

LAAT JE ZIEN

17 t/m 21 september 2018



**WEEK
TEGEN
PESTEN**

DOEBOEK



LAAT JE ZIEN

Alsjeblieft! Met dit doeboek kun je zo aan de slag. Het biedt allerlei oefeningen om in de *Week Tegen Pesten 2018* te werken aan het sociale klimaat in je klas. Maar je kunt het boek ook gebruiken om eens een paar oefeningen zelf, met een collega of met je team te doen.

De *Week Tegen Pesten* wordt jaarlijks georganiseerd door Stichting School & Veiligheid en vindt telkens in september plaats. Dit jaar staat in deze week de vertrouwensband tussen leraar en leerling centraal. Uit diverse onderzoeken komt naar voren dat leerlingen het moeilijk vinden naar een leraar toe te stappen als er gepest wordt. Onder het motto [Laat je zien!](#) helpen de oefeningen je om tijdens de *Week Tegen Pesten*, en in de rest van het jaar, te werken aan het wederzijds vertrouwen tussen jou en je leerlingen. Zo bouw je aan een sociaal veilig schoolklimaat waarin aandacht is voor het voorkomen en aanpakken van pesten.

Trots zijn wij dat dit doeboek mede tot stand is gekomen door bijdragen van een aantal bekende personen en instellingen, die de klas van binnenuit kennen. Zij hebben speciaal voor de *Week Tegen Pesten 2018* materiaal gemaakt dat zich richt op de vertrouwensband tussen leraar en leerling.

Zo heeft Jacques Vriens, kinderboekenschrijver en oud-directeur basisonderwijs, een persoonlijk en prikkelende voorwoord geschreven. Wij zijn daar zeer verheugd over en we hopen jij ook.

Dan bedanken wij Meester Yasin. Yasin Yaylali is leraar en bekend van zijn vele YouTube-filmpjes over zijn belevenissen, zijn kijk en visie op het leraarschap en praktische tips. Hij maakte speciaal voor ons voor de *Week Tegen Pesten 2018* de film 'Helemaal alleen' en bijbehorend lesmateriaal. Hiermee kun je op een speelse en interactieve manier met je klas aandacht besteden aan pesten.

Voor het ontwikkelen van een vertrouwensband is goed luisteren essentieel. Wij zijn dan ook heel blij met het materiaal dat de Anti Pest Club van de Evangelische Omroep ter beschikking heeft gesteld. Aan de hand van dit materiaal is een speciale oefening gemaakt waarin je voor jezelf of met een collega kunt onderzoeken hoe actief jij luistert.

Namens Stichting School & Veiligheid,
Veel plezier en **Laat je zien!**



INHOUD



Dit doeboek bestaat uit verschillende oefeningen die je kunt doen met je leerlingen, je team of voor jezelf. Het boek is als volgt opgebouwd...

Pag 4: Voorwoord

Pag 6: Aan de slag met je klas

Pag 16: Aan de slag individueel,
in een duo of met je team

Pag 23: Werkbladen



VOORWOORD

Anti-pesten moet in de genen van je school zitten.

Op de 'lagere school' - we gaan even terug naar de jaren vijftig van de vorige eeuw - werd ik vaak uitgescholden voor 'dikke'. Vlak na de oorlog geboren was ik vergeleken met mijn klasgenoten tamelijk stevig. Verder werd ik gepest omdat ik een 'stijve hark' was, want op de jongensschool waar ik zat, voetbalden we altijd tijdens gymnastiek en daar bakte ik niks van.

Ik weet dus uit eigen ervaring hoe het voelt om gepest te worden

Toen ik later zelf (hoofd-)meester werd, was pesten iets dat alle aandacht kreeg, omdat ik mij realiseerde dat het belangrijk is dat kinderen zich veilig voelen op school en ze er iedere dag zonder tegenzin naar binnen stappen. Dat gevoel had ik als kind nauwelijks gekend.

Vanaf de eerste dag deed ik er alles aan om mijn collega's ervan te doordringen dat je als 'anti-pestschool' met elkaar op één lijn moet zitten en dat het van het grootste belang is dat iedereen op school op een aardige manier met elkaar omgaat. Verschillen in uiterlijk, kleding, religie, afkomst, maar

ook in prestaties, sportiviteit, creativiteit enz. worden positief benoemd vanaf de éérste dag dat kinderen op school zitten, met als motto: 'Stel je voor dat we allemaal hetzelfde zouden zijn. Dat zou saai worden.'

Daarbij moet je je als leerkracht ook kwetsbaar durven opstellen en je 'zwakke' kanten laten zien.

Een ander belangrijk punt is m.i. ook dat kinderen vanaf groep 1 weten dat ze met elkaar verantwoordelijk zijn voor de sfeer in de school. Niet alleen voor een opgeruimd lokaal of de rust in de groep tijdens het werken aan een taak, maar ook voor elkaars welbevinden.

Vertrouwen in de leerkracht is daarbij een voorwaarde. Weten dat je als kind gezien wordt en niet alleen staat. Dan durf je ook naar de juf of meester toe te stappen of zijn er vrienden of vriendinnen die komen zeggen dat je in de knel zit. (Ruim honderd jaar geleden zei de bekende Amsterdamse schoolmeester Theo Thijssen het al: kinderen willen gezien worden.)

Als er dan toch nog wordt gepest, zijn er duidelijke afspraken over hoe dit binnen de hele school wordt aangepakt.



Juf of meester praat met de pester(s) en er wordt niet volstaan met een 'dat mag niet', maar er wordt indringend met ze gesproken en herinnerd aan de afspraken die er al bestaan vanaf groep 1. De ouders worden er (voorlopig) buiten gelaten, maar de leerkracht houdt het wel goed in de gaten. Ook collega's zijn op de hoogte. Mocht het pestgedrag doorgaan, dan is een strengere aanpak nodig, waarbij kinderen vooral moeten ervaren dat de school het hoog opneemt, maar dat er altijd een weg terug is.

Belangrijk is ook dat de pester zich realiseert wat hij of zij het slachtoffer aandoet. Een gesprek tussen deze twee (zo nodig met vriendje of vriendinnetje erbij, zowel van pester als gepeste) helpt vaak goed.

Het gepeste kind mag daarbij niet in de 'zielige hoek' terechtkomen. Het moet ook leren om voor zichzelf op te komen en te kunnen zeggen: 'Ik wil dat je ophoudt. Je gaat te ver. Je doet me pijn!'

Vaak kan het ook goed zijn om het met de hele klas te bespreken, vooral omdat vanaf groep 1 telkens duidelijk is gemaakt wat pesten betekent. Er zullen dan zeker kinderen zijn die het opnemen voor elkaar.

Kortom: pesten los je niet op met protocollen of anti-pestprogramma's. Het moet in de genen van je school zitten.



Jacques Vriens,
kinderboekenschrijver en oud-directeur basisonderwijs



AAN DE SLAG MET JE KLAS

Wat je moet weten over deze oefeningen:

- Het lesmateriaal dat hoort bij 'Aan de slag met je klas' is gebaseerd op de film 'Helemaal alleen'.
- Leuk om te weten voor jou en de leerlingen is dat de film gemaakt is door Meester Yasin. Wellicht ken je hem van zijn [YouTube-filmpjes](#).
- De film duurt circa 25 minuten.
Tip: [bekijk de film zelf vooraf al een keer](#).
- Het lesmateriaal bestaat uit vijf samenhangende delen: idealiter doe je elke dag in de Week Tegen Pesten een les. Maar je kunt de lessen ook over een ruimere tijd verdelen.
- Elk deel bestaat uit vragen en/of oefeningen en duurt maximaal 60 minuten.
- Er zijn extra [oefeningen](#) die je kunt doen als je tijd over hebt.
- De vragen bij elk deel grijpen terug op de film. Als er veel tijd zit tussen het behandelen van de verschillende delen, is het aan te raden om voorafgaand aan elk lesdeel de film even terug te kijken.

- Bij deel een, twee en drie van het lesmateriaal horen werkbladen. De werkbladen vind je [hier](#) en kun je afdrukken en aan de leerlingen uitdelen.

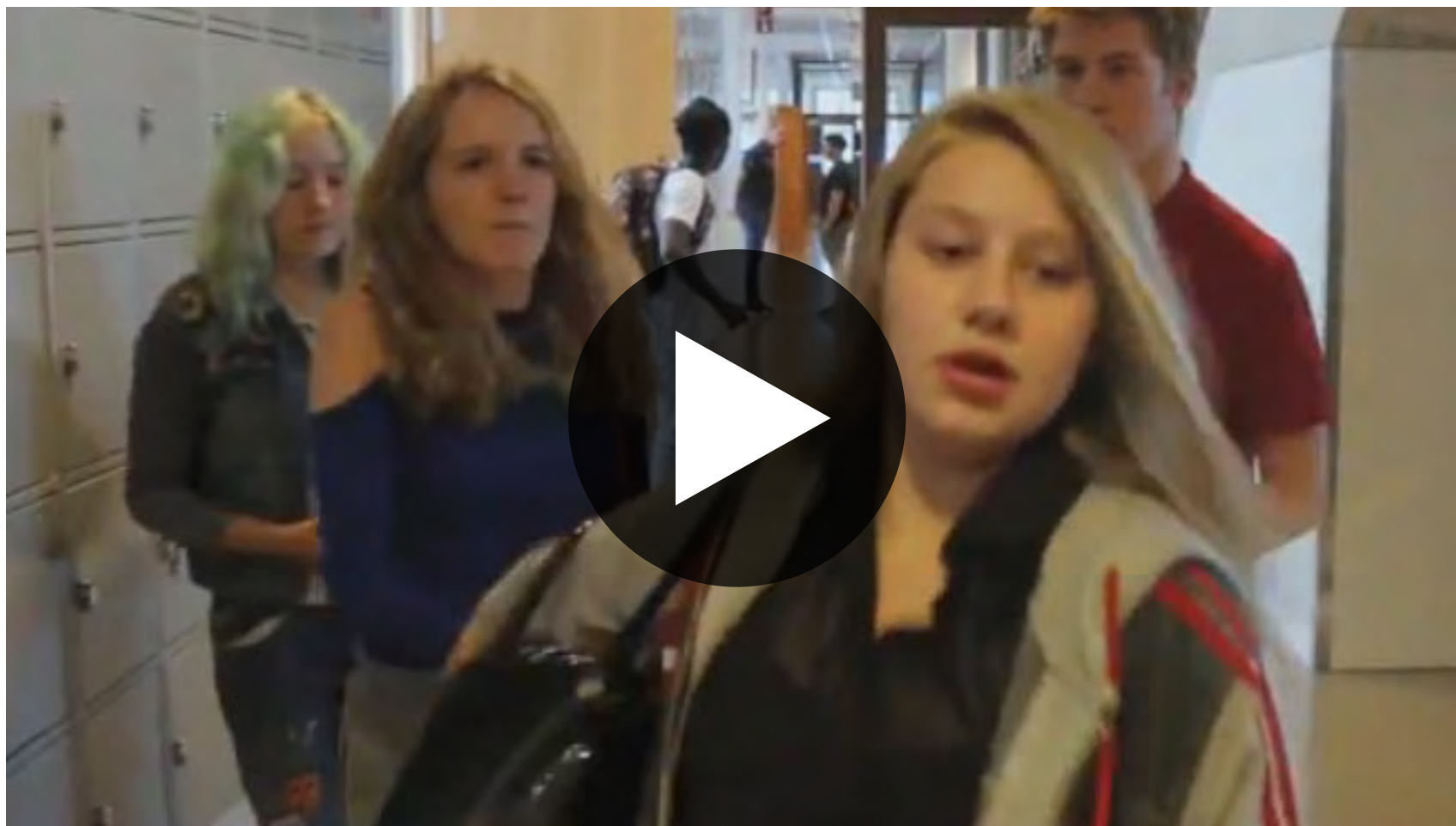
[Deel 1:](#) Inleidende les over de film en het thema pesten.

[Deel 2:](#) Over pesten. Het onderwerp komt iets dichterbij en de leerlingen wordt gevraagd een mening te vormen. Daarnaast hebben we het over pesten gekoppeld aan personages en momenten in de film.

[Deel 3:](#) Leef je in! De leerlingen gaan zich inleven in de personages en hun keuzes, om dit vervolgens te koppelen aan hun eigen leefwereld.

[Deel 4:](#) STOP! Leerlingen delen hun meningen klassikaal om de waarden en normen rond het thema duidelijk te maken.

[Deel 5:](#) Wees creatief! Een creatieve afsluiter (van de week).



Over de film

De film 'Helemaal alleen' is speciaal voor de Week Tegen Pesten 2018 gemaakt op initiatief van en door Meester Yasin en mogelijk gemaakt door Stichting School & Veiligheid. De film is bestemd voor leerlingen van 10 t/m 14 jaar (po en vo). Het thema is pesten. De cast voor de film bestaat voor het grootste gedeelte uit leerlingen. De film spitst zich toe op de vertrouwensband tussen de leerling en zijn leraar.

Kern van de film

In de film maak je kennis met Kim en Melissa, twee beste vriendinnen. Na audities voor de musical dat schooljaar en de tussenkomst van klasgenoot Joey, raakt de vriendschap tussen Kim en Melissa bekoeld. Tijdens een les merkt Melissa dat zij buitengesloten raakt. Als de klas haar volledig buitensluit, zoekt zij contact met haar mentor om een oplossing te vinden.



DEEL 1

Inleidende Les over de film en het thema Pesten

LESDOEL:

Verkennen van het onderwerp pesten in algemene zin. Vervolgens het onderwerp op een gestructureerde manier verder onderzoeken naar aanleiding van de film. Aan het eind van de les hebben leerlingen meer inzicht in wat pesten is.

BENODIGDHEDEN:

- Whitebord met internet: [klik hier voor de film.](#)
- Potlood of pen.
- Werkblad 'Inleidende les over de film en het thema Pesten'.

Opwarming: een klassikale oefening voorafgaand aan de film

"Wat weet je al over pesten?"

Met deze vraag activeer je het geheugen over dit onderwerp. Dit kan bijvoorbeeld in een klassengesprek, een mind map of woordspin.

Je kunt hier ook vragen naar het verschil tussen pesten en plagen, dit staat voor leerlingen goed uitgelegd op de website van [Pestweb](#).

Pesten kan ontstaan in de context van een negatieve groepssfeer. Iedereen in de groep heeft hierbij een rol. Het stimuleren van gewenst gedrag helpt daarom goed om pesten tegen te gaan en bevordert een positieve sfeer in de klas. Een groepsproces doorloopt een aantal fases waarin jij als leraar een grote rol speelt. Meer informatie over pesten en groepsdynamica vind je op [de website van Stichting School & Veiligheid](#).

KIJK NU DE FILM MET JE KLAS

Vragen die je kunt stellen ná het bekijken van de film:

1) Beschrijf wat je van de film vond. Gebruik minimaal drie beoordelingswoorden.

Antwoord: eigen mening van de leerling. Voorbeelden van beoordelingswoorden zijn: spannend, realistisch, onwaarschijnlijk, verrassend, voorspelbaar, herkenbaar, realistisch, saai, leerzaam, ingewikkeld enz. Hiermee kun je het samen met de klas hebben over de mogelijke verschillen in meningen over wat pesten is en wat wel/niet erg is.

2) De film begint met een intro over de vriendschap tussen Kim en Melissa. Wat vind jij belangrijk in een vriendschap?

Antwoord: eigen mening

3) Zet de volgende gebeurtenissen in de goede volgorde.

- A. De politie komt langs om voorlichting te geven.
- B. De juf vertelt over de musical die dit jaar moet worden voorbereid.
- C. Melissa en Kim maken het weer goed.
- D. De mentor en Melissa hebben een gesprek.
- E. Kim vertelt over de foto's van Melissa die zij aan de klasgenoten wil laten zien.

Antwoord: B - E - D - A - C

4) Welke gebeurtenis uit vraag 3 vond jij het belangrijkste? En waarom?

Antwoord: eigen mening

5) Hoe liep de film af? Wat vind je daarvan?

Antwoord: eigen mening





DEEL 2

Over pesten

Handig ter voorbereiding: [Klik hier](#) voor meer achtergrond over pesten en plagen en groepsdynamica.

LESDOEL:

In de eerste les is gesproken over pesten en het verschil met plagen, over een positieve sfeer in de klas. Aan het einde van deze les begrijpen de leerlingen wat pesten is en welke rollen leerlingen spelen in peestsituaties.

BENODIGDHEDEN:

- Potlood of pen.

1) Op welke manier wordt er in de film gepest en wie in de film doet wat?

- Verbaal pesten of relationeel: uitlachen van Melissa en haar buitensluiten.
- Fysiek pesten: gooien met haar tas.
- Cyberpesten: foto's rondsturen.

Het herkennen van pesten is voor een leraar niet makkelijk omdat het zich in een groepsproces afspeelt. In een groep heeft iedereen een rol en als er gepest wordt, heeft iedereen daarmee te maken. Om een peestsituatie te onderzoeken hebben we het over de rollen die een ieder in die situatie heeft.

In de film is sprake van een peestsituatie en spelen de personages verschillende rollen. Wij gaan proberen de personages uit de film te koppelen aan een rol. Wij hebben het bij de vragen over **de gepeste, degene die pest, de buitenstaander, de meeloper en de helper.**

2) Een leerling die een andere leerling met opzet verdriet en pijn doet en blijft doorgaan, noemen we de:

- A. gepeste leerling
- B. leerling die pest**
- C. leerling die helpt

In de film is dit:

Kim.

3) Een leerling die het pesten ziet in de klas, maar niks doet of durft te doen, noemen we:

- A. degene die pest.
- B. een meeloper.
- C. een buitenstaander.**

In de film is dit:

Verskillende leerlingen in de klas zeggen niks.

4) Een leerling die weinig vrienden heeft,
en misschien onzeker is, kan :

- A. gaan pesten.
- B. iemand die gepest wordt, helpen.
- C. **(daarom) gepest worden.**

In de film is dit:

**Melissa, maar in de praktijk zou ook antwoord A
voor kunnen komen.**

5) Wat is een helper bij pesten?

- A. Iemand die zelf ook wordt gepest en dit niet leuk vindt.
- B. **Iemand die de pester vertelt dat hij moet stoppen.**
- C. Iemand die meelacht met degene die pest en soms ook pest.
- D. **Iemand die naar de leraar of mentor gaat om te zeggen dat er gepest wordt.**

In de film is dit:

**De leraar, Marouane op een moment ook in de klas.
Antwoord B en D.**

6) Een meeloper noemen we een leerling die:

- A. de gepeste klasgenoot aanmoedigt om voor zichzelf op te komen.
- B. **niet actief meedoet aan het pesten, maar degene die pest wel aanmoedigt door bijvoorbeeld te lachen om de pesterij.**
- C. juist voor de gepeste leerling opkomt door te zeggen dat het pesten moet stoppen.

In de film is dit:

Een gedeelte van de klas.

7) Wat zou je doen als iemand jou pest?

- A. Ik zou het met mijn ouders bespreken.
- B. Ik zou een leraar of mentor op school zoeken om te praten.
- C. Ik bespreek het met mijn vrienden of vriendinnen.
- D. Ik doe niets.

Antwoord: eigen antwoord



DEEL 3

Leef je in!

LESDOEL:

Aan het einde van de les kunnen de leerlingen zich inleven in het verhaal en kunnen zij hun eigen gevoelens en ervaringen onder woorden brengen. Tevens leren zij zich realiseren wat de waarde is van goed contact met de leraar.

BENODIGDHEDEN:

[Print hier de tabel met vragen.](#)

INSTRUCTIE:

Verdeel de klas in duo's. Geef ieder duo één van onderstaande vragen. Geef daarbij de aanwijzing: 'Probeer je in te leven in de hoofdpersonen. Wat voelden zij of wat dachten zij tijdens de film? Waarom namen ze bepaalde beslissingen?' Laat de leerlingen hier 10 minuten over praten. Bespreek klassikaal een aantal (van de voor jou belangrijkste) vragen.

- Wat vind je van de vriendschap tussen Kim en Melissa?
- Een goede band met je leraar of mentor is heel belangrijk. Waarom denk je?
- Hoe omschrijf je het karakter van Kim? En van Melissa?

- Welke tip zou je de mentor van Melissa en Kim geven om een goede band te krijgen met de klas?
- Hoe moet Melissa zich gevoeld hebben toen zij de klas in kwam, maar niemand met haar sprak?
- Welke tip heb je voor jouw eigen mentor of leraar om meer vertrouwen te krijgen van de leerlingen?
- Wat zou Melissa hebben tegengehouden om meteen naar haar mentor te gaan voor een gesprek?
- Wat heb jij nodig om naar je leraar te gaan in een pestsituatie?
- Waarom zou Kim boos zijn op Melissa volgens jou?
- Er zijn weinig leerlingen die iets melden bij de school als ze worden gepest. Hoe komt dat denk je?
- De ouders van Melissa waren erg betrokken bij school, die van Kim waren minder geïnteresseerd. Hoe is dat voor Kim denk je?
- Wat zou er volgens jou moeten veranderen in jouw groep om ervoor te zorgen dat er niet meer gepest wordt? Hoe kan jouw klas hiervoor zorgen?



DEEL 4

STOP!

LESDOEL:

Leerlingen leren verschillende opvattingen rondom het onderwerp pesten en plagen. Door het onderwerp vanuit verschillende situaties te benaderen, leren zij zich in te leven in de ander en wordt een kritisch-onderzoekende houding gestimuleerd. De leerlingen vormen tijdens het klassengesprek op een respectvolle manier hun eigen mening over het onderwerp en accepteren de mening van een ander in de klas.

BENODIGDHEDEN:

- Whitebord met internet: [klik hier voor de film.](#)
- Kleine kladblaadjes.
- Een mandje.
- Potlood of pen.

INSTRUCTIE:

**De klas wordt verdeeld in twee groepen: groep A en groep B.
Je legt aan de klas de oefening uit:**

Tijdens deze opdracht gaan we het hebben over pesten en plagen. Je gaat jouw mening delen met de klas. Jullie krijgen allemaal alvast een papiertje om straks tijdens de film iets op te schrijven.

Groep A

Jullie schrijven gebeurtenissen uit de film op die te maken hebben met pesten. Dit doe je allemaal individueel.

Bijvoorbeeld: 'Niemand praatte tegen Melissa toen zij de klas binnenkwam.'

- Dit schrijf je dan op een blaadje met erboven het woord 'pesten'. Daar maak je een propje van.

Groep B

Jullie schrijven gebeurtenissen uit de film op die te maken hebben met plagen. Dit doe je allemaal individueel.

- Dit schrijf je dan op een blaadje met erboven het woord 'plagen'. Daar maak je een propje van.

Hierna verzamel je alle propjes van groep A en B samen in een mandje. Lees klassikaal elk propje voor. Tijdens het oplezen mogen leerlingen 'STOP' roepen als ze bezwaar willen maken (iets juist wel of geen pesten/plagen vinden). Deze propjes leg je apart op een stapeltje. Deze stapel gebruik je om met elkaar in gesprek te gaan. Waarom is dit een twijfelgeval? Wie vindt dit plagen, wie juist pesten en waarom?

Bespreek met elkaar waarom iets pesten is en geen plagen.



DEEL 5

Wees creatief! En laat HET zien!

De *Week Tegen Pesten* is van de hele school en is op verschillende manieren in te vullen. Om de week creatief af te sluiten, betrek je bijvoorbeeld de tekenleraar bij die afsluiting of ga je zelf aan de slag met een creatieve opdracht.

LESDOEL:

Leerlingen leren op een creatieve manier hun eigen idee over pesten te verbeelden via een persoonlijke poster of een storyboard.

Een poster of een storyboard

BENODIGDHEDEN:

- Papier (A4).
- Potloden, schaar.
- Eventueel ander knutselmateriaal.

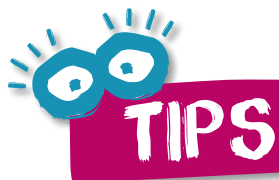
INSTRUCTIE:

Laat de leerlingen een persoonlijke poster of storyboard (klein verhaaltje in stripvorm) maken rondom het thema pesten. Voorbeelden van posters zijn die van de Week Tegen Pesten en Pestweb.



TOT SLOT:

Versier de klas/de school met al het materiaal en nodig ouders uit om dit te bewonderen. Zo betrek je ouders ook bij het onderwerp. Dat is niet overbodig, want ook zij spelen een rol bij het opbouwen van een vertrouwensband en hebben een verantwoordelijkheid bij het aanpakken van pestgedrag.



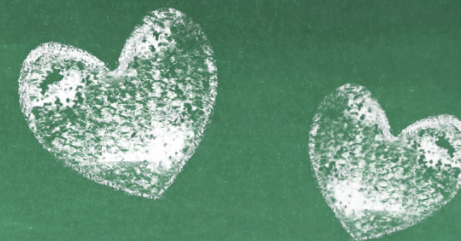
Heb je tijd over?
Doe dan deze oefeningen:

A) VIND DE STOEL!

LEERDOEL:

Letterlijk blind vertrouwen op elkaar(s aanwijzingen).

- 1. Je maakt eerst duo's in de klas.**
- 2. Alle stoelen en tafels gaan vervolgens aan de kant.**
- 3. In de klas wordt een stoel in het midden van de ruimte gezet.**
- 4. Het eerste duo gaat beginnen: een van de leerlingen krijgt een blinddoek.**
- 5. De geblinddoekte leerling moet nu door de andere leerling naar de stoel in het midden worden gegidst.**



B) VIND EEN OVEREENKOMST!

LEERDOEL:

Contact met elkaar krijgen, kennismaken en een basis voor een vertrouwensband leggen. Tijdens deze oefening ga je op zoek naar overeenkomsten tussen jou en een andere leerling in de klas. Dit kan van alles zijn, dezelfde soort schoenen, dezelfde haarkleur, allebei een meisje of jongen, dezelfde hobby enz.

- 1. Alle stoelen en tafels moeten aan de kant.**
- 2. Alle leerlingen nemen nu plaats in de ruimte.**
- 3. Na het seintje van de leraar gaan zij stil door de ruimte lopen.**
- 4. Wanneer de leraar stop zegt, moet je naast iemand gaan staan die een overeenkomst heeft.**
- 5. De leraar vraagt nu een aantal koppels wat de overeenkomst is.**
- 6. De volgende rondes zoeken leerlingen weer iemand anders om een koppel mee te vormen.**



AAN DE SLAG



INDIVIDUEEL, IN EEN DUO OF MET JE TEAM

Wil je meer inzicht krijgen in je eigen handelen als het gaat om het opbouwen van een vertrouwensband met je leerlingen? Doe dan deze oefeningen individueel, in een duo of met je team. Hiermee krijg je op een leuke manier een beeld van hoe jij dat doet.

1 – De hand ( /  / )

2 – Leraarstijltest ( / )

3 – Luisteren ( / )

4 – Persoonlijk mission statement ()

5 – Rolmodel ()

Suggestie: bundel de uitkomsten van de oefeningen in een schrift.

Dan heb je na afloop een mooi overzicht van hoe jij jezelf beter kunt laten zien!



DE HAND



DOEL:

Inzicht krijgen in waar je voor staat en gaat,
en wat je lastig vindt.

DUUR:

10 minuten per hand.

5 minuten voor de presentatie (eventueel).

VOORBEREIDING:

0 minuten.

NODIG:

Een hand, een leeg vel papier, een pen.

Een leuke reflectieoefening voor jezelf, voor duo's en voor teams. Je leert elkaar door deze oefening weer wat beter kennen, zelfs als je al lang samenwerkt. Wat jou beweegt, verandert immers continu.

Zo doe je het:

Teken een hand op een vel papier of trek je eigen hand over.

Schrijf op:

- *Bij je duim: daar ben ik goed in*
- *Bij je wijsvinger: daar ga ik voor, dat vind ik belangrijk*
- *Bij je middelvinger: daar heb ik een hekel aan*
- *Bij je ringvinger: daar blijf ik trouw aan*
- *Bij je pink: daar wil ik nog in groeien*

Wissel met elkaar uit. Wat wist je niet van elkaar?

Wat herken je in de ander(en)? En hoe draagt dit inzicht bij aan het opbouwen en verbeteren van de vertrouwensband met je leerlingen?





LERAARSTIJLTEST



DOEL:

In kaart brengen welke type leraar jij bent en/of welke typen er in je team zitten.

DUUR:

10 minuten (individueel) of 1 uur (team).

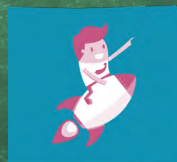
VOORBEREIDING:

0 minuten.

NODIG:

Een groot vel en 4 stiften in verschillende kleuren (in teamverband).

Ben je een Gedreven Gangmaker of eerder een Stabiele Steun? Met de leraartest zie je wat jouw stijl is. Dat is goed voor je eigen inzicht, ook omdat je er lesmateriaal op maat bij krijgt. En daarnaast is het ook interessant om te weten hoe jullie team is samengesteld. Wat kun je van elkaar leren?



Zo doe je het:



Doe de leraartest op www.weektegenpesten.com en kom erachter wat jouw voorkeurstijl van lesgeven is. Herken je jezelf in de uitslag? Bij elke stijl vind je lesmateriaal op het gebied van pesten in de klas.



Ieder doet de test voor zichzelf. Daarna bespreek je met elkaar de uitslag. Herken je de beschrijvingen van je collega's? En klopt jouw beschrijving? Verdeel nu het vel in vier vlakken, schrijf in elk vlak een leraartype. Verdeel de namen van de collega's over de vlakken. Zo maak je inzichtelijk hoe jullie team is samengesteld. Waarin kunnen jullie elkaar versterken?

Werken aan een vertrouwensband met leerlingen betekent: ruimte maken voor je eigen verhaal en dat van je leerlingen. Een praatje maken, je leerlingen mee laten denken, iets over jezelf vertellen; het draagt allemaal bij aan een betere band. Dat is belangrijk, maar het is niet bij elke leerling even gemakkelijk of vanzelfsprekend. Nu je de stijlen van je collega's kent, kun je kijken of er iemand uit het team is die een stijl heeft waar jij graag nog wat van zou willen leren en naar wat een ander van jou zou willen leren.



LUISTEREN



DOEL:

Luistervaardigheden toetsen en versterken.

DUUR:

20 minuten (individueel) of 40 minuten (duo).

VOORBEREIDING:

0 minuten.

NODIG:

Pen + papier + post-its.

Voor het ontwikkelen van een vertrouwensband is goed luisteren essentieel. Door te luisteren laat je je leerlingen zien dat je ze serieus neemt. En zo blijf je met ze in contact. In deze oefening focussen we op deze vaardigheid. Luisteren is geen passieve houding. Wat betekent goed luisteren en wat vraagt het?



Zo doe je het:



Of iemand actief naar je luistert, kun je merken. Dit zit in een aantal gedragingen zoals manieren waarop iemand kijkt, staat, gebaart, praat. Dat is aan te leren en te versterken. In onderstaande tabel staan deze gedragingen.

Bekijk nu dit fragment van de Anti Pest Club waarin presentatrice Anne-Mar Zwart met een klas praat waarin gepest wordt.



Wat zie je haar doen? Geef per houding aan hoe ze daarop scoort. Kijk ook wat haar gedragingen kenmerkt.

ACTIEF LUISTEREN, HOE DOE JE DAT?

Score (1 = slecht tot 5 = uitstekend)

Open houding (bijv. ontspannen gezicht, ontspannen armen)	1	2	3	4	5
Actief luisterend (bijv. knikken, bevestiging geven, samenvatten)	1	2	3	4	5
Oprecht nieuwsgierig (bijv. ervaring/verhaal van leerling centraal, vragen stellen)	1	2	3	4	5
Niet oordelend (spreekt niet in slachtoffer-dader, parkeert eigen mening/ervaring)	1	2	3	4	5
Authentiek (verwoordt eigen gevoelens en gedachtes vanuit 'ik')	1	2	3	4	5
Verkennend (gericht op samen zoeken, niet oplossingen aandragen)	1	2	3	4	5
Ontspannen (rustig, kalm, gebruik van stiltes)	1	2	3	4	5

Denk nu terug aan een situatie uit je eigen werk, waarin je een soortgelijk gesprek voerde. En geef jezelf een score voor bovenstaande eigenschappen van luisteren. Hoe lukte het in jouw situatie? Waar kwam dat door?



Vraag nu aan een collega om elkaar scores te geven voor de gedragingen die in de tabel staan. Die scores noteer je in de laatste kolom. Waarin verschillen jullie? Geef elkaar een top en een tip om weer verder te leren. Schrijf de gekregen top en tip op een post-it (en plak die later in je schrift).

Tips

- Een stilte laten vallen is ook een techniek. Je kunt het moment ook gebruiken om even te checken hoe je er zelf bij zit. Wat zijn gedachtes, gevoelens op dit moment? Wat doet het met jou?
- Stel vragen die niet gericht zijn op goed of fout, maar verhelderingsvragen: gericht op onderzoek. Zoals: Wat zie jij dan? Wat doet jou dit? Welk gevoel geeft dit?
- Gebruik verbindende zinnen: 'Iedereen in deze klas vindt het volgens mij belangrijk dat...' en vraag om bevestiging van de groep. Klopt dat?

Alle kinderen willen een klas waarin niet gepest of gediscrimineerd wordt. Waarin ze zich niet alleen voelen.

- Laat OMA thuis: laat Oordelen, Mening en Adviezen thuis. Dat zorgt voor een betere, oprechte nieuwsgierigheid. Het houdt je bij de ervaring van de leerling(en). En neem ANNA mee: zorg dat je Altijd Navraagt en Nooit Aanneemt.
- Als een leerling emotioneel wordt, erken dit dan: 'Ik zie dat het je raakt'. Kijk of hij of zij wil reageren of schakel anders over naar iets anders. Kom er later altijd op terug. Door aandacht te besteden aan wat er gebeurd is, geef je de leerling vertrouwen dat je ook begaan bent met de situatie.



PERSOONLIJK MISSION STATEMENT



DOEL:

Bepaal jouw doel als leraar.

DUUR:

30 minuten.

VOORBEREIDING:

0 minuten.

NODIG:

Pen + papier.

Administratie, mondige ouders, volle klassen: dat zijn zelden de redenen waarom je nu in het onderwijs zit. Maar waarom dan wel? Met deze opdracht ga je terug naar de basis. Waarom geef je eigenlijk les? Wat is jouw ideaal? Wat was jouw doel toen je leraar werd? Het antwoord op deze vragen vormt jouw zogenoemde mission statement. Het is dé plek van waaruit je aan het vertrouwen tussen jou en je leerlingen kunt werken.

Zo werkt het:

Pak pen en papier en vul aan: Elke dag zet ik mij in om...

Gebruik hiervoor ongeveer 100 woorden.

Lastig? Laat je inspireren door **dit filmpje en door de volgende vragen:**

- **Waarom wil je leraar zijn?**
- **Wat hoop je te bereiken?**
- **Welke kenmerken geven jou het beste weer?**
- **Welke groei of ontwikkeling bij je leerling maakt je trots?**
- **Hoe heb jij daar concreet aan bijgedragen?**
- **Wat voor leraar wil je zijn voor je leerlingen?**
- **Wat mogen leerlingen van jou verwachten?**

De antwoorden op deze vragen vormen samen jouw mission statement. Hartstikke mooi. Noteer ze in je schrift.

Nu de praktijk: hoe lukt het je om je mission statement vorm te geven, ernaar te leven in de waan van de dag? Probeer niet alles in één keer te kunnen. Schrijf gedurende een periode van minimaal vier weken de successen op in je schrift. Dit kan heel kort. Het helpt je om vanuit een positieve houding met je vak bezig te zijn. Het maakt je toegankelijker voor je leerlingen.

Wil je je écht laten zien? Deel dan je mission statement via sociale media en maak gebruik van de hashtag #laatjezien.



ROLMODEL



DOEL:

Inspiratie halen uit het verleden.

DUUR:

15 minuten.

VOORBEREIDING:

0 minuten.

NODIG:

Pen + papier.

Werken aan de vertrouwensband met je leerlingen kan best lastig zijn. Het kan soms helpen om terug te denken aan iemand van vroeger. Veel mensen hebben ooit les gehad van iemand die een bijzondere indruk achterliet. Iemand die inspireerde of om een andere reden een positieve bijdrage heeft geleverd aan hun schoolcarrière. Iemand die er voor ze was. Zo'n rolmodel is dit vaak zonder het zelf te weten. Wie was dit voor jou?

Zo werkt het:

Denk eens aan vroeger. En geef antwoord op de volgende vragen:

- *Hoe was jouw schooltijd?*
- *Welke leraar of leraren hebben iets betekend in die periode?*
- *Wat deed hij of zij goed volgens jou?*
- *Wat maakte dat je hem of haar vertrouwde?*
- *Op welke manier zou je je kunnen laten inspireren?*

Het kan ook zijn dat iemand je juist heeft geïnspireerd om het helemaal anders te doen dan diegene het deed. Ook dan kun je deze vragen gebruiken.

Hoe zou jij het (anders) aanpakken?

En waarom?

En hoe inspireer jij?

Voeg dit toe in je schrift.



WERKBLAD INLEIDENDE LES OVER DE FILM EN HET THEMA PESTEN

Vragen die je kunt stellen ná het bekijken van de film:

1. Beschrijf wat je van de film vond. Gebruik minimaal 3 beoordelingswoorden.
2. De film begint met een intro over de vriendschap tussen Kim en Melissa. Wat vind jij belangrijk in een vriendschap?
3. Zet de volgende gebeurtenissen in de goede volgorde.
 - A. De politie komt langs om voorlichting te geven.
 - B. De juf vertelt over de musical die dit jaar moet worden voorbereid.
 - C. Melissa en Kim maken het weer goed.
 - D. De mentor en Melissa hebben een gesprek.
 - E. Kim vertelt over de foto's van Melissa die zij aan de klasgenoten wil laten zien.
4. Welke gebeurtenis uit vraag 3 vond jij het belangrijkste? En waarom?
5. Hoe liep de film af? Wat vind je daarvan?





WERKBLAD OVER PESTEN

1. Op welke manier wordt er in de film gepest en wie in de film doet wat?

2. Een leerling die een andere leerling met opzet verdriet en pijn doet en blijft doorgaan, noemen we de:

- A. gepeste leerling.
- B. leerling die pest.
- C. leerling die helpt.

> In de film is dit:

3. Een leerling die het pesten ziet in de klas, maar niks doet of durft te doen, noemen we:

- A. degene die pest.
- B. een meeloper.
- C. een buitenstaander.

> In de film is dit:

4. Een leerling die weinig vrienden heeft, en misschien onzeker is, kan:

- A. gaan pesten.
- B. iemand die gepest wordt, helpen.
- C. (daarom) gepest worden.

> In de film is dit:

5. Wat is een helper bij pesten?

- A. iemand die zelf ook wordt gepest en dit niet leuk vindt.
- B. iemand die de pester vertelt dat hij moet stoppen.
- C. iemand die meelacht met degene die pest en soms ook pest.
- D. iemand die naar de leraar of mentor gaat om te zeggen dat er gepest wordt.

> In de film is dit:

6. Een meeloper noemen we een leerling die:

- A. de gepeste klasgenoot aanmoedigt om voor zichzelf op te komen.
- B. niet actief meedoet aan het pesten, maar degene die pesten wel aanmoedigt door bijvoorbeeld te lachen om de pesterij.
- C. juist voor de gepeste leerling opkomt door te zeggen dat het pesten moet stoppen.

> In de film is dit:

7. Wat zou je doen als iemand jou pest?

- A. Ik zou het met mijn ouders bespreken.
- B. Ik zou een leraar of mentor op school zoeken om te praten.
- C. Ik bespreek het met mijn vrienden of vriendinnen.
- D. Ik doe niets.





WERKBLAD LEEF JE IN!

Tijdens de volgende vragen probeer je je in te leven in de hoofdpersonen.

Wat voelden zij of wat dachten zij tijdens de film? Waarom namen ze bepaalde beslissingen?

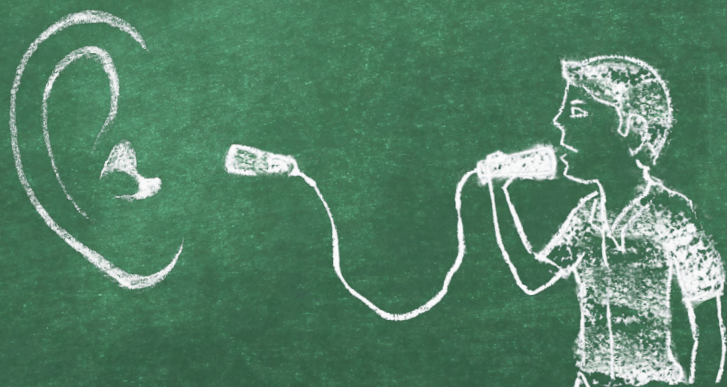
Wat vind je van de vriendschap tussen Kim en Melissa?	Een goede band met je leraar of mentor is heel belangrijk. Waarom denk je?
Hoe omschrijf je het karakter van Kim? En van Melissa?	Welke tip zou je de mentor van Melissa en Kim geven om een goede band te krijgen met de klas?
Hoe moet Melissa zich gevoeld hebben toen zij de klas in kwam, maar niemand met haar sprak?	Welke tip heb je voor jouw eigen mentor of leraar om meer vertrouwen te krijgen van de leerlingen?
Wat zou Melissa hebben tegengehouden om meteen naar haar mentor te gaan voor een gesprek?	Wat heb jij nodig om naar je leraar te gaan in een peestsituatie?
Waarom zou Kim boos zijn op Melissa volgens jou?	Er zijn weinig leerlingen die iets melden bij de school als ze worden gepest. Hoe komt dat denk je?
De ouders van Melissa waren erg betrokken bij school, die van Kim waren minder geïnteresseerd. Hoe is dat voor Kim denk je?	Wat zou er volgens jou moeten veranderen in jouw groep om ervoor te zorgen dat er niet meer gepest wordt? Hoe kan jouw klas hiervoor zorgen?





LAAT JE ZIEN

www.weektegenpesten.com



Dit is een uitgave van Stichting School & Veiligheid met medewerking van Yasin Yaylali.
Deze publicatie is uitgevoerd in het kader van de Week Tegen Pesten 2018
in opdracht van het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap.

Titel: Laat je zien! Doeboek Week Tegen Pesten 2018

Voorwoord: Jacques Vriens

Beeld: Chris van Houts, Anti Pest Club (EO), Robin van Rossum

Vormgeving: www.robross.nl

©2018, Stichting School & Veiligheid, www.schoolenveiligheid.nl