



Pestkoppen: zonder vrienden

Wie pest, voelt zich meestal stoer. En dat maakt indruk op de klasgenoten. Pestkoppen willen vooral aandacht en hun zin krijgen. Sommigen hebben niet eens door dat ze iemand anders pijn doen of verdrietig maken. Pestgedrag begint rond de leeftijd van tien jaar en zou moeten verdwijnen na 14-15. Wie daarna nog pest, heeft wellicht ook andere gedragsproblemen. Pestkoppen blijven dikwijls zonder vrienden achter.

▶▶▶ Vaak weten ouders van pestkoppen niet eens dat hun kind een pestkop is. Toch kunnen ze het pestgedrag verhelpen of zelfs voorkomen. Zelf het goede voorbeeld geven bijvoorbeeld. Ook ouders pesten soms: agressie in het verkeer, roddelen enz. ◀◀◀

Laura (40):

«Mijn dochter werd uitgesloten, gepest. Ik weet niet waar het allemaal is begonnen. Sara heeft littekens van brandwonden. Misschien is het dat wel. En Sara zei niks. Ze durfde niet. Op een dag was ze zo lang aan haar huistaak bezig dat ik ging kijken. Al haar papieren zaten los. Ik vroeg haar «Sara, hoe komt het dat je papieren los zitten?» Toen bleek dat klasgenoten op haar kaften hadden getrapt tot ze kapot waren. Dan pas heeft ze me willen vertellen wat er aan de hand was op school. Zo hebben we er stilletjesaan iets kunnen aan doen. Ze heeft intussen zelfs een spreekbeurt gehouden over haar brandwonden. In de hoop dat het pesten daarmee zou ophouden. Maar zo simpel is dat niet.»

▶▶▶ Kinderen durven meestal thuis niet zeggen dat ze worden gepest op school. Toch zenden ze dan

signalen uit, die ouders kunnen herkennen. Als een kind plots niet graag meer naar school gaat, niet meer uitgenodigd wordt op feestjes of om te gaan spelen, er ongelukkig uitziet, dan is er iets aan de hand. Vraag er naar. Neem contact op met de school als het inderdaad om pesten gaat. ◀◀◀

Pestkoppen in elke klas



Bea (38):

«Kristien had veel vrienden in de klas. Ze was een spontaan kind. Toen moest ze een jaar blijven zitten. Geen probleem, dachten we. Maar alles veranderde. Ze werd buitengesloten door haar nieuwe klasgenootjes. Plots wou ze niet meer naar school. «Ik vind het niet prettig op school.» Ik geloofde het niet toen ze kloeg over pesterijen. Zo erg zou het allemaal wel niet zijn. Op het oudercontact wou de leraar mij spreken. Mijn dochter werd gepest. Ze hebben het probleem aangepakt op school, maar het lukt niet. Heel even leek alles beter te gaan, en nu is het opnieuw begonnen.»

▶▶▶ De oplossing voor pesten ligt nooit dichtbij. Het is een lang proces. Vaak denken ouders dat het zal over gaan als ze er met iemand van de school over praten. Maar dat is slechts een begin. Ook de gevolgen blijven meestal lang voelbaar. Het gepeste kind heeft het lastig om zich weer rustig te voelen, om zijn zelfvertrouwen terug te krijgen. Dat vergt tijd. ◀◀◀



Slachtoffers: iedereen

Er zijn geen speciale redenen waarom iemand wordt gepest. Het is niet omdat uw kind rood haar, een brilletje of een beugel heeft dat hij het slachtoffer van pesten zal worden. Het zijn de pestkoppen die beslissen wie ze kiezen als slachtoffer. Het uiterlijk is nooit de oorzaak, misschien wel de aanleiding. De gemakkelijkste slachtoffers zijn natuurlijk de kinderen die zich makkelijk laten doen. Maar verder is het voldoende anders te zijn. En dat is iedereen wel.

▶▶▶ Ouders kunnen hun kinderen helpen door ze op te voeden tot weerbaarheid. Zodat ze kunnen opkomen voor zichzelf. Niet in de zin van: «Laat je niet doen, hé», maar zo dat ze met zelfvertrouwen kunnen opkomen voor zichzelf. Als een kind bovendien voelt dat het met zijn ouders over alles kan praten, zullen zij een pestprobleem vlugger ontdekken. ◀◀◀

Bert (42):

«Het spontane was eraf bij Steven. Hij werd moeilijker van karakter. Ik had al lang vermoedens dat er op school wat scheelde. Zijn oudere broer wist dat hij op school werd gepest. Maar Steven wou het zelf oplossen. Er kwam geweld bij te pas, **vechten** op de speelplaats. Allen tegen een. Uiteindelijk zijn er toch enkele leerlingen geweest die vonden dat het niet meer kon. Die hebben het de leraar verteld. Dan is de bom gebarsten. De leraar heeft het probleem grondig aangepakt en nu, twee jaar later, lijkt alles eindelijk opgelost.»

▶▶▶ Een pestprobleem aanpakken kan niet zonder de samenwerking van ouders, kind, school, eventueel PMS. **Samen** kunnen ze er iets aan doen. Maar het blijft een geduldwerk, waarbij alle betrokkenen zich moeten blijven inzetten. ◀◀◀

Meelopers: het publiek

Heel wat kinderen kijken toe als er wordt gepest. Misschien doen ze zelfs mee. Zonder meelopers zijn er geen pestkoppen, want die hebben dan geen **publiek** meer. Meestal weten die meelopers wel dat het fout is wat er gebeurt. Maar ze zijn bang om het te gaan vertellen. Want dan zijn ze klikspaan. Ze blijven vaak lang met een schuldgevoel zitten.

▶▶▶ Ouders kunnen hun kinderen duidelijk maken dat wie pesten signaleert geen klikspaan is. Dat ze niet alleen zullen staan als ze durven zeggen dat het niet langer kan. Het is rechtvaardig en eerlijk, het is een bewijs van verdraagzaamheid. Pesten is niet goed te praten. ◀◀◀

Eén op vier

In Vlaanderen meldt 23 % van de leerlingen in het basisonderwijs regelmatig of vaker **slachtoffer** te zijn van pesterijen. In het secundair onderwijs nog 15 %. 16 % van de leerlingen uit het basisonderwijs **pest** regelmatig of vaker andere leerlingen. In het secundair onderwijs is dat nog 12 procent. Dat bleek uit een onderzoek dat de Universiteit Gent deed bij 10 000 leerlingen tussen de 10 en 16 jaar. Pesten en gepest worden neemt dus duidelijk af met de leeftijd. Maar voor een grote groep kinderen is het de pijnlijke realiteit van elke dag. Als uw kind komt vertellen over pesten, neem het dan ernstig. Als u merkt dat uw kind stiller en banger wordt, een plotse afkeer van de school gaat vertonen waar dat vroeger niet het geval was, praat er dan mee.

- Laat hem voelen dat u thuis achter hem staat, dat hij zich veilig mag voelen, **dat u er samen iets zult aan doen**.
- Schep daarbij geen **valse** verwachtingen: de oplossing ligt niet zomaar voor het grijpen.
- Neem zeker contact op met de school. Noem geen **namen**, maar vraag hen op pesten te letten.
- Zorg ervoor dat uw kind zich weerbaar kan opstellen, dat het voor **zichzelf** kan opkomen. Stimuleer onafhankelijkheid.
- Laat het een **hobby** kiezen waardoor het vrienden kan maken buiten de school, in de muziekschool, de jeugdbeweging bijvoorbeeld.



Wat kunnen ouders doen?

Samen sterk

- Veel **scholen** hebben een actie tegen pesten georganiseerd. Het probleem is de jongste jaren in Vlaanderen bespreekbaar geworden. Maar de zaak kan niet worden opgelost door de school alleen. Hier is een gezamenlijke aanpak nodig. Daarom besteden we ook in Klasse voor Leerkrachten en Klasse voor Jongeren aandacht aan het pestprobleem. Een unieke kans om er samen wat aan te doen.
- De verschillende **ondersteuningscentra** van de ouderverenigingen hebben brochures en projecten rond pesten. Neem via uw oudercomité contact met ze op.
Koepel van Ouderverenigingen van het Officieel Gesubsidieerd Onderwijs (KOOGO) - Ravensteingalerij 27 bus 8 - 1000 Brussel - tel 02-512 88 74 - fax 02-502 12 64.
Raad voor Ouders van het Gemeenschapsonderwijs (ROGO) - Schoonmeersstraat 26 - 9000 Gent - tel 09-242 01 68 - fax 09-242 01 69.
Vlaamse Confederatie van Ouders en Ouderverenigingen (VCOV) - Guimardstraat 1 - 1040 Brussel - tel 02-511 65 05 - fax 02-514 33 21.
- Een schitterend **boek** voor elke ouder is «Pesten, gedaan ermee» van Gie Deboutte. U krijgt het met **KLASSE** nu met 20 % korting (voor 315 fr i.p.v. 395, excl. verzendingskosten).

PESTEN, GEDAAN ERMEE

- Ja, ik ontvang graag het boek «Pesten, gedaan ermee» voor 315 fr. i.p.v. 395 fr. Ik betaal na ontvangst.

Naam: _____

Adres: _____

Knip deze bon uit, kleef hem op een briefkaart en stuur hem naar **BDJ Jeugd en Vrede - Pesten - Van Elewycxstraat 35 - 1050 Brussel**.

klasse