GEMEENTESCHOOL ZULTE
De Vijf Wegen

GBS De Vijf Wegen



Gemeentelijke basisschool Zulte De Vijf Wegen
Waalstraat 116, 9870 Zulte

1. **Inleiding**

Op school willen we werken aan een positief en veilig leer- en leefklimaat in een krachtige en gezonde leer- en leefomgeving. Om elke leerling zich veilig te laten voelen op onze school willen we ons inzetten om pesten zo goed mogelijk te voorkomen. De pestproblematiek kunnen we spijtig genoeg nooit helemaal wegdenken, daarom willen we nadenken hoe we als school het pestprobleem kunnen aanpakken. Met het neerschrijven van dit beleid willen we dat de procedure voor iedereen duidelijk is. Wij keuren pesten niet goed en willen via deze weg leerlingen, leerkrachten en ouders tonen welke acties we hiertegen ondernemen.

Binnen ons zorgbeleid krijgt het anti-pestbeleid een belangrijke plaats. Beiden zijn immers onlosmakelijk met elkaar verbonden.

Er is veel inzet en betrokkenheid noodzakelijk om de zorg voor dit thema niet te laten verslappen. Korte, eenmalige inspanningen leiden immers vaak tot niets, tenzij tot nog meer frustratie. Een duurzame verankering in het zorgbeleid is een absolute vereiste om acties en incidentgerichte tussenkomsten succesvol te laten zijn.

We kiezen er bewust voor om het antipestbeleid om te buigen tot een respectbeleid, tevens één van onze pijlers in onze schoolvisie.

2. Visie van onze school

In Gemeentelijke Basisschool De Vijf Wegen geloven we in een **warme en toegankelijke school** waar iedereen – kinderen, ouders, vrijwilligers en personeel – zich betrokken voelt. In onze groene, open omgeving zetten we in op het ontdekken en **ontwikkelen van ieders talent**, met als doel: elk kind begeleiden naar zijn plek in de maatschappij.

Samen bepalen we de richting. **Open communicatie** en wederzijds respect staan daarbij centraal. Elk kind bloeit het best in een duidelijke, gestructureerde leeromgeving die zelfstandigheid stimuleert. We hechten veel belang aan samenwerken, verantwoordelijkheid opnemen en verdraagzaamheid. Door samen te leren, bouwen we vriendschappen op, benutten we elkaars sterktes en bereiken we meer.

Respect begint bij jezelf, groeit door positieve bevestiging en goede communicatie. Zo creëren we samen een **veilige schoolcultuur** waarin elk kind zich harmonieus kan ontplooien.

We rekenen op **geëngageerde ouders als actieve partners**. Via samenwerking, overleg en betrokkenheid versterken we samen de kansen van elk kind.

Ons **sterk team** vormt het kloppend hart van onze school. Elk personeelslid neemt verantwoordelijkheid, toont initiatief en blijft groeien, met oog voor vernieuwing en kwaliteit. Samen maken we van onze school een plek waar iedereen belangrijk is en graag komt.

We steunen op 5 pijlers in onze school: **respect, verantwoordelijkheid, samenwerking, betrokkenheid en verdraagzaamheid.**

3. Pesten

1. <u>Definitie pesten</u>
   Pesten is gewelddadig/kwetsend (fysiek en/of verbaal) en meestal herhaald gedrag van één of meerdere personen, met de bedoeling om andere(n) schade toe te brengen. Wie wordt gepest, kan zich meestal niet verdedigen. Er is een ongelijke machtsverhouding tussen diegene die pest en diegene die wordt gepest.

2. <u>De rollen in een pestsituatie</u>



Eigenlijk doet iedereen wel iets bij pesten. Dankzij onderzoek weten we dat pesten een **groepsproces** is met meerdere betrokkenen, niet alleen een “pester” en “doelwit”. Er worden zes rollen onderscheiden:

1. *Doelwit* (jongen met gele T-shirt): degene die wordt gepest.
2. *Pester* (jongen met rode T-shirt): degene die begint met pesten.
3. *Assistent* (meisje met rode T-shirt): degene die niet zelf begint met pesten, maar gaat meedoen zodra iemand anders begonnen is. De assistent helpt de pester.
4. *Versterker* (jongen met blauwe T-shirt en popcorn): degene die niet zelf pest, maar wel lacht om de pester of deze aanmoedigt. De versterker geeft de pester het gevoel dat pesten leuk of grappig is.
5. *Verdediger* (meisje met rode cape): degene die het slachtoffer helpt, bijvoorbeeld door te zeggen dat de pester moet ophouden, of het pesten bij de leerkracht te rapporteren.
6. *Buitenstaander* (jongen met blauwe T-shirt en hoofdtelefoon): degene die meestal wel weet dat er gepest wordt, maar zich er niet mee bemoeit. Dit kan het slachtoffer het gevoel geven dat de buitenstaander het niet zo erg vindt dat er gepest wordt. Daarenboven kan de pester het gevoel krijgen dat zijn/haar gedrag acceptabel is.

Belangrijk is dat deze rollen **niet vaststaan**, maar per situatie of doorheen het schooljaar kunnen veranderen.

Het is nodig om gedrag dat een leerling stelt los te koppelen van 'wie de leerling is'. Een leerling is nooit zomaar 'een pester', maar wel iemand die in een bepaalde situatie, binnen een bepaalde context en groep blijkbaar iemand wordt die pest.

Bron: https://www.eoswetenschap.eu/psyche-brein/pesten-op-school-wie-wat-waar-waarom-en-hoe

3. Pesten ≠ plagen ≠ conflict

Plagen is onschuldig, voor het plezier, er is respect voor elkaar en het kind blijft opgenomen in de groep. Het plagen houdt op als één van de kinderen het niet meer leuk vindt.
Bij **pesten** spreken we van een ongelijke (of als ongelijk ervaren) machtsverhouding tussen diegene die pest en diegene die gepest wordt. Diegene die pest haalt plezier uit de gevolgen voor die diegene die gepest wordt. De pester heeft de intentie om te kwetsen. Diegene die gepest wordt voelt zich rot (pijn, angst, …). Het pesten keert meestal terug en wordt erger naarmate het blijft duren. Er is sprake van een open of verborgen dreiging van nog meer pesterijen.
Conflicten draaien om een onenigheid of meningsverschil tussen kinderen die in een gelijke machtspositie zitten. In een conflict zijn er 2 kanten aan het verhaal, beide partijen kunnen de situatie beïnvloeden. De emoties kunnen

hoog oplopen. Conflicten zijn vervelend maar komen regelmatig voor in het dagelijks leven. We willen kinderen leren om ruzie(s) en conflict(en) op te lossen. We willen kinderen leren omgaan met kritiek en om hun ideeën/meningen/gevoelens goed te verwoorden. Dit is een basis voor goede relaties, een fijne schoolsfeer en een gezonde samenleving. We verwijzen hiervoor naar onze **schoolbrede aanpak rond conflicthantering.**

4. Vormen van pesten

Pesten kan verschillende vormen aannemen:

- Lichamelijk: slaan, duwen, …
- Materieel: stelen, spullen beschadigen, …
- Verbaal: uitlachen, schelden, seksistische, racistische uitspraken of opmerkingen, …
- Seksueel: ongewenste uitspraken of opmerkingen, geruchten, aanrakingen, aanranding, …
- Sociaal en relationeel: uitsluiten (geen aandacht krijgen, genegeerd worden, …), lastigvallen (stalken), roddelen, geruchten verspreiden, …

4. Gevolgen van pesten

Bij pesten zijn er gevolgen voor beide partijen (dader en slachtoffer). Uiteindelijk gaat ook een hele groep lijden onder pesterijen, omdat pesten de groepsgeest bederft.

1. Gevolgen voor het slachtoffer
    - aanpassingsproblemen
        - o zwakke cijfers
        - o leerproblemen – concentratiestoornissen
        - o spijbelen
    - zware stress, enorm gevoelig
        - o depressie – agressie
        - o angst – sociale angst
        - o lichamelijke klachten: buikpijn, diarree, braakneigingen, …
        - o gevoel van eenzaamheid
        - o gevoel van wantrouwen
    - negatief zelfbeeld, faalangst …
    - risico op isolement
2. Gevolgen voor pestende kinderen
    - sociaal–emotionele problemen
        - o zelfbeeld – zelfvertrouwen?
        - o erbij willen horen vanuit ‘dominantie’ en ‘macht’
        - o depressie – agressie
    - norm overschrijdend gedrag,

- groot risico op afwijzing en isolement
- uitsluiting: geen vrienden meer overhouden

5. Hoe pestgedrag herkennen? Wat zijn mogelijke signalen?

Soms vertonen kinderen **signalen** wanneer er sprake is van pestgedrag. De school, maar ook ouders moeten zo goed mogelijk proberen oog te hebben voor deze signalen. Er zijn directe en indirecte signalen.

1. Directe signalen
    - Sms'jes, screenprints, websites, pestboodschappen en bedreigingen uiten;
    - uitgesloten worden;
    - als laatste gekozen worden (en met veel gemor gekozen worden);
    - vaak alleen staan;
    - geen vriendjes die langskomen of eens willen afspreken;
    - de 'pester' die steeds de baas wil spelen;
2. Indirecte signalen
    - onverklaarbare blauwe plekken – kapotte kleren;
    - spullen die verdwijnen;
    - agressiever, meer teruggetrokken gedrag/depressieve signalen;
    - psychosomatische klachten;
    - geen zin om naar school te komen;
    - ontspannen op vrijdagavond – gespannen op zondagavond;
    - dalende cijfers;
    - minder gemotiveerd, …

6. **Aanpak op onze school**

Pesten is aangeleerd. Als kinderen anderen pesten, kunnen ze dat gedrag dus ook weer wijzigen. Door pesten als aangeleerd gedrag te zien, geef je kinderen de mogelijkheid om te veranderen.

Op school ondernemen we heel wat acties om **pesten te voorkomen** en om een veilig en positief schoolklimaat te bekomen.

Preventief

Deze acties kunnen we verder opdelen in 3 niveaus, namelijk op klasniveau, op schoolniveau en de bredere omgeving.

1. Klasniveau

Werken aan een **positief klasklimaat** is van groot belang. Daarom zetten wij ook in op de 'gouden' weken. De eerste maand van het schooljaar zijn er per klas enkele activiteiten om de groep te leren kennen en zicht te krijgen op de groepsdynamiek. Hierdoor willen we preventief werken. Door de verbondenheid te stimuleren hopen we om problemen te voorkomen.

Op klasniveau worden ook **afspraken** gemaakt over welk gedrag we verwachten en welk gedrag we niet willen zien. Deze afspraken kunnen binnen de groep **zichtbaar** gemaakt worden. Als afspraken voor meerdere groepen van belang zijn, zullen de collega's deze ook samen bespreken. Het betrekken van de leerlingen in het maken van deze afspraken is dan ook belangrijk. De afspraken kunnen gericht zijn op het gedrag in de klas, maar ook het onlinegedrag (zeker in de derde graad).

Als het voor de klasgroep noodzakelijk is, kunnen er ook extra middelen toegepast worden. Hierbij moet gekeken worden naar de samenstelling van de groep. In overleg met de zorgleerkracht kan dan een **bijkomende actie** gepland worden, denk bijvoorbeeld aan het werken met een gevoelsthermometer, …

2. Schoolniveau

Naast het maken van afspraken op klasniveau is het ook noodzakelijk om op schoolniveau concrete afspraken te hebben. De **speelplaats en de eetzaal** zijn de plaatsen waar leerlingen allemaal samenkomen. Daarom kozen wij ook om **duidelijke afspraken** te maken om deze momenten zo goed mogelijk te laten verlopen. Deze afspraken gelden voor alle leerlingen ongeacht welke klas of leeftijd.

In de literatuur komt naar boven dat **verveling** de grootste oorzaak is van pestgedrag.

> ***Kleuter***: In de speelplaatsafspraken zit al een **opbouw in tijd en speelmogelijkheden** op de speelplaats van de kleuters. De jongste kleuters zijn door het inzetten op open onthaal minder aanwezig op de speelplaats dan de oudste kleuters. Sommige speeltuigen zijn minder toegankelijk voor de jongere leeftijden waardoor er meer mogelijkheden ontstaan wanneer de leerlingen opgroeien.
>
> ***Lager***: Om dit tegen te gaan kozen wij op onze school voor een **roulatiesysteem** in de speelzones. Leerlingen kunnen in kleinere groepen op vooraf bepaalde momenten spelen in een bepaalde zone, zoals de bol, de zandbakken, … Dit hangt ook uit op de speelplaats zelf. Daarnaast heeft de school ook een **speelgoedwinkel** opgestart met materiaal die leerlingen aanspreekt. Hiervoor gaat de directie in overleg met de **leerlingenraad** om zicht te krijgen op de interesses van de leerlingen. Dit speelgoed kan over de middag ontleend worden. De middag is de langste pauze van de dag, omdat we verveling willen tegengaan, kiezen we er bewust voor om enkel op dit moment extra speelmateriaal toe te voegen aan het aanbod.

Daarnaast vinden we het ook belangrijk om het onderwerp niet uit de weg te gaan. Elk jaar neemt de school deel aan **de anti-pestweek: kies kleur tegen pesten**. In deze week vragen we aan de leerkrachten om in de klas te werken rond dit thema. Het resultaat komt zichtbaar in de gangen te hangen zodat het ook echt leeft op school.

Om het **welbevinden** op schoolniveau in kaart te brengen, maken wij ook gebruik van **Appwel**. Wanneer we merken dat de resultaten van de leerlingen niet naar verwachting zijn, gaan we met deze leerlingen in gesprek. De klasleerkracht is ook op de hoogte van de scores en kan zo ook extra opvolgen. Naast het werken met deze vragenlijst, zijn er ook geregeld **kindgesprekken** op school tussen leerling en juf waarin gepolst kan worden naar hoe alles verloopt. Elke leerkracht probeert dit zo goed mogelijk op te volgen om signalen snel te kunnen herkennen en de problematiek aan te pakken.

Vanuit Appwel worden infomomenten georganiseerd om meer specifiek info te geven over de aanpak van de verschillende onderdelen in hun bevraging. De zorgcoördinator sluit aan op deze infomomenten.

In de bovenbouw zetten we extra in op het voorkomen van cyberpesten door jaarlijks een vorming te volgen van **Pimento**. Wij kozen voor de vorming: Online weerbaarheid versterken. Hierin richt men zich op 9- tot 12-jarigen. Het doel is de leerlingen te leren omgaan met de online wereld: cyberpesten, haatspraak, nettiquette, online seksualiteit en online identiteit, imago en balans.

3. <u>Omgeving van de school: ouders, externen</u>

Als school vinden we het belangrijk om ook samen te werken met de ouders. Omdat pesten de dag van vandaag niet meer stopt samen met de schoolbel, zetten wij ook in op verantwoord gebruik van internet en sociale media. Daarom voorzien wij ook om de drie jaar een **lezing over sociale media** waarop de ouders uitgenodigd worden. Dezelfde spreker komt ook tweejaarlijks naar school om voor de bovenbouw een uiteenzetting te doen over omgaan met sociale media. We informeren onze ouders over de schoolvisie op het klassikaal infomoment en via een brief (zie bijlage).

<u>Proactief: NO BLAME</u>

STAP 1: Melding krijgen van de leerling. (Dit kan ook een groot vermoeden zijn na nauwe opvolging.)

- Om deze stap te faciliteren probeert elke leerkracht een vertrouwensband op te bouwen met de leerlingen uit zijn of haar klas. De leerkrachten levensbeschouwing werken in de lagere school ook aan deze band met hun

leerlingen. Op deze manier hopen we de drempel voor de leerlingen te verlagen om melding te doen van pesten.
- Naast de leerkrachten is ook de zorgleerkracht in beeld. Deze persoon is soms ook van toezicht en komt zo ook in contact met de leerlingen. De leerlingen weten dat ze bij haar altijd terecht kunnen als er iets is.
- Onderling zetten we met de collega's in op het briefen van de klasleerkracht na incidenten op de speelplaats, deze kunnen neergeschreven worden in ons onlineplatform questi om verder op te volgen. Door telkens terug te koppelen naar de klasleerkracht centraliseren we de informatie bij 1 persoon en kunnen herhaaldelijke incidenten tussen dezelfde groepen of leerlingen sneller ontdekt worden.
- Via de afname van Appwel krijgen we ook een beeld van de leerlingen. Wanneer een appwelscore aandacht vereist, koppelen we hier een gesprek aan met de betreffende leerling.
- De melding kan ook komen vanuit de omgeving van de leerling: denk aan de ouders, …

*STAP 2: Gesprek met het **doelwit**.*

- Afhankelijk van de situatie volgt een gesprek tussen leerling en klasleerkracht of leerling en zorgleerkracht. Hierbij gaan we vooral luisteren naar de leerling met als doel een globaal beeld te krijgen van de situatie. Daarnaast zal ook besproken worden met de leerling welke volgende stappen er gezet kunnen worden. Dit telkens in afspraak met de leerling in kwestie. Belangrijk is om hier een goed vertrouwen op te bouwen en op zijn/haar tempo te werken.

*STAP 3: **Gespreksgroep** uitbreiden.*

- Na de toestemming van het doelwit kan er een gesprek plaatsvinden met een kleine groep leerlingen (6 tot 8). De samenstelling kan bestaan uit: pester, meelopers, niet betrokken leerlingen en vrienden van het doelwit. De leerling zelf is hierbij niet aanwezig.
- Belangrijk is om hier het globale probleem aan te kaarten. We gaan geen beschuldigingen uiten, maar leggen wel de **verantwoordelijkheid** bij de groep.
- De groep dient als geheel op zoek te gaan naar **oplossingen**, manieren om het probleem te laten verdwijnen. Elk individu formuleert voor zichzelf een actiepunt dat realistisch is om de situatie te optimaliseren. De (zorg)leerkracht neemt een ondersteunende/ aanmoedigende rol op, maar gaat geen eisen stellen.

*STAP 4: **Opvolging** van alle betrokken leerlingen.*

- Na ongeveer een week gaat de begeleidende leerkracht met alle betrokkenen in gesprek om te polsen hoe het nu loopt.
- Deze gesprekken zijn **individueel**. Hier worden de geformuleerde actiepunten uit stap 3 geëvalueerd.
- Er zijn nadien 2 mogelijke sporen:
    - Positieve evolutie: De evolutie wordt opgevolgd door de individuele gesprekken op regelmatige basis te laten doorgaan.
    - Negatieve evolutie of stagnerend effect. We keren terug naar stap 3 en zoeken nieuwe actiepunten.

In sommige situaties merken we ook dat de NO BLAME aanpak niet de voorkeur geniet. Daarom hebben we ook de keuze uit andere manieren om de problematiek aan te pakken:

1. **Herstelbemiddelingsgesprek:** Hierbij gaan doelwit en pester wel echt met elkaar in gesprek. Dit kan enkel als beide leerlingen hiermee instemmen. Tijdens dit gesprek is de begeleidende leerkracht altijd in de buurt en zal deze ook zeker de onderlinge dynamiek van de leerlingen in de gaten houden (machtsonevenwicht dat kenmerkend is in een pestsituatie) (Zie bijlage herstelgesprek – Pixsy)
2. **Bemiddelend klasgesprek**: Wanneer we als school merken dat het een dynamiek is die kenmerkend is voor een klasgroep, kan gekozen worden om eerst een bemiddelend klasgesprek te hebben. Hierbij kunnen we de dynamiek binnen de klasgroep terug in evenwicht proberen krijgen om de onderlinge machtsverhoudingen te herstellen. (Zie boek start met cirkelen – Daan Heye)
3. **Aanspreken (vermoedelijke) dader(s),** dit om zowel te begrenzen als te verbinden. Dit gaan we toepassen als het machtsonevenwicht groot is. Het doel van dit gesprek is de feiten beschrijven én het ongewenste karakter, alsook de vraag om te stoppen! Het gaat hier niet om een waarheidsdiscussie. Dit moet zeer kort opgevolgd worden, waarbij ook de ouders betrokken zijn. We moeten dit blijven herhalen tot wanneer het stopt. Indien er meerdere daders zijn, moeten er aparte gesprekken zijn.

7. Cyberpesten

Het cyberpesten is in de meerderheid van de gevallen een verlengde van het klassiek pesten. De literatuur omtrek cyberpesten voegt 2 kenmerken toe. Zo spreken ze in dit geval over nog kwetsender en extremer. Dit heeft te maken met het **gebrek aan nabijheid.** De reactie is niet zichtbaar, de grenzen vervagen nog meer.

Bij online pesten merken we dat er geen einde lijkt te komen aan het pesten. Het kan **24/24**. Daarnaast is het bewijs er ook voor een lange periode. De pesterijen kunnen stoppen, maar de berichten of foto's staan vaak nog lang online en blijven vaak circuleren.

Op onze school proberen we dit **preventief** aan te pakken door leerlingen deel te laten nemen aan **vormingen en lezingen**. Het onderwerp wordt in de bovenbouw ook besproken door middel van **boeken** en het vastleggen van **klasafspraken** over sociale media en respectvolle communicatie.

Leerlingen weten dat ze ook bij leerkrachten terecht kunnen om ongepast gedrag online aan te kaarten. Hierbij zetten we zeker ook in op de **samenwerking en gedeelde verantwoordelijkheid met de ouders**. Als school zijn we geen voorstander van klasgroepen voor leerlingen op sociale media. Zie bijlage afspraken en brief.

8. Hoe betrekken we ouders in deze aanpak?

Preventief

In eerste instantie willen we als school openstaan voor signalen die ouders aangeven over het welbevinden van leerlingen binnen onze school. Ouders moeten altijd terecht kunnen met bezorgdheden bij de klasleerkracht, zorgleerkracht of directie. Om deze stap te verkleinen zorgen we voor een open en warme school. We betrekken de ouders bij het schoolgebeuren.

Bij de start van het schooljaar is er telkens een klassikaal infomoment waarop de ouders kennis kunnen maken met de klaswerking en de klasleerkracht. Tijdens dit oudercontact vermelden de leerkrachten altijd de mogelijkheid om contact op te nemen met de zorgleerkracht, directie of zichzelf bij eventuele vragen of problemen.

De uitnodiging die ouders krijgen om deel te nemen aan lezingen in het kader van deze problematiek helpt ons ook om in te zetten op het voorkomen van pesten.

Proactief

Als school vinden we het belangrijk om de ouders mee te nemen in het traject. Hieronder verstaan we alle ouders van de betrokkenen (doelwit, pester, meelopers,..). Enkel op deze manier kunnen we samen naar een goede oplossing toewerken.

Hierbij zetten we in op **open en eerlijke communicatie**. Enerzijds worden de ouders op basis van mailverkeer, mondelinge gesprekken,... op de hoogte gehouden van de stappen die de school zet. Anderzijds verwachten wij ook dat

de ouders zelf in **gesprek gaan met hun eigen kind.** Bij weerstand spreken we ouders aan op hun verantwoordelijkheid om hun kind aan te spreken en te begrenzen. We vinden het uitermate belangrijk dat ouders achter de leerkracht staan voor het verder functioneren van het kind op school.

Aan alle ouders wordt ook expliciet gevraagd om zelf geen andere kinderen aan te spreken.

We reiken ideeën aan wat ouders wel kunnen doen: De website: allesoverpesten.be geeft 3 tips mee voor ouders om pesten te voorkomen. We kunnen bouwen aan veilige thuis als je **tijd maakt** voor je kind en een vertrouwensrelatie opbouwt. Wees alert voor signalen. Laat je kind weten dat je er bent als het je nodig heeft. Vervolgens moet je kind het **verschil leren tussen plagen en pesten**. Alsook het **verschil tussen klikken** (niet om iemand te helpen) **en melden** (wel om iemand te helpen). Vermijd bij (cyber)pesten om te praten over schuld en straf, zodat je kind niet bang is om bij jou aan te kloppen bij (pest)problemen.

9. Evaluatie en bijsturing

Hieronder omschrijven we op welke manier we ons antipestbeleid als school evalueren en bijsturen.

- Bij de opstartvergadering in augustus herhalen we het antipestbeleid voor het leerkrachtenteam. Alsook bespreken we 2x in een schooljaar het schoolbeeld die komt uit de leerlingenbevraging van Appwel vanaf het 2e leerjaar tot het 6e leerjaar. Bij de bespreking van dit schoolbeeld, sturen we ons antipestbeleid bij.
- Op één van de bijeenkomsten van de schoolraad (vertegenwoordiging school, ouders, buurt en bestuur) vragen we input op ons huidig antipestbeleid.
- In de kwaliteitzorgmatrix van onze school beschrijven we de tussentijdse acties en evaluaties om tegemoet te komen aan welbevinden, betrokkenheid en tevredenheid bij onze leerlingen en leerkrachten. Dit gebeurt systematisch.
- De zorgcoördinator volgt recente nieuwe informatie en onderzoeken op via:
    - Infomomenten Appwel
    - De maandelijkse nieuwsbrief van Kies kleur tegen pesten.
    - Tipreeks ‘pesten samen aanpakken’ van Klasse.
    - Alsook: we volgen recente onderzoeksresultaten over de digitale leefwereld van kinderen op via: https://www.apenstaartjaren.be/. Zij publiceren om de 2 jaar nieuwe resultaten. Als school geven we in de toekomst deze info mee aan de leerkrachten op een personeelsvergadering. Uit het onderzoek van 2024 blijkt:

→ Dat kinderen steeds vroeger beginnen aan mediagebruik. Focus je vooral op het gebruik wanneer de smartphone volledig geconnecteerd is, met sociale media en zonder veel afspraken thuis.

→ Dat we moeten zoeken in het lager onderwijs naar een effectieve manier om rond mediawijsheid te werken bij een zeer heterogene groep kinderen. *(We verwijzen hier graag naar onze preventieve aanpak hierboven omschreven.)*

→ Dat het loont en we verder moeten onderzoeken waarom tieners iets later aan sociale media lijken te beginnen, en de onderliggende dynamieken verder in kaart te brengen.

→ Dat we moeten blijven inzetten op een klimaat van vertrouwen en empathie waarin volwassenen (ouders, leerkrachten en begeleiders in informele contexten) met kinderen goede gesprekken kunnen voeren. Daarnaast moeten we er nog beter voor zorgen dat beschikbare hulplijnen goed bekend zijn bij alle jongeren. *(De beschikbare hulplijnen hangen uit bij het Meldpunt op onze school: brievenbus tegenover schoolbieb.)*

→ Dat scholen die zich richten op kinderen die in een financieel kwetsbare context opgroeien, nog extra kunnen steun gebruiken op vlak van mediawijsheid.

→ Dat als het gaat om de fysieke integriteit, de veiligheid of privacy van kinderen, we moeten streven naar 0 incidenten, zoals we het ook onaanvaardbaar vinden dat kinderen slachtoffer zijn van een verkeersongeval.

→ Dat digitaal welzijn een gedeelde verantwoordelijkheid van heel veel verschillende actoren is. Het is een collectief probleem dat niet altijd door individuele acties of veranderingen valt op te lossen. *(We verwijzen graag naar onze smartphonepolicy op school).*

→ Dat we moeten kansen blijven grijpen om kinderen in hun opvoeding en een krachtige leeromgeving op school te leren omgaan met de uitdagingen van digitale media.

- Verder evalueren we ons antipestbeleid via de evaluatietool voor onderwijs: https://www.zelfscanpestenonderwijs.be/signup

10. Waar kan je terecht?

- Als leerling:
  - Awel: www.awel.be
    Awel luistert naar kinderen en jongeren. Van verliefdheid tot angst, praten met je ouders en je goed voelen op school.
  - CLB chat: https://www.clbchat.be/

CLBch@t is een initiatief van de CLB-sector.
Zowel leerlingen als ouders zijn welkom met alle vragen over studeren, studiekeuze, goed voelen of gezondheid.

- Tele- onthaal: https://www.tele-onthaal.be/
  Bel of chat anoniem met onze vrijwilligers over wat jou bezighoudt. Dag en nacht. 24/24, 7/7. 100% vertrouwelijk.
- Lumi: https://www.lumi.be/
  Lumi is een opvang- en infolijn voor alle vragen van jongeren over gender en seksuele voorkeur. Je kan er informatie vragen of je verhaal doen. Lumi heeft ook een pagina voor begeleiders en ouders die graag een veilige omgeving willen creëren voor mensen die LGBT+ zijn.
- 1712: https://www.1712.be/nl
  Professionele hulplijn voor vragen over geweld, misbruik en kindermishandeling. 1712 luistert, geeft advies en verwijst door.
- Zelfmoordlijn 1813: https://www.zelfmoord1813.be/
  Lijkt zelfmoord soms nog de enige oplossing? Je wil niet meer denken of voelen? Je staat op een keerpunt, er moet iets veranderen. Bij de Zelfmoordlijn1813 staat er iemand voor je klaar. Elk gesprek is anoniem en gratis.

- Als ouder:
  - Opvoedingslijn: https://www.opvoedingslijn.be/
  - CLB chat: https://www.clbchat.be/
    CLBch@t is een initiatief van de CLB-sector. Zowel leerlingen als ouders zijn welkom met alle vragen over studeren, studiekeuze, goed voelen of gezondheid..

11. Bronnen

Sensibilisering bij de kinderen: Ketnet: Lied ‘Stip it’ + ‘Kijk niet weg’
Voor meer informatie over pesten kan je terecht bij:

- Alles over pesten: https://www.allesoverpesten.be/
- Kies kleur tegen pesten: https://kieskleurtegenpesten.be/
- Wij Pest Vrij: https://www.wijpestvrij.be/
- Stop pesten nu: https://www.stoppestennu.nl/

Voor meer informatie over aanpak pesten als ouder, kan je terecht bij:

- Medianest: https://www.medianest.be/
- Brochure: pesten aanpakken: wat kunnen ouders doen (https://koogo.be/product/brochure-pesten-aanpakken/)

Voor meer informatie over onderzoek kan je terecht bij:

- Apestaartjaren: https://www.apenstaartjaren.be/