

Zo pak je pesten aan

Leerlingen aan het woord

DOOR PIMENTO

W

Wat helpt tegen pesten? Wat maakt pesten erger? Hoe help je het best gepeste (mede)leerlingen op school? Pimento, de jongerenexpertiseorganisatie binnen het netwerk rond Chirojeugd Vlaanderen, vroeg het aan jongeren uit zeven Antwerpse scholen en aan hun leerlingenbegeleiding. Ze deden een interview met de interne leerlingenbegeleiders, namen een vragenlijst af bij 1056 leerlingen van de eerste graad van de deelnemende scholen en hielden per deelnemende school een focusgroeps gesprek met zeven à acht jongeren.

Dit zijn de conclusies uit het onderzoek:

- Jongeren hebben nood aan strenge maar rechtvaardige volwassenen op school die met autoriteit én consequent kunnen reageren op pestgedrag en daarna ook een empathisch gesprek kunnen voeren met de pester(s).
- Jongeren geloven minder in het succes van eenmalige acties dan in het succes van opvolgingstrajecten.
- Jongeren hechten veel belang aan het verzamelen van bewijs van een peestsituatie. Dat komt voort uit de angst niet geloofd te worden door volwassenen

of uit angst dat een pester volwassenen kan manipuleren.

- Jongeren melden niet graag pestproblemen uit angst om verklikker genoemd te worden en uit angst om meer of zelf gepest te worden. Ze vinden het melden aan volwassenen echter wel belangrijk. Een anonieme (digitale) mogelijkheid in elke school zou daarop een antwoord kunnen bieden.
- Jongeren weten niet goed hoe ze op een positieve manier kunnen opkomen voor zichzelf of voor een ander. Opkomen kan betekenen: praten met de gepeste, melden aan een volwassene, bewijs presenteren of verbale en fysieke agressie tonen. Jongeren zien opkomen voor een gepeste wel als een van de meer succesvolle acties. Daar preventief aandacht aan geven, lijkt ons daarom noodzakelijk.
- Jongeren verwachten dat volwassenen op dezelfde manier omgaan met cyberpestproblemen als met 'offline' pestproblemen. In een online context is het presenteren van bewijs makkelijker, volgens de deelnemers.
- Er is nood aan transparantie. Jongeren weten vaak niet wat er gebeurt als een pestprobleem wordt

PIMENTO VERSTERKT WIE MET JONGEREN WERKT

PIMENTO
is het kenniscentrum
binnen het netwerk rond
Chirojeugd Vlaanderen.

gemeld. Nochtans is er een sterk verband tussen het al eens meegemaakt hebben van een actie tegen pesten en het ingeschatte succes ervan. Meer weten wat er kan gebeuren, kan drempelverlagend werken.

- Er is nood aan een dynamisch pestbeleid. Niet elke jongere heeft dezelfde vaardigheden en dezelfde noden. Acties en advies afgestemd op de vaardigheden van de jongere die gepest wordt en het netwerk van die jongere kunnen het succes verhogen en het risico verkleinen. Tegelijkertijd heeft ook niet elke volwassene dezelfde (of de juiste) vaardigheden om op een adequate manier om te gaan met pesten (streng maar rechtvaardig). Ook daar moet een pestbeleid realistisch in zijn en het moet eraan aangepast worden.

Het onderzoek levert tips op voor leerlingen, leerkrachten en schoolteams, die op twee handige posters staan. ☺

DOE IETS aan pesten

Lees hier wat jij kan doen.

KOM OP VOOR DE GEPESTE



Troost, steun en praat met de gepeste. Praat op een rustige maar kordate manier met de pester of de vrienden van de pester.

BEWIJS VAN ONLINE PESTEN



Hou het bewijs bij en geef het aan een volwassene die je vertrouwt.

BRENG EEN VOLWASSENE OP DE HOOFTE



Deze persoon bekijkt samen met jou wat er kan en/of moet gebeuren. Dat kan samen met de gepeste of alleen.

LIEVER ANONIEM MELDEN?



Probeer je melding anoniem te doen (via Smartschool bijvoorbeeld) en vraag de volwassene om de melding anoniem te houden.

TRANSPARANTIE



Vraag wat er verder met de melding zal gebeuren.

WAT ZIE JE ZELF ZITTEN?



Denk na wat je zelf ziet zitten om te doen. Doe niks wat je denkt dat het pesten erger zal maken.



Meer weten?

<https://www.pimento.be/omgaan-met-pesten/>: lees het volledige onderzoeksrapport en download er gratis de poster met tips tegen pesten voor leerlingen, leerkrachten en schoolteams

Omggaan met
PESTEN
volgens jongeren van de 1^e graad

VERWACHTINGEN VAN JONGEREN NAAR VOLWASSENEN OP SCHOOL

GESPREK EN OPVOLGING



Herhaaldelijk en afgestemd op de jongeren.

WEES STRENG MAAR RECHTVAARDIG



Reageer met autoriteit en laat je niet manipuleren.

TRANSPARANTIE



Vertel aan de jongere wat er verder gebeurt na de melding.

ONLINE = OFFLINE



Reageer hetzelfde op online en offline pestgedrag.

WAT MAAKT HET PESTEN ERGER?

NABLIJVEN



SOCIALE MEDIA VAN DE PESTER CONTROLEREN



ZEGGEN DAT DE PESTER MOET STOPPEN



Deze drie acties zorgen ervoor dat de pester meer of harder gaat pesten omdat ...

... de pester boos kan worden.
... de pester er te gemakkelijk mee weghomt.

WAT KAN JE OMSTANDERS AANRADEN EN WAT IS DAARBIJ BELANGRIJK?

OPKOMEN VOOR DE GEPESTE



Troosten, praten, steunen en eventueel samen melden.

DE PESTSITUATIE MELDEN



Melden kan alleen of samen met de gepeste.

WERK AAN EEN PESTBELEID



Zorg dat er verschillende acties uitgewerkt zijn op maat van de competenties van de volwassenen op school en de jongeren.

KEUZE VAN AANSPEEKPUNT



Laat de jongeren zelf een aanspreekpunt kiezen die ze vertrouwen om de peestsituatie aan te melden.

ANONIEM MELDEN



Geef jongeren de mogelijkheid om een anonieme melding te doen.

OP MAAT VAN (HET NETWERK VAN) DE GEPESTE



Geef advies op maat van de noden en competenties.

Pimento is expert in weerbaarheid en pesten. Ontdek alles over het onderzoek 'Omggaan met pesten' en ons aanbod educatief materiaal, vorming en beleidsondersteuning.

PIMENTO

www.pimento.be