

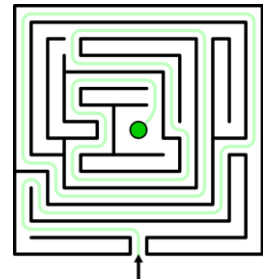


draaiboek pesten

Algemeen

Een **draaiboek** is een handleiding of stappenplan waarin stap voor stap wordt behandeld wat er op je af kan komen mocht er zich een bepaalde gebeurtenis of crisis voordoen.

Elke gebeurtenis is weliswaar verschillend, maar toch zijn er een aantal gemeenschappelijkheden als het gaat om communicatie, informatievoorziening en organisatie op school.



Het is geen schande voor de school dat jongeren elkaar pesten. Het is wel een schande als ouders en leerkrachten er niks aan doen. Rekening houdend met alle eerder beschikbare cijfers ziet het er naar uit dat nog steeds drie tot acht procent van de Vlaamse jongeren het slachtoffer zijn van ernstige pesterijen. Omgerekend naar de globale schoolpopulatie gaat het dus om dertig- tot tachtigduizend Vlaamse kinderen en jongeren die jaarlijks te maken krijgen met dit soort geweld.

Waarover gaat het: terminologie¹

Probleemgedrag op school omvat al het **grensoverschrijdend** en **schade berokkenend** gedrag dat leerlingen stellen en dat omwille van het herhaardelijke of extreme karakter door hun leraren/opvoeders als onbetamelijk, onduldbaar en onrespectvol wordt ervaren. Dit irritante gedrag houdt in veel gevallen aan omdat het de betrokken jongeren op korte termijn en in die specifieke omgeving voordeel oplevert

Geweld of antisociaal gedrag heeft betrekking op het hele spectrum van **verbale** of **non-verbale interacties** tussen personen die in of rond de school actief zijn, waarbij sprake is van daadwerkelijke of vermeende kwalijke bedoelingen die psychische, lichamelijke of materiële schade of letsel toebrengen aan personen of objecten in of rond de school en waarbij formele of informele gedragsregels geschonden worden. Hiertoe behoren onder andere pesten, **cyberpesten** en **vandalisme**.

Er is sprake van **pesten** wanneer iemand langdurig en **aanhoudend** het slachtoffer is van **gewelddadig gedrag van een of meer personen** (fysiek, psychisch, sociaal, materieel). Dit gedrag heeft tot doel of gevolg dat het slachtoffer schade wordt toegebracht (kwetsen, ondermijnen, angstig maken...) Het slachtoffer kan zich meestal niet verdedigen (machtsonevenwicht). Als er al aanleiding toe wordt gegeven, dan nog staat die niet in

¹ Deze definities werden overgenomen van DebouteG., 2008, Vettenburg N. en Huybregts I., 2001

verhouding tot wat het slachtoffer overkomt. Pestgedrag heeft in veel gevallen een sociale functie. Pesterijen gebeuren immers in een omgeving waar mensen elkaar vaker zien. Het vernederen of kwetsen van het slachtoffer drukt ook betekenissen uit naar de omgeving (machtsverhouding, normen, omgangscode).

Cyberpesten is een variant van pestgedrag. Pesters maken hierbij gebruik van de nieuwe media (gsm, internetcommunicatie) om hun slachtoffer te schaden.

Pesten



**Horen, Zien
maar niet
Zwijgen**

De Vlaamse onderwijsinspectie bestudeerde in opdracht van het Departement Onderwijs niet alleen hoe leerlingen scoren voor algemene vakken, maar gaat ook na of leerlingen zich wel goed voelen op een bepaalde school. De emancipatie en zelfontplooiing van jongeren moeten resulteren in een kritische en creatieve deelname aan het maatschappelijke leven. De gerichtheid op een harmonische vorming en zorgverbreding is een essentieel onderdeel in de visie van de Vlaamse overheid op de kwaliteit van het onderwijs, die onder meer wordt geconcretiseerd in de eindtermen. Het verklaart de aandacht van de onderwijsinspectie voor het welbevinden van leerlingen op school.

Checklist 'Pesten en geweld op school'

De drie vragenlijsten die hieronder worden aangeboden laten toe om na te gaan in hoeverre leerlingen, leerkrachten en ouders te maken krijgen met de problematiek van pesten en geweld op school

De enquête zal worden afgenomen bij de leerlingen, ouders en leerkrachten om de pestproblematiek en de ideeën eromheen hier op school in beeld te brengen en aan de hand daarvan onze zwakke punten aan te pakken.

Ondertussen wordt, om het pesten tegen te gaan op onze school:

- toezicht voorzien tijdens de pauzes en bij het binnenkomen en buitengaan de van school
- worden tijdens de leswissel de leerlingen zoveel mogelijk in de klassen gehouden.
- worden de leerlingen van de klas naar de speelplaats begeleid door de leerkracht.
- worden de leerlingen van de speelplaats naar de klas begeleid door de leerkracht.
- kleden de leerkrachten hun klas zo leuk en interessant mogelijk aan om het op die manier aangeneramer maken voor de leerlingen om er te vertoeven.
- de leerlingen ingelicht bij wie ze terecht kunnen als er zich problemen voordoen.
 - Klastitularis
 - Pedagogisch jaarverantwoordelijke
 - Opvoeder
 - CLB
 - CSW
 - Directie

Vragenlijst voor de leerlingen
"pesten en geweld op school"



MEDEDELING

Oudenaarde, xx/xx/xxxx

Beste leerling,

We vinden het belangrijk dat iedereen zich goed voelt op onze school. Daar willen we samen ons best voor doen. Via deze vragenlijst willen we nagaan of jullie te maken krijgen met pestgedrag en geweld op school. Het lukt niet altijd om die problemen op te merken of te melden. Daarom rekenen we nu op jullie medewerking. Als iedereen de vragenlijst op een eerlijke manier invult, dan weten we nog beter wat ons te doen staat. We zullen proberen – liefst samen met jullie en jullie ouders – deze problemen zo goed mogelijk op te vangen en te helpen voorkomen. Iedereen heeft immers recht op een fijne schooltijd, goede vrienden, een leuke klasgroep. Met jullie medewerking moet het zeker lukken om hiervoor te zorgen.

Goed om weten is dat deze bevraging anoniem is. Niemand hoeft haar of zijn naam te vermelden. Hopelijk geeft dit jullie een goed en veilig gevoel. Jullie moeten immers vrijuit kunnen spreken. Slechts een paar personen zullen alle vragenlijsten verwerken. Zodra de resultaten er zijn, vernemen jullie hier meer over. We kijken er nu al naar uit.

Dank voor jullie medewerking!

Met vriendelijke groet

D. Lievens directeur

Om misverstanden te vermijden, leggen we even uit wat er onder pesten en geweld wordt verstaan:

PESTEN betekent dat je herhaaldelijk door één of meer leerlingen (meestal gaat het om dezelfde persoon of personen) werd lastig gevallen (pijn doen, uitsluiten, kwetsende smsberichtjes of foto's, roddelen, afdreigen, afpersen, ...) ook nadat je liet verstaan dat je het niet leuk vond.

GEWELD betekent dat je te maken kreeg met één of meer situaties waarin iemand of anderen jou pijn hebben gedaan of jou op één of andere manier hebben gekwetst of mishandeld. Het geweld heeft jou geen deugd gedaan en liet sporen na (angst, pijn, blauwe plekken, groot verdriet, slapeloosheid, zelfmoord-gedachten, ...) of heeft ook bij jou tot een gewelddadige reactie geleid (tegen anderen, tegen jouw omgeving, tegen jezelf, tegen voorwerpen).

1. Jouw KLAS:

2. Ik ben

A: een meisje

B: een jongen

C: (leeftijd invullen) jaar

3. Hoe vaak voel jij je alleen op school?

A: Ik voel me nooit alleen op school.

B: Ik voel me heel zelden alleen op school (slechts een paar keer).

C: Ik voel me regelmatig alleen op school.

D: Ik voel me minstens een keer per week alleen op school.

E: Ik voel me meermaals per week alleen (zelfs dagelijks).

4. Heb je goede vrienden op school?

A: Ik heb goede vrienden/vriendinnen op school.

[Hoeveel goede vrienden heb je op school? :]

B: Ik heb geen goede vrienden/vriendinnen op school

C: Ik ben vaak in het gezelschap van andere leerlingen.

D: Ik ben meestal alleen op school (bijvoorbeeld: op de speelplaats, in de eetzaal, bij een uitstap, ...)

5. Mijn schoolvrienden/-vriendinnen ...

(Let op: je kan hier meerdere antwoorden aanstippen!)

A: zijn ongeveer even oud als ik

B: zijn eerder jonger dan ik

C: zijn eerder ouder dan ik

D: zijn vooral klasgenoten

E: zijn geen klasgenoten

F: zijn vooral meisjes

G: zijn vooral jongens

H: zijn zowel meisjes als jongens (ongeveer gelijk verdeeld)

6. Werd/word je dit schooljaar gepest?

A: Ja → Ga verder met vraag 7.

B: Nee → Ga verder met vraag 11.

7. Hoe vaak werd/word jij dit schooljaar gepest?

A: Ik werd/word slechts één of twee maal gepest.

B: Ik werd/word regelmatig gepest.

C: Ik werd/word minstens een keer per week gepest.

D: Ik werd/word meermaals per week gepest (zelfs dagelijks).

8. Waar werd/word je gepest?

A: Ik werd/word vooral op de speelplaats/tijdens de speeltijd gepest.

B: Ik werd/word vooral tijdens de lessen gepest.

C: Ik werd/word vooral tijdens de pauzes tussen de lessen gepest.

D: Ik werd/word vooral in de gangen gepest.

E: Ik werd/word vooral op weg naar/van de school gepest.

F: Ik werd/word gepest via mijn gsm.

G: Ik werd/word gepest via het internet/mijn computer.

H: Andere:

9. Op welke wijze werd/word je gepest?

(Let op: ook hier kan je meerdere antwoorden aanstippen!)

A: Ik werd/word enkel geplaagd en maak er geen probleem van.

B: Ik werd/word geschopt, geduwd, geslagen.

C: Ik werd/word bedreigd (Voorbeeld: We gaan je pakken

Of: Volgende keer pakken we je kleine broer aan...).

D: Ik werd/word uitgescholden, uitgelachen of belachelijk gemaakt.

E: Ik werd/word voortdurend uit de groep gesloten.

F: Er werden/worden spullen van mij gestolen of stuk gemaakt.

G: Ik werd/word afgeperst (Geef ons snoep of geld of je gsm ... en we laten jou met rust.) en onder druk gezet (Als je dit niet doet, dan...).

H: Ik ontving/ontvang pest-smsjes.

I: Ik werd/word gepest via mijn computer (chatten, haatmails, pestblog, ...)

J: Ik word op een andere manier gepest, namelijk :

.....

10. In welke klas zit(ten) de leerling(en) die jou pesten/gepest hebben?

- A: In mijn eigen klasgroep.
- B: In een ander klas van hetzelfde leerjaar.
- C: In een hogere klas.
- D: In een lagere klas.
- E: In een lagere klas.
- F: In verschillende klassen.
- G: Zit(ten) niet op onze school.

11. Hoe vaak heb je dit schooljaar andere leerlingen gepest?

- A: Ik heb dit schooljaar niet gepest. (Ga door naar vraag 13)
- B: Ik heb slechts één of tweemaal (mee-)gepest.
- C: Ik pest regelmatig andere leerlingen.
- D: Ik pest elke week wel iemand.
- E: Ik pest verschillende malen per week.

12. Als je kiest om een ander te pesten, dan doe je dat vooral ...
(Ook bij deze vraag mag je meer dan één antwoord geven.)

- A: ...omdat je vroeger werd gepest en je dit niet opnieuw wilt laten gebeuren.
- B: ... omdat jij je verveelt.
- C: ... omdat je pesten leuk vindt.
- D: ... omdat je geen flauwe leerlingen kunt verdragen.
- E: ... omdat je in een groep zit die wilt dat je meepest.
- F: ... omdat de leerling die gepest wordt voordien anderen heeft gepest en nu een les verdient.
- G: ... omdat je wilt tonen dat je sterk staat en dat anderen je moeten respecteren.
- H: ...omdat pesten er voor zorgt dat je mee telt en aanzien krijgt in de groep.
- I: ... omdat je op die manier de sympathie van anderen probeert te winnen of krijgt.
- J: om een andere reden, namelijk
-

13. Kreeg je op school al te maken met andere vormen van geweld dan pesten?

- A: Ja → Ga verder met vraag 14.

B: Nee → Ga verder met vraag 15.

14. Met welke andere vormen van schoolgeweld kreeg je het voorbije schooljaar te maken?

A: Scheldpartij(en)

B: Vechtpartij(en)

C: Vernielen van schoolmateriaal

D: Vernielen van persoonlijke bezittingen

E: Diefstal van persoonlijke bezittingen, geld, ...

F: Afpersing

G: Bedreiging met lichamelijk geweld

H: Seksueel geweld

I: Verplicht worden tot diefstal, geweld, vandalisme, ...

J: Andere:

15. Ken je leerling(en) van jouw klas of leerjaar die vaak door andere leerlingen worden gepest?

A: Ja → Om hoeveel leerlingen gaat het? :

B: Nee

16. Ken je leerlingen die regelmatig andere leerlingen pesten (binnen en/of buiten de school)?

A: Ja → Om hoeveel leerlingen gaat het? :

B: Nee

17. Als je op de hoogte bent van situaties waarin sprake is van pesten of geweld: met wie zou je er dan liefst over praten? (Kies het belangrijkste antwoord.)

A: Met mijn ouder(s)

B: Met een leerkracht of opvoeder

C: Met mijn vrienden/leeftijdsgenoten

D: Met mijn grootouders

E: Met mijn klasleraar

G: Met de medewerker van het CLB

H: Met onze huisarts

I: Met een andere hulpverlener van buiten de school

J: Andere:

18. Wil je nog wat kwijt over dit onderwerp (= pesten en geweld op school) of heb je een belangrijke tip?

.....
.....
.....
.....

DANK VOOR JOUW MEDEWERKING !!

Vragenlijst voor de ouders
"pesten en geweld op school"

1. In welke klas zit jouw dochter of zoon? Klas:

2. Is uw kind een meisje of een jongen?

A: Jongen

B: Meisje

3. Is uw kind dit schooljaar op school gepest?

A: Ja (Ga nu naar vraag 4.)

B: Nee (Ga nu naar vraag 10.)

4. Hoe vaak is uw kind gepest?

A: Slechts een of twee maal gedurende een kortere periode

B: Regelmatig

C: Bijna wekelijks

D: Meerdere keren per week (tot zelfs dagelijks)

5. Van wie hebt u vernomen dat uw kind wordt gepest?

(Hier mag je eventueel meerdere antwoorden aanstippen.)

A: Mijn kind heeft het zelf verteld.

B: Ik heb het zelf gezien.

C: Ik vernam het van een klasgenoot.

D: Ik vernam het van een andere ouder.

E: Ik vernam het via de klasleraar.

F: Ik vernam het via een andere leraar/opvoeder.

G: Ik vernam het van de directie.

H: Ik vernam het van iemand anders, nl. (functie)

6. Is er volgens u sprake van een duidelijk aanwijsbare reden of aanleiding voor het pesten van uw kind?

A: Ja, namelijk

.....

B: Nee.

7. Waar wordt uw kind op school gepest? (Meerdere antwoorden zijn mogelijk.)

A: Op de speelplaats.

B: In de klas, tijdens de lessen.

C: In de klas tijdens de leswisseling(en).

D: In de gangen.

E: Op weg naar/van de school.

F: Thuis en elders via gsm.

G: Thuis, via internet en computer.

H: Op een andere plaats, namelijk

8. Hoe wordt uw kind gepest? (Meerdere antwoorden zijn mogelijk.)

A: Mijn kind wordt enkel wat geplaagd en maakt er geen probleem van.

B: Mijn kind wordt geduwd, geschopt en/of geslagen.

C: Mijn kind wordt bedreigd.

D: Mijn kind wordt uitgescholden en uitgelachen; er wordt over hem/ haar geroddeld.

E: Mijn kind wordt voortdurend uitgesloten.

F: De spullen van mijn kind worden beschadigd of gestolen.

G: Mijn kind wordt gedwongen om spullen af te geven (afpersing) of zaken te doen die hij/zij niet wenst te doen (druk).

H: Mijn kind ontvangt meermaals pest-sms-jes.

I: Mijn kind wordt lastig gevallen via de computer (internet-communicatie).

J: Op een andere manier, namelijk

9. In welke klas zitten de leerlingen die uw kind pesten?

A: In dezelfde klas.

B: In een andere klas van hetzelfde jaar.

- C: In een hogere klas.
- D: In een lagere klas.
- E: In verschillende klassen.
- F: Andere:

10. Werd uw kind voordien ook al gepest?

- A: Nooit.
- B: Heel soms.
- C: Regelmatig.
- D: Aanhoudend, sinds

11. Heeft uw kind last van pesterijen buiten de schoolsfeer (buiten het schoolgebouw en door andere personen)?

- A: Nooit.
- B: Heel soms.
- C: Regelmatig.
- D: Aanhoudend.

12. Denkt u dat uw kind andere kinderen zou durven pesten (al of niet in groep)?

- A: Nooit.
- B: Heel soms.
- C: Regelmatig.
- D: Aanhoudend.

13. Hoe reageert uw kind als het gepest wordt? Wat doet het dan?

.....

..

.....

..

.....

..

.....

..

.....

..

14. Hoe reageert uw kind als het opmerkt dat anderen worden gepest?

.....

..

.....

..

.....
..
.....
..
.....
..
DANK VOOR UW MEDEWERKING!

**Vragenlijst voor de leerkrachten
"pesten en geweld op school"**

1. Bent u man of vrouw?

- A: Man
- B: Vrouw

2. Hoe lang staat u in het onderwijs
..... jaar.

3. U bent:

- A: Lesgever
- B: Pedagogisch jaarverantwoordelijke
- C: Secretariaatsmedewerker
- D: Opvoeder
- E: Klastitularis
- F: Lid van de schoolleiding (directie, coördinator, adjunct-directeur, ...)
- G: Andere:

4. Hoe dikwijls wordt u direct of indirect met pestgedrag geconfronteerd?

- A: Ik word er nooit mee geconfronteerd want er wordt niet gepest. (Ga naar vraag 7.)
- B: Ik word er slechts één of twee maal per jaar mee geconfronteerd. (Ga naar vraag 5.)
- C: Ik word er regelmatig mee geconfronteerd. (Ga naar vraag 5.)
- D: Ik word er gemiddeld één keer per week mee geconfronteerd. (Ga naar vraag 5.)
- E: Ik word er verschillende keren per week mee geconfronteerd. (Ga naar vraag 5.)

5. Waar hebt u pestsituaties waargenomen? (U mag hier meerdere antwoorden aanstippen.)

- A: Op de speelplaats.
- B: In de klas tijdens de les.
- C: In de klas tijdens pauzes en leswissels.

- D: In de gangen.
- E: Op weg naar en van de school.
- F: Ergens anders, namelijk

.....

6. Hoe wordt er in die gevallen gepest? (Ook hier zijn meerdere antwoorden mogelijk.)

- A: Er wordt enkel geplaagd; het is eenmalig en zorgt niet voor problemen.
- B: Er wordt geduwd, geschopt en geslagen.
- C: Er worden leerlingen bedreigd en onder druk gezet.
- D: Leerlingen worden uitgescholden, uitgelachen of er wordt over hen geroddeld.
- E: Er worden leerlingen uit de groep gesloten.
- F: Er worden spullen van leerlingen beschadigd en/of gestolen.
- H: Er worden leerlingen afgeperst.
- I: Leerlingen ontvangen pest-sms-jes.
- J: Leerlingen worden via het internet gepest (haatmails, uitsluiting, kwetsende foto's of pestblog)

7. In geval u te maken krijgt met peestsituaties: hoe reageert u dan? (Meerdere antwoorden zijn mogelijk.)

- A: Ik doe niets omdat ik niet weet wat ik dan best doe.
- B: Ik doe niets omdat ik niet wens in te grijpen.
- C: Ik kom tussenbeide en zorg dat het pestgedoe stopt (en daar laat ik het bij).
- D: Ik kom tussenbeide en bespreek het pestgedrag met de betrokken leerlingen.
- E: Ik kom niet tussenbeide maar meld het probleem aan de directie, de klasltitularis of de pedagogisch jaarverantwoordelijke.
- F: Ik kom wel tussenbeide en meld het probleem nadien aan de directie, de klasltitularis of de pedagogisch jaarverantwoordelijke.
- G: Ik doe iets anders, namelijk

.....

8. Hoe vindt u dat er in het algemeen op pestgedrag gereageerd moet worden? (Ook hier mag u meerdere antwoorden aanstippen.)

- A: Er moet zo weinig mogelijk aandacht aan worden besteed: pesten hoort erbij; jongeren leren zich zo met vallen en opstaan handhaven in de groep.
- B: Wie gepest wordt moet aangespoord worden om te reageren.

- C: De school moet pestende leerlingen zoveel mogelijk proberen te betrappen en straffen. Een strenge aanpak werkt.
- D: De school moet er vooral voor zorgen dat pesterijen stoppen en dat de toegebrachte menselijke en materiële schade wordt hersteld.
- E: De gepeste leerling moet er worden toe aangezet om samen met zijn/haar ouders hulp te zoeken.
- F: Gepeste leerlingen moeten hun problemen zelf proberen op te lossen.
- G: De school moet met alle beschikbare middelen proberen om pestgedrag te voorkomen en aan te pakken.
- H: Ander voorstel:

9. Kies tussen de maatregelen die hieronder vermeld staan drie maatregelen die volgens u het best bijdragen tot het oplossen van pestgedrag op school:

- A: De directie moet de pestende leerlingen aanpakken.
- B: De klasleraar moet de pestende leerlingen aanpakken.
- C: Alle leerkrachten dragen verantwoordelijkheid om het pesten te doen stoppen en te helpen voorkomen.
- D: Leerlingenbegeleiders moeten samen met de leerlingen naar oplossingen zoeken
- E: De leerlingen moeten mee worden ingezet om pestproblemen vlugger op te sporen en samen met de betrokkenen te helpen oplossen ('peerbemiddeling').
- F: Het CLB moet dit soort problemen aanpakken en naar een oplossing toewerken.
- G: De school en de ouders van beide partijen moeten samenwerken.
- H: De school moet vooral werk maken van preventie en daarom investeren in sensibilisatie en informatie bij alle leerlingen, leerkrachten en ouders.
- H: Andere personen of instanties moeten worden ingeschakeld, namelijk ...

.....

10. Welke concrete problemen ervaart u in verband met het voorkomen, opsporen en aanpakken van pestproblemen?

.....

11. Welke voorstellen of tips wilt u aanreiken om de pestaanpak op school te verbeteren?

.....

DANK VOOR UW MEDEWERKING!

Preventie

Uit onderzoek blijkt dat het wat betreft preventie belangrijk is om werk te maken van een leerlinggerichte vorm van onderwijs. Concreet wil dit zeggen dat er sprake moet zijn van een positieve beeldvorming van jongeren, dat leerkrachten en scholen met respect moeten omgaan met hun leerlingen, ook met de moeilijke leerlingen, dat er constructief moet gereageerd worden op problematisch leerlinggedrag, dat er specifieke maatregelen nodig zijn voor de moeilijkste leerlingen (zoals een Time-Out).

Ten slotte is het van belang dat er aandacht besteed wordt aan de werkcondities binnen de school, de klassamenstelling is van belang, de hoeveelheid werk- en studiedruk, de inrichting van de klaslokalen, ...

Pesten komt het meest voor buiten de eigenlijke lessituatie, tijdens pauzes en eetmomenten, en op momenten dat de leerlingen zich verplaatsen. Voldoende toezicht in de mate van het mogelijke is dus een vereiste.

De concrete aanpak

1. Melden van een pestprobleem

Pestgedrag wordt opgemerkt of gemeld:

- leerkracht gaat gesprek aan met de leerling om achtergrond te kennen.
- Indien de leerkracht zich er niet goed bij voelt, stuurt hij/zij de leerling door naar PJV / opvoeder / CLB / CSW voor individueel gesprek

Er wordt echter nog geen straf gegeven of oordeel geveld aangezien er nog geen duidelijkheid is over wat er precies gebeurd is.

2. Individuele aanpak met het slachtoffer

Gesprek met slachtoffer(s):

- empathisch luisteren (de situatie niet minimaliseren)
- ingaan op het positieve van het slachtoffer om het zelfbeeld op te krikken
- de concrete pestsituatie bespreken
 - nagaan wat er is gebeurd,
 - hoe lang is het al aan de gang?
 - wat had je kunnen doen?
 - hoe had het anders gekund?
- samen zoeken naar redenen waarom het slachtoffer wordt gepest
- probeer met het slachtoffer over zijn proble(m)en te praten

3. Individuele aanpak met de pestkop

Gesprek met dader(s):

- Praat met hem/haar over zijn/haar ongewenst gedrag, niet over zijn/haar persoon.
 - Waarom heb je dit gedaan?
 - Was er een conflict?
- Vraagt de pestkop om aandacht? Wil hij macht uitoefenen op het slachtoffer? Zou hij dat zelf ook willen ervaren?
- Hem kwetsen of kleineren helpt niet.
- Probeer een dialoog op te bouwen, zodat hij inziet dat het pestgedrag onaanvaardbaar is.
- Maak concrete afspraken!
 - Wat ga je doen om het weer goed te maken?
 - Wat als het nog eens gebeurt?

- Hoe ga je erop letten?
- Wat de volgende stappen zijn indien het pesten niet stopt.

4. Confrontatie

Confrontatie tussen het slachtoffer(s), dader(s) en overige betrokken partijen (meelopers) indien het slachtoffer dit aankan waarbij besproken wordt wat er moet gebeuren opdat iedereen zich weer goed zou voelen.

5. Gesprek met de ouders

Ouders van het slachtoffer voelen zich vaak verveeld of beschaamd.

Werk samen met de ouders een plan uit.

Overtuig de ouders dat pesten niet hopeloos is en dat er op school wel degelijk aan gewerkt wordt.

6. Het anti-pestcontract

Vb van zo een mededeling/contract

Eventueel kan ook de politie erbij betrokken worden.

De no-blame methode

Een goede werkmethode om pestgedrag aan te pakken in de klas is de No Blame Methode. Deze methode komt uit Groot-Brittannië. George Robinson en Barbara Maines bedachten de methode in 1991. In deze methode krijgt niemand de schuld van de situatie. Veel belangrijker is: hoe kunnen we het samen aanpakken!

Het is een methode die werkt in 7 concrete stappen:

1. Een gesprek met het slachtoffer

In het eerste gesprek met het slachtoffer wordt er vooral geluisterd naar zijn verhaal. Daarna vertellen we hoe de no blame methode werkt. Vaak merken we dat het slachtoffer al een beetje opgelucht is, omdat er eindelijk iets aan dat pesten zal gedaan worden. Daarna maken we samen een groepje met daarin een aantal personen die pesten en een aantal toeschouwers uit de middengroep.

2. Bijeenkomst met de groep

Dat groepje roep je daarna samen, zonder dat het slachtoffer erbij is.

3. Het probleem uitleggen

Je legt aan het groepje uit hoe die persoon die gepest wordt zich voelt. Dit heb je eerder samen met die persoon besproken. Je zegt er ook bij wat de mogelijke gevolgen zijn van het pestgedrag: dat die persoon bang is om in de groep te komen, wil afhaken van school. Het groepje beseft meestal wel dat ze zoiets niet zelf zouden willen meemaken.

In het groepsgesprek komen meestal veel zaken naar boven. Vaak zijn er in dat groepje mensen die vroeger ook al eens gepest werden. Dat vonden ze toen ook niet fijn.

Wat we niet gaan doen is het groepje laten vertellen hoe zij de situatie ervaren. Soms zeggen ze: "ja, maar zij is ermee begonnen" of "hij begint altijd te vechten",

Het is erg belangrijk dat de persoon die dit gesprek voert, de technieken kent om een groep te hanteren.

4. Verantwoordelijkheid uitdelen

In deze maken we duidelijk dat iedereen een verantwoordelijkheid heeft. We gaan niemand beschuldigen van het pesten, maar we benadrukken wel dat de groep iets aan het probleem kan doen.

5. Voorstellen formuleren

Hier vragen we dat iedereen een voorstel doet om iets te doen. Het hoeven geen grootste dingen te zijn, meestal zijn het zaken zoals: "ik ga vanaf nu goeiendag zeggen" of "ik zal vragen of ze niet wil meespelen" of "ik laat ze vanaf nu gerust".

6. Wachten!

Nu is het aan de groep... We wachten een week en bekijken hoe de groep vooruitgang maakt. We geven de jongeren de kans om te doen wat ze beloofd hebben. Het slachtoffer kan/mag in tussentijd contact opnemen maar zelf nemen we hiertoe geen initiatief.

7. De evaluatie

In een laatste fase gaan we een gesprek voeren met alle betrokkenen. Soms is het aangewezen omdat met iedereen samen te doen, soms niet.

We bevragen hoe het gaat, hoe iedereen zich voelt?

Als de situatie niet beter is, kunnen we terugkeren naar een bepaalde fase of een ander groepje samenstellen.