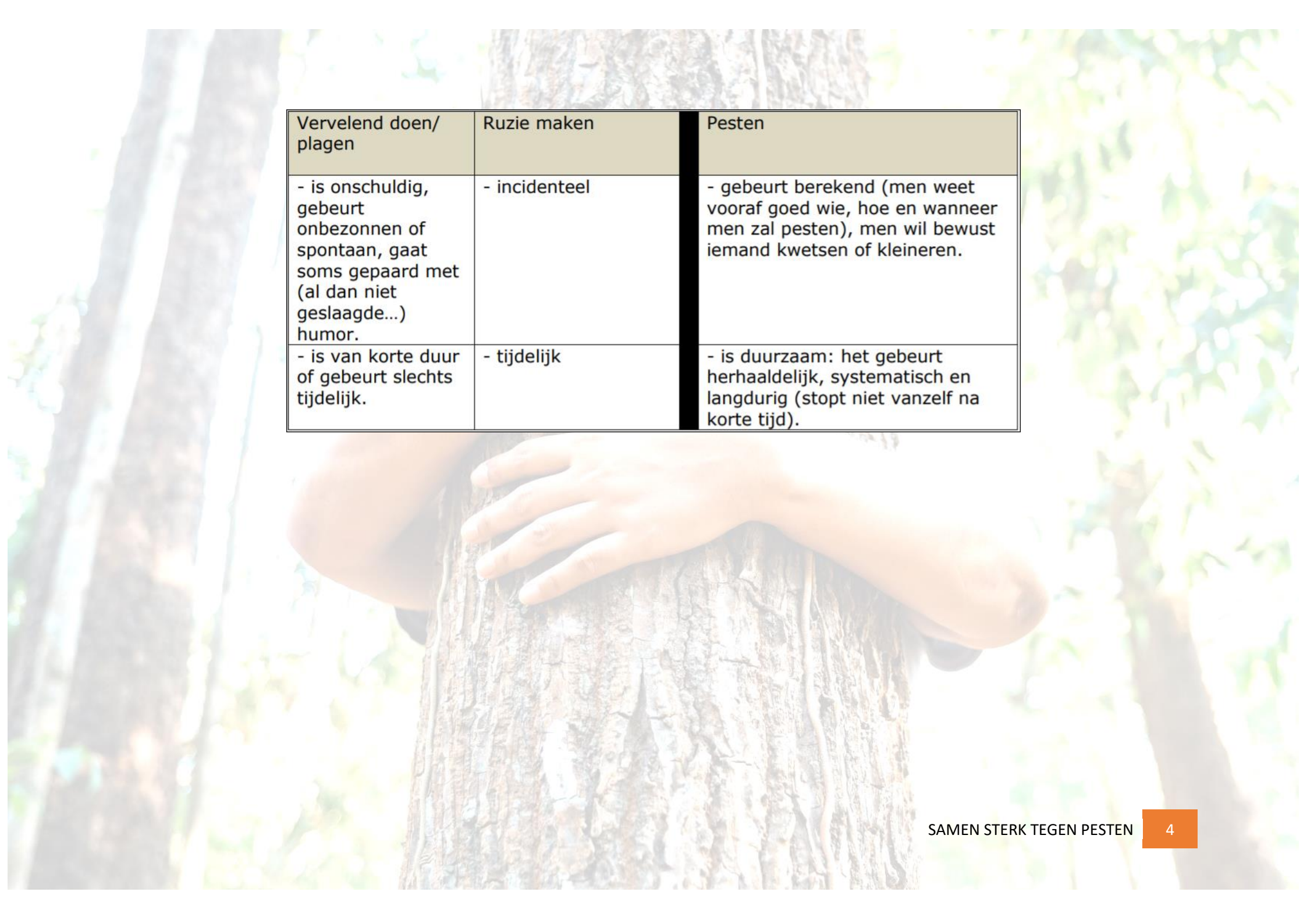
Wie wordt gepest, kan zich meestal niet verdedigen. Er is sprake van een ongelijke (of als ongelijk ervaren) machtsverhouding tussen diegene die pest en diegene die worden gepest.

Elk kind draagt er de sporen van ...

Slachtoffers van pesten hebben het in de school erg moeilijk. Angst, verdriet en eenzaamheid zijn voor hen dagdagelijks terugkerende gevoelens. Soms wordt het voor hen onhoudbaar, worden kinderen depressief, ziek, ... Als ouder wil je dat jouw kind dit nooit overkomt. Toch is het evenmin een pretje als je hoort dat je kind zelf een pestkop is. Het doet pijn als anderen je kind beschuldigen, hoe lastig je kind thuis en op school ook mag zijn. Je krijgt als ouder het gevoel dat je gefaald hebt. En – hoe zeer je ook je best hebt gedaan – hoe pak je zulk probleem dan best aan? Vergeet ook niet dat kinderen die als ‘toeschouwers’ worden beschouwd, onder pesten kunnen lijden. Uit angst voor de “pesters” gaan ze meedoen aan de pesterijen. Er ontstaat een klimaat van onveiligheid, waarin kinderen zich onoprecht en asociaal gedragen. Spontaan en vrij samen spelen en leren is er niet meer bij.

Zowel directie, leerkrachten, ouders als kinderen zijn medeverantwoordelijk opdat het welbevinden van ieder kind optimaal blijft. Daarom is het belangrijk binnen onze school het pesten een halt toe te roepen. Via dit preventie willen aantonen dat we pesten niet tolereren, -alle betrokkenen sensibiliseren door bewustmaking van de gevolgen van pestgedrag, - beschrijven hoe het pestprobleem kan aangepakt worden, - de rol van iedere betrokkene kaderen.

Wat is dan het verschil met plagen? *Even een aantal voorbeelden om te duiden.*



Vervelend doen/ plagen	Ruzie maken	Pesten
- is onschuldig, gebeurt onbezonnen of spontaan, gaat soms gepaard met (al dan niet geslaagde...) humor.	- incidenteel	- gebeurt berekend (men weet vooraf goed wie, hoe en wanneer men zal pesten), men wil bewust iemand kwetsen of kleineren.
- is van korte duur of gebeurt slechts tijdelijk.	- tijdelijk	- is duurzaam: het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig (stopt niet vanzelf na korte tijd).

- speelt zich af tussen gelijken ('twee honden die vechten om hetzelfde been').	- gelijke machtsverhouding	- ongelijke strijd: 'de pester ligt altijd boven' (de onmachtgevoelens van het slachtoffer staan tegenover het almachtgevoel van de pester).
- is meestal te verdragen of zelfs plezant, maar kan evenzeer kwetsend of agressief zijn.	- beide partijen zijn negatief	- de pester heeft geen positieve bedoelingen, wil pijn doen, vernielen of kwetsen.
- meestal één tegen één	- tweerichtings-verkeer	- meestal een groep (pester, meelopers, supporters) tegenover één geïsoleerd slachtoffer.
- wie welk kind plaagt, ligt niet vast; de tegenpartijen wisselen keer op keer.	- meestal wisselend	- neiging tot vaste structuur: pesters zijn meestal dezelfde, net zoals de slachtoffers (al gebeurt het dat zij door omstandigheden wisselen).

Gevolgen		
- 'schaafwonde' of korte draaglijke pijn (hoort bij het spel); wordt soms ook als prettig ervaren (plagen is kusjes vragen).	- hoort bij vriendschap...	- indien niet tijdig wordt ingegrepen, kunnen de gevolgen (zowel lichamelijk als geestelijk) heel pijnlijk en ingewikkeld zijn en ook heel lang aanslepen.
- de vroegere relaties worden weer vlug 'in orde' gebracht.	- de ruzie of het geschil wordt gemakkelijk bijgelegd	- het is niet gemakkelijk om tot betere relaties te komen; het herstel verloopt moeizaam en moet worden begeleid.
- men blijft opgenomen in de groep.	- men blijft opgenomen in de groep.	- isolement en grote eenzaamheid bij het gekwetste kind; aan de basisbehoefte om 'bij de groep te horen' wordt niet voldaan.
- de groep lijdt er niet echt onder; ze vindt vlug haar vroegere draai.	- de groep lijdt er niet echt onder; ze vindt vlug haar vroegere draai.	- de groep lijdt onder een dreigend en onveilig klimaat.

Ruzie maken mag?

Pesten is dus berekend iemand pijn willen doen, iets vernielen of iemand laten denken dat hij waardeloos is. En dat gebeurt telkens opnieuw! De pestkoppen zijn meestal dezelfde, de slachtoffers ook. **Ruzie maken mag... hoe raar dit ook klinkt. Het helpt kinderen om sociale vaardigheden te ontwikkelen.** Hoe ga je om met agressie, hoe onderhandel je, wanneer ga je te ver? Terwijl ze ruzie maken, zoeken ze immers hun **positie** in de **samenleving**. **Kinderen worden sterker als ze het zelf kunnen oplossen.** Er moet dus een zone blijven, waarbinnen ze kunnen plagen en ruzie maken.

Hoe kunnen we pesten voorkomen?

Wat kan je al ouder doen?



- **Creëer thuis een Veilige omgeving**

Geef vooral het kind dat gepest wordt niet de schuld. Pesten (en andere vormen van geweld) zijn ONAANVAARDBAAR , in ALLE gevallen en onder eender welke vorm. Pesten kan NOOIT gerechtvaardigd worden. Niemand verdient het om gepest te worden. Kinderen die pesten zijn zelf verantwoordelijk voor hun gedrag.

- **Probeer beschuldigen en verwijten te vermijden**

Beschuldigingen en verwijten versterken de geheimhouding rond pesten. Zo wordt het negatief gedrag in stand gehouden. Bekijk het pesten eerder als een leerkans om hiermee om te gaan.

A background image showing a child's hand gently touching the bark of a tree trunk. The scene is outdoors with sunlight filtering through the leaves, creating a soft, natural atmosphere.

Een kind zal een volwassene sneller benaderen met een probleem als het er zeker van is dat de volwassene:

- aandachtig luistert en de zorgen en gedachten ernstig neemt;
- het kind de kans geeft om zijn gedachten te uiten en te bespreken;
- niet overhaast in actie komt om diegene die pest te beschuldigen en te straffen;
- niet de schuld geeft aan diegene die gepest wordt;
- geen ontgoocheling toont omdat het kind het pesten niet heeft gestopt;
- tijd maakt voor een strategie waarbij het kind zelf betrokken wordt;
- er voor het kind is en de situatie van dichtbij mee opvolgt;
- waardering heeft voor hoe het kind nadenkt, leert, groeit en verandert.

▪ **Maak veilig melden mogelijk**

Toon zeker erkenning en waardering als kinderen het pestprobleem aankaarten! Zorg voor een veilige omgeving en hou rekening met de wensen van het kind. Doorbreek het stilzwijgen rond pesten en allerlei vormen van agressie.

Het kan nodig zijn om anderen te betrekken en steun te zoeken bij de leerkracht, zorgleerkracht, directie van de school (ook al vraagt je kind om dit niet te doen). Probeer dit op een respectvolle manier te doen en hou rekening met de inbreng van het kind bij je aanpak.

Wat kan je als ouder doen?

- Breng je kind vooraf op de hoogte wanneer het nodig is om hulp in te roepen;
- Betrek het kind in wie je aanspreekt of raadpleegt;
- Laat je kind bepalen wanneer je naar anderen toestapt;
- Nodig je kind uit om erbij te zijn wanneer je hulp inroept.

▪ **Verduidelijk het verschil tussen klikken en melden**

KLIKKEN

Dingen over iemand vertellen om die persoon in moeilijkheden te brengen

MELDEN

Hulp zoeken wanneer jij of iemand die je kent gekwetst wordt of zich onveilig voelt

▪ Stimuleer een weerbare houding

Kinderen die zich weerbaar opstellen ontkennen het probleem niet. Ze pakken het probleem aan op een realistische en positieve wijze.

Zelfvertrouwen= de basis voor weerbaarheid.

Zorg dat de aanpak steeds gepaard gaat meer de boodschap dat pesten NIET kan .

Iedereen heeft evenveel rechten.

Enkele voorbeelden van weerbare reacties

- een lichaamstaal die eigenwaarde toont: oogcontact, stevige houding;
- een klare, goed verstaanbare stem;
- uitspraken die duidelijk maken dat iedereen recht heeft om veilig en aanvaard te zijn.

Wat kunnen ouders doen?

- Neem tijd om samen te oefenen;
- Vertel je kind dat het moedig is om pesten te voorkomen en/of te stoppen



▪ Omgaan met kinderen die gepest worden

Het belang van ondersteuning thuis

Een positieve thuissfeer helpt kinderen om minder last te hebben van de negatieve gevolgen van pesten. Door een warme thuissituatie zien kinderen zichzelf positiever, wat hen minder kwetsbaar maakt voor pesten of meedoen aan anti- sociaal gedrag.

Wat kunnen ouders doen?

Probeer open te staan voor een gesprek

Probeer praktische info en vaardigheden aan te reiken

Oefen samen om problemen aan te pakken, geloof en ondersteun je kind dit versterkt hun zelfvertrouwen



▪ Zelfvertrouwen opbouwen

In peestsituaties is zelfvertrouwen erg belangrijk omdat pesten met macht te maken heeft: macht over anderen, machtsverlies, machtsonevenwichten en misbruik van macht.

Kinderen die goed in hun vel zitten, hebben niet de behoefte om zich machtiger of beter te voelen dan anderen. Ze hebben basisvertrouwen dat wellicht overleefd zal blijven.

Wat kunnen ouders doen?

- Luister heel aandachtig als je kind je aanspreekt en neem zijn ervaring en gevoelens ernstig. Laat je kind voelen dat het echt gehoord wordt.
- Leg de nadruk op wat je kind kan doen in plaats van op wat het niet kan (of wat het zou moeten doen of niet mogen doen).
- Erken en ontwikkel de talenten, vaardigheden en mogelijkheden van je kind.
- Geloof in de kracht van wederzijdse ondersteuning door leeftijdsgenoten (peer support) en moedig je kind aan om voor anderen op te komen.
- Zorg voor een gezinssfeer waar het belangrijk is om vriendelijk met elkaar om te gaan.
- Bespreek rechten en verantwoordelijkheden van iedereen.
- Geef je kind zo vaak als mogelijk de kans om beslissingen en verantwoordelijkheid op te nemen en te delen.

- Leer je kind met ruzies om te gaan.
- Maak duidelijk aan je kind dat je hem/haar onvoorwaardelijk graag ziet, ook al gedraagt je kind zich niet perfect.
- Zorg voor een goed contact en samenwerking met de volwassenen rond je kind: leerkrachten, directie, andere volwassenen, ...

▪ In 9 stappen reageren als je kind gepest wordt

STAP 1

LUISTEREN VANUIT DE EIGEN STERKTE VAN JE KIND

Wat kunnen ouders doen?

- Neem voldoende tijd en kies een vertrouwde rustige plaats.
- Probeer kalm en aanwezig te blijven. Regelmatig en diep ademen kan helpen.
- Geloof je kind. Als het verhaal bijvoorbeeld niet helemaal lijkt te kloppen, vertrouw er dan op dat het later nog wel duidelijk wordt.
- Erken en waardeer de moed die je kind nodig had om het probleem met jou te bespreken. Zeg bijvoorbeeld: "Het kan niet gemakkelijk geweest zijn voor jou om in een probleem als dit hulp te zoeken. Ik ben echt blij dat je me erover aansprak. Dat is heel dapper van je". Vergeet niet dat je kind verlegen kan zijn omdat het gepest wordt. We hebben nog altijd de neiging om slachtoffers mee de schuld te geven. Het is dus niet zo vreemd dat kinderen er soms ook zo over denken.
- Laat weten dat je de ernst van de situatie ziet. Benoem de situatie als een peestsituatie en zeg dat het onaanvaardbaar is.

The background of the entire page is a soft-focus photograph of a child's hands. One hand is resting on a tree trunk, while the other is reaching out towards the right. The scene is outdoors with sunlight filtering through the leaves, creating a warm and natural atmosphere.

STAP 2

MAAK DUIDELIJK WAT JE ROL IS EN WAT DE BEPERKINGEN ZIJN

Als je kind je in vertrouwen neemt, vraag dan zeker wat het van jou verwacht. Vraag bijvoorbeeld: *“Kun je zeggen wat je van mij verwacht?”* of *“Hoe zou je willen dat ik je help?”*

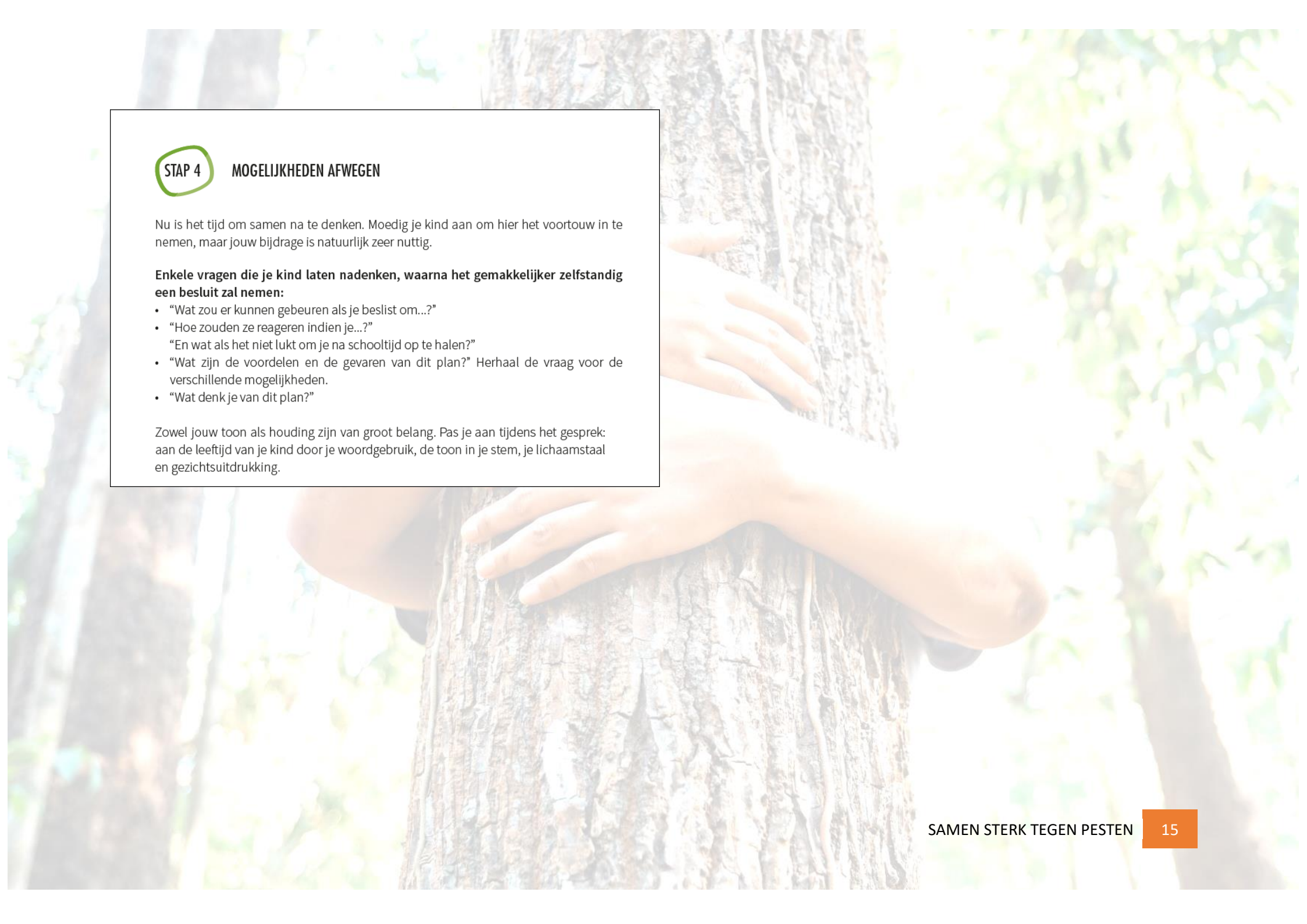
Misschien is je kind alleen maar op zoek naar iemand om tegen te praten, of om zijn angsten te kunnen benoemen. Oudere kinderen zijn dikwijls op zoek naar iemand die wil luisteren en niet meer dan dat. Of misschien hopen ze dat je hen kan beschermen en het pesten kan stoppen zonder je tot de persoon te richten die pest. Geef je beperkingen aan.

STAP 3

BRAINSTORMEN OVER EEN MOGELIJKE AANPAK

Brainstormen is een open manier om ideeën te verzamelen. Alle voorstellen zijn goed. Ze worden niet beoordeeld maar gewoon allemaal opgeschreven. Je kan voorzichtig zelf een voorstel doen om een aanzet te geven, maar het is beter om te wachten tot je kind zelf met ideeën komt. Zo benut je de eigen sterkte van je kind om het pestprobleem aan te pakken.

Op korte termijn kan het gemakkelijker lijken om als ouder zelf oplossingen te bedenken. Maar op langere termijn heeft dat weinig effect. Door kinderen mee te laten beslissen, erken je hun mogelijkheden om met moeilijkheden om te gaan. Om iets te veranderen aan het machtsonevenwicht dat bij pesten zo'n grote rol speelt, is het van belang om kinderen zo veel mogelijk een stem te geven. Zo voelen ze dat ze zelf impact hebben en voelen ze zich minder machteloos. Daarnaast zullen ze ook gemakkelijker een plan naleven als ze het mee opgesteld hebben.



STAP 4

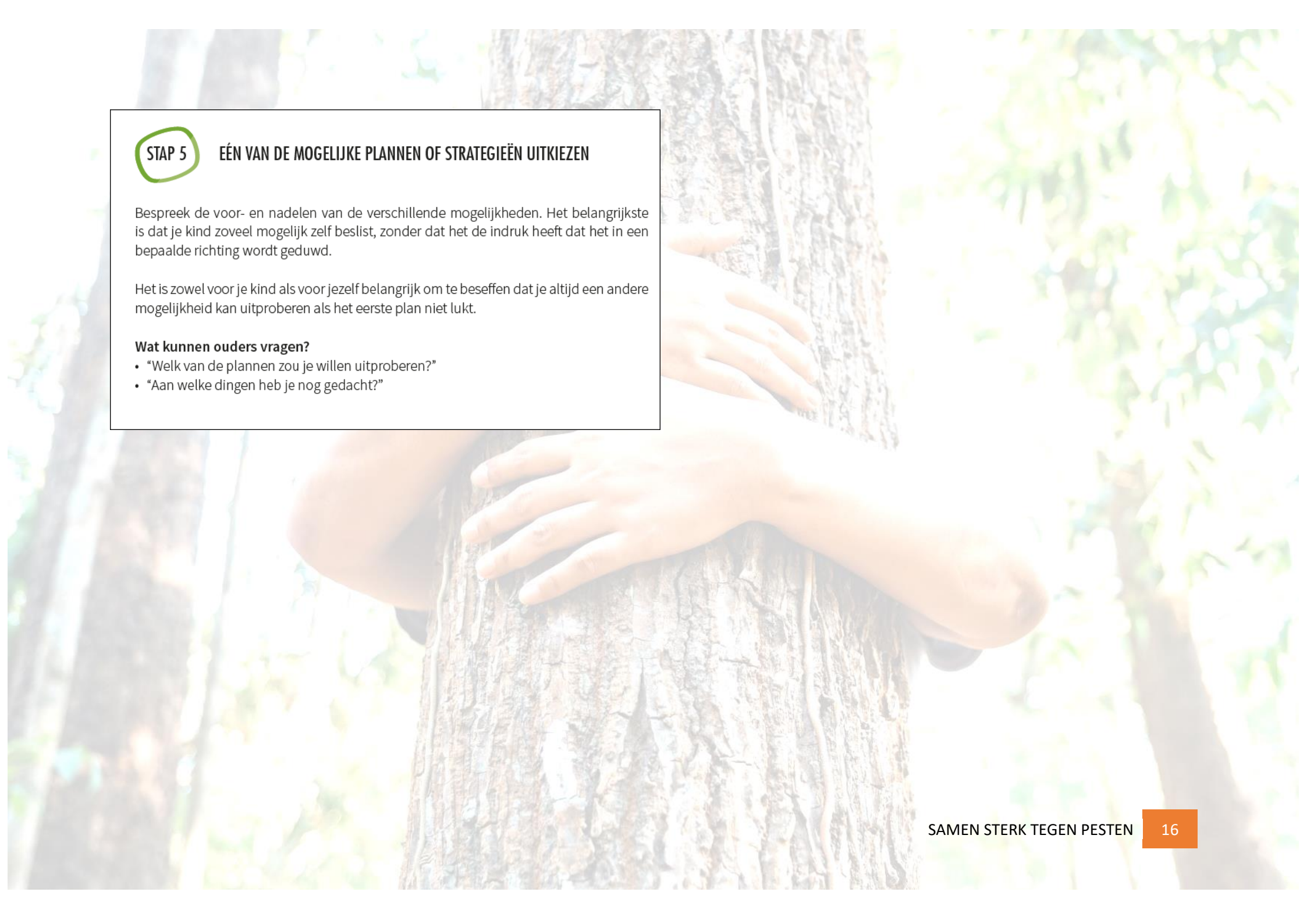
MOGELIJKHEDEN AFWEGEN

Nu is het tijd om samen na te denken. Moedig je kind aan om hier het voortouw in te nemen, maar jouw bijdrage is natuurlijk zeer nuttig.

Enkele vragen die je kind laten nadenken, waarna het gemakkelijker zelfstandig een besluit zal nemen:

- “Wat zou er kunnen gebeuren als je beslist om...?”
- “Hoe zouden ze reageren indien je...?”
“En wat als het niet lukt om je na schooltijd op te halen?”
- “Wat zijn de voordelen en de gevaren van dit plan?” Herhaal de vraag voor de verschillende mogelijkheden.
- “Wat denk je van dit plan?”

Zowel jouw toon als houding zijn van groot belang. Pas je aan tijdens het gesprek: aan de leeftijd van je kind door je woordgebruik, de toon in je stem, je lichaamstaal en gezichtsuitdrukking.



STAP 5

EÉN VAN DE MOGELIJKE PLANNEN OF STRATEGIEËN UITKIEZEN

Bespreek de voor- en nadelen van de verschillende mogelijkheden. Het belangrijkste is dat je kind zoveel mogelijk zelf beslist, zonder dat het de indruk heeft dat het in een bepaalde richting wordt geduwd.

Het is zowel voor je kind als voor jezelf belangrijk om te beseffen dat je altijd een andere mogelijkheid kan uitproberen als het eerste plan niet lukt.

Wat kunnen ouders vragen?

- “Welk van de plannen zou je willen uitproberen?”
- “Aan welke dingen heb je nog gedacht?”

The background of the page is a soft-focus photograph of a child's hands reaching out to touch the rough bark of a tree trunk in a sunlit forest. The child's hands are positioned in the center-right of the frame, with fingers gently touching the tree. The tree trunk is vertical and textured, with sunlight filtering through the leaves in the background, creating a warm, dappled light effect.

STAP 6

EEN PLAN UITWERKEN

Help je kind om zo concreet mogelijk het plan uit te werken. Stel bijvoorbeeld volgende vragen:

- “Wanneer is volgens jou het beste tijdstip om het te proberen?”
- “Hoe kan ik je helpen om dat uit te zoeken?”

Wat kunnen ouders doen?

- Betrek je kind zodat het zich gehoord, gewaardeerd, veilig en aanvaard voelt.
- Moedig je kind aan om binnen zijn mogelijkheden zo veel mogelijk zelf keuzes te maken, plannen te bedenken en beslissingen te nemen.
- Help je kind om uit te maken of het plan tot de passieve, de agressieve of de weerbare soort behoort (zie onderdeel 2.2). Help je kind om een lijst op te stellen van zelfzekere, weerbare uitspraken en oefen die samen in, als je kind gekozen heeft om zich weerbaar op te stellen. Als je kind dit samen met een vriend wil doen, stel je eventueel voor om samen te oefenen als de ouders van het andere kind daarmee akkoord gaan.

The background of the page is a photograph of a person's hands resting on a tree trunk. The hands are positioned one above the other, with fingers spread, resting on the rough bark of a tree. The background is a soft-focus view of a forest with sunlight filtering through the leaves.

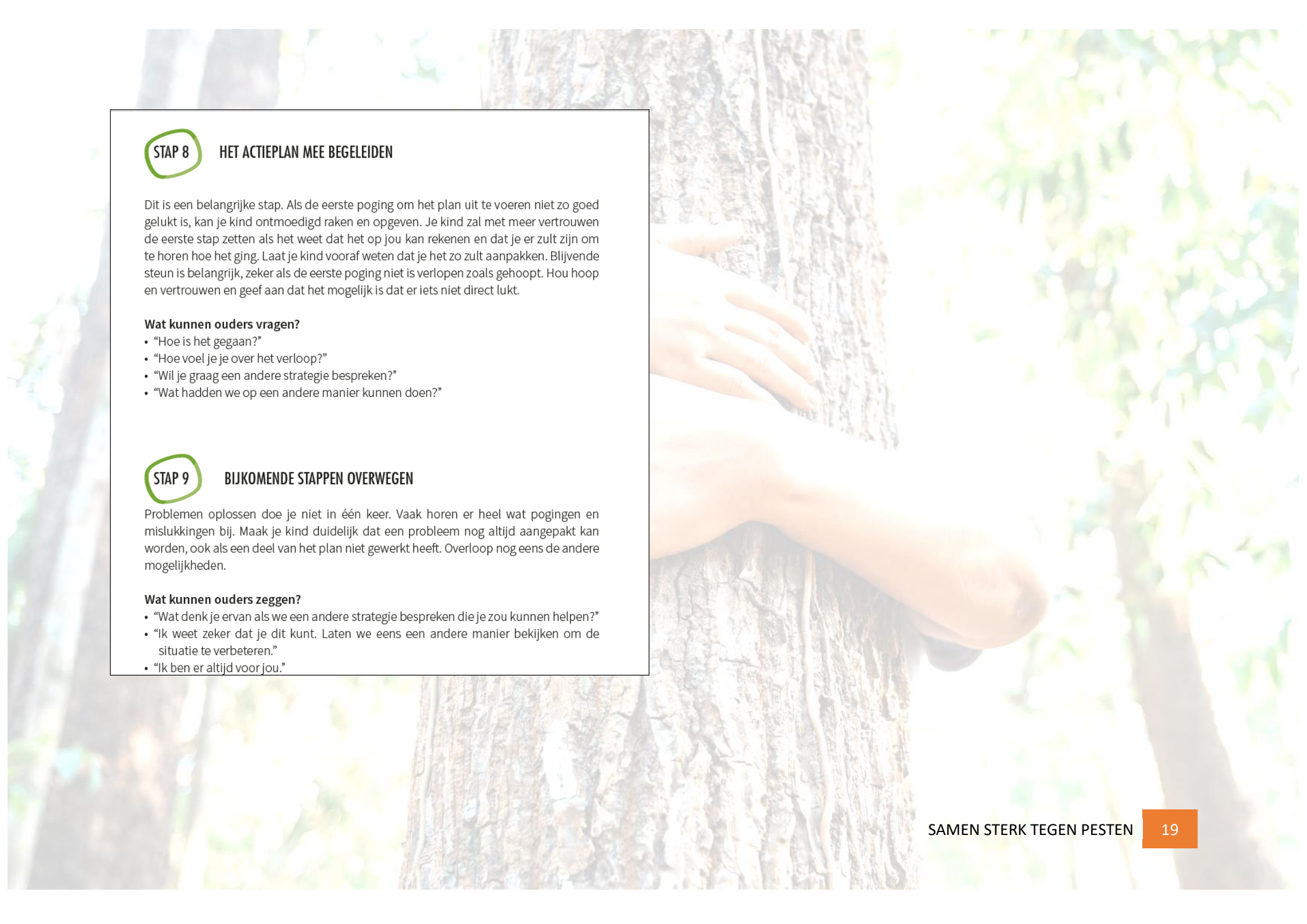
STAP 7

HET ACTIEPLAN UITVOEREN

Zorg voor de nodige ondersteuning als je kind de volgende stap gaat zetten. Het kan een onderdeel zijn van het actieplan om jouw hulp of die van een vriend of iemand anders te vragen.

Wat kunnen ouders zeggen om hun kind te ondersteunen?

- “Bedankt dat je me hierover aanspreekt. Laten we eens kijken hoe je plan in zijn werk gaat.”
- “Wat is voor jou een goed tijdstip om nog eens iets te laten weten? Later? Morgen?”

A background image showing a person's hands gently touching a tree trunk in a forest. The hands are positioned one above the other, with fingers spread, against the rough bark of the tree. The background is a soft-focus view of green foliage and sunlight filtering through the trees.

STAP 8

HET ACTIEPLAN MEE BEGELEIDEN

Dit is een belangrijke stap. Als de eerste poging om het plan uit te voeren niet zo goed gelukt is, kan je kind ontmoedigd raken en opgeven. Je kind zal met meer vertrouwen de eerste stap zetten als het weet dat het op jou kan rekenen en dat je er zult zijn om te horen hoe het ging. Laat je kind vooraf weten dat je het zo zult aanpakken. Blijvende steun is belangrijk, zeker als de eerste poging niet is verlopen zoals gehoopt. Hou hoop en vertrouwen en geef aan dat het mogelijk is dat er iets niet direct lukt.

Wat kunnen ouders vragen?

- “Hoe is het gegaan?”
- “Hoe voel je je over het verloop?”
- “Wil je graag een andere strategie bespreken?”
- “Wat hadden we op een andere manier kunnen doen?”

STAP 9

BIJKOMENDE STAPPEN OVERWEGEN

Problemen oplossen doe je niet in één keer. Vaak horen er heel wat pogingen en mislukkingen bij. Maak je kind duidelijk dat een probleem nog altijd aangepakt kan worden, ook als een deel van het plan niet gewerkt heeft. Overloop nog eens de andere mogelijkheden.

Wat kunnen ouders zeggen?

- “Wat denk je ervan als we een andere strategie bespreken die je zou kunnen helpen?”
- “Ik weet zeker dat je dit kunt. Laten we eens een andere manier bekijken om de situatie te verbeteren.”
- “Ik ben er altijd voor jou.”

▪ **Omgaan met kinderen die omstaander zijn ...**

Medestanders kunnen echt iets aan pesten doen, als ze:

- hun steun uitspreken voor de persoon die gepest wordt: “Ik vind die sweater van jou wel leuk!” of “Je zei daarnet iets interessants...”.
- weigeren mee te lachen en toe te kijken hoe iemand gepest wordt;
- de hulp invoeren van vrienden en volwassenen.

Wat kunnen ouders doen?

- Luister heel aandachtig naar je kind en moedig het aan om gevoelens en ervaringen te delen.
- Moedig je kind aan om manieren te vinden om het kind te helpen dat gepest wordt. Ondersteun je kind daar in.
- Moedig je kind aan om met jouw steun een actieplan uit te werken.
- Erken, bevestig en versterk de moedige stap van je kind dat ervoor koos om een medestander te worden. Neem bezorgdheid ernstig. Volwassenen hebben vaak vooral oog voor situaties waarin fysiek gevaar bestaat. Uitsluiting doet echter ook veel pijn en maakt bang.
- Garandeer je kind dat jij hem/haar altijd zal steunen.
- Wees je bewust van de kracht van je eigen houding tegenover je kind en anderen.
- Reageer zelf tegen elke vorm van onvriendelijkheid waarmee je te maken krijgt.



▪ Omgaan met cyberpesten

Cyberpesten is een vorm van pesten. Alle aanbevelingen om te reageren op het pesten gelden ook voor cyberpesten

Kinderen groeien op met sociale media. Voor ouders niet altijd gemakkelijk om de nieuwste trends te volgen. Toch is het belangrijk samen met je kind de voor- en nadelen te bespreken.

Wat kunnen ouders doen?

- Maak duidelijke afspraken over het gebruik van gsm, computer en internet;
- Benadruk dat je enkel informatie verspreidt via digitale communicatieplatformen, die je ook in het echte leven deelt.

Er zijn enkele specifieke acties die je kan ondernemen als je kind gecyberpest wordt.

Raad je kind aan om:

- Niet te reageren op haatmails, haatfoto's en -filmpjes;
- De afzender te blokkeren;
- Eventueel een nieuw profiel of e-mailadres aan te maken;
- Bewijsmateriaal bij te houden (bv. screenshots nemen);
- Hulp te zoeken bij:
 - Awel
 - CLB chat
 - Clicksafe (hulplijn van childfocus);
- Overleg eerst met je kind vooraleer je als ouder iets doet;
- Breng de school of het CLB op de hoogte.

Zelfs als het cyberpesten buiten de schooluren plaatsvindt, kan het kind dat cyberpest in dezelfde klas of school zitten. De school kan dan samen met de ouders, zijn verantwoordelijkheid opnemen.

▪ Op stap naar school

Contact opnemen met de school

Het is een goed idee om hulp te zoeken bij het schoolteam bij pestsituaties.

Een gesprek aanvragen is dan ook de eerste stap. Als schoolteam staan we open om hierover in gesprek te gaan.

Hoe kan je je als ouders voorbereiden op het gesprek?

Vind je in de situatie kernelementen van pesten? Of gaat het over een conflict?

Heb je jouw kind betrokken in de beslissing over hoe het verder moet?

Wil je kind deelnemen aan het gesprek op school?

Is de school reeds op de hoogte van het probleem?

Gezonde communicatie verhoogt de slaagkansen van het gesprek.



▪ Hoe werkt onze school rond preventie, pesten en pestbeleid?

→ Via het gezondheidsbeleid geeft de school kwaliteitsvolle invulling van de eindtermen met betrekking tot gezondheid.

Via haar zorgbeleid, leerlingenbegeleiding, vademecum voor zorgbreed en kansrijk onderwijs, regeling rond welzijnsbeleid, veiligheid en infrastructuur zet de school in op kwaliteitsvol gezondheidsbeleid (fysisch en psychisch welbevinden).



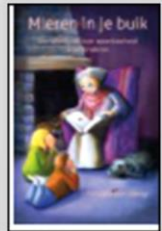
→ Inzetten op een verbindend schoolklimaat

Een warm klimaat op school kan niet zonder de zorg voor de fysieke en sociale veiligheid van leerlingen en personeel. Onze school wil inzetten op een verbindend klimaat tegen pesten en daarbij inzetten op zorg en steun van alle betrokkenen.

Verbinden en zich verbonden voelen via de uitwerking van jaar- en maandthema's.

Inzetten op preventie en welbevinden

Wat?	Wie?	Opvolging
Maandthema's rond verbinden	Op klas- en schoolniveau	
Screening welbevinden 3X per schooljaar bij de kls 2x per jaar in het lager	Vanaf de kleuterklas, klasniveau	Via zorgoverleg, MDO, klasgesprek
Gesprekken en reflectiemomenten tijdens godsdiensmomenten rond waarden en normen , afspraken...	Klasleerkracht, zorgco	Klasleerkracht Zorgteam
Vieringsmomenten en verjaardagen	In de klas	schoolteam
Werken aan sociale- emotionele ontwikkeling : zie leerplan Zill , leerlijn sociale vaardigheden Omgaan met gevoelens behoeften Inlevingsvermogen Seksueel bewustzijn Diversiteit Innerlijk kompas: identiteit, veerkracht en waarden en normen Ontwikkelen van initiatief en verantwoordelijkheid	In de klas Op school, via klasoverschrijdende activiteiten, uitstappen...	Schoolteam
Via prentenboeken, gezelschapsspellen inzetten op weerbaarheid en zelfvertrouwen Prentenboeken aan gepast aan de leeftijd	Klasleerkracht, zorgco	Middelen besteden om nieuwe prentenboeken aan te kopen Per graad werden er extra prentenboeken aangekocht, ook voor de kleuters

Alles heeft een kleur Fiep Westendorp  Mieren in je buik van Priscilla van Lierop 		
Uitwerking van de welbevindenkoffer	Klasniveau	Zorgteam schoolteam
Brede beeldvorming, preventie - via bevraging van leerkracht - via bevraging rond pesten bij de leerlingen vanaf 1 ste leerjaar Aangepast per graad met pictogrammen voor de eerste graad	De leerkracht brengt de klasdynamiek in kaart	Zorgteam/ schoolteam/ directie
Observatie speelplaatsmomenten	Leerkrachten	Zorgteam/ schoolteam/ directie
Speelplaatsbeleid en spelkoffers leeskastjes	Klasniveau Schoolniveau	Middelen voorzien voor nieuw en uitdagend materiaal Schoolteam



Afbakening van zones per klas via de naambordjes

Sport op school tijdens de middag

Leerkrachten van de werkgroep sport op school

Inspraak van leerlingen via **leerlingenraad**

Team leerkrachten leerlingenraad

Acties opvolgen door directie

Muziek en dans op speelplaats op dinsdagmiddag

Meester Aaron / meester Mathias

Acties rond zwerfvuil opruimen tijdens de middag

MOS- team



Inzetten op laagdrempelige communicatie: gebruik van anti-pestbus in de klas

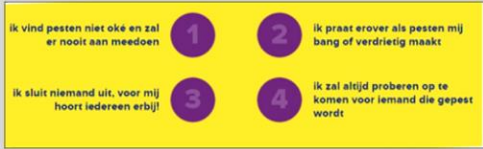
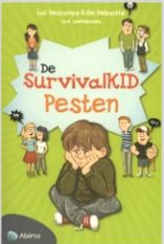
Klasniveau
Schoolniveau

Zorgteam/directie

Oudergesprekken

Zorgteam/ schoolteam/ directie/CLB

▪ **Het anti- pestplan van de school: samen sterk tegen pesten**

Wat?	Wie?	Opvolging
Week tegen pesten  Werken met stip it 	Op klas- en schoolniveau Vanaf de kleuterklas, klasniveau	schoolteam Via zorgoverleg, MDO, klasgesprek
Move tegen pesten 	Vanaf de kleuterklas, klasniveau	
	Klasleerkracht	Zorgteam/schoolteam/ directie
Pesten bespreekbaar maken via kaarten, aangepast aan de leeftijd	klasleerkracht	



Via prentenboeken **weerbaarheid, zelfvertrouwen, pesten** bespreekbaar maken, een halt toe roepen
 Prentenboeken **voor kleuters**
 Stop, hou op!



Lotte en de pestvogel van Diane Put

klasleerkracht

Schoolteam/ zorgteam



Voor eerste graad
Engel van Brigitte Minne



Gevlogen van Mireille Geus



De boodschap van vogel



Voor de tweede graad en derde graad
Ministerie van oplossingen van Sanne Rooseboom (deel 1)

		
Pesten bespreekbaar maken via theater van Levende muziek " Verpest het maar"		
De anti- pestbus in de klas	klasleerkracht	Schoolteam/ zorgteam/ directie
Sociale vaardigheden oefenen via gezelschapsspellen 		
Uitwerken van projectweek TEGEN PESTEN, link naar kinderrechten	Vanaf de kleuterklas, klasniveau	Vanaf de kleuterklas, klasniveau
Gebruik van doos vol gevoelens, gevoelens maskers, gevoelsmeter	klasleerkracht	Schoolteam
Ondertekenen van het pest-actieplan van onze school  	klasleerkracht	Schoolteam
 Workshop: Jong en van zin via Pimento	Kan worden ingezet op klasniveau om klasleerkracht te ondersteunen	

No- Blame methode met kinderen van de lagere school 	Leerkrachten	Schoolteam
 verkennen van methode die leerlingen vaardiger maakt in het aanpakken van ruzies en conflicten waardoor het aantal pesterijen afneemt. Het gaat hier over een groepsgerichte aanpak om pesterijen een halt toe te roepen	Zorgteam	Schoolteam
Omgaan met cyberpesten: workshop voor de leerlingen van derde graad en vierde leerjaar  Mediawijs omgaan met sociale media (zie mediaontwikkeling leerplan Zill)	Ict- co Externen klasleerkracht	

Meet Ella The cyberhero who teaches 5th and 6th graders to navigate safer on the internet! 	Leerlingen van bovenbouw	Externen Deloitte
Infoavond over pesten en pestgedrag Infoavond rond mediawijs omgaan met sociale media samen met Oudervereniging	Ouders	Externen Child Focus
Communicatie naar ouders Aanreiken van tips	Klasleerkracht/ zorgleerkracht/directie	Schoolteam/ zorgteam/ directie