

LESPAKKET

NOG STEEDS GOED VOOR ELKAAR



LANDELIJKE DAG TEGEN PESTEN
19 APRIL 2024

Kenniscentrum
**OMGAAN
MET
PESTEN**

INHOUDSOPGAVE

03

INLEIDING

04

RANDVOORWAARDEN

06

DE BRONZEN WEKEN

08

WERKVORMEN

25

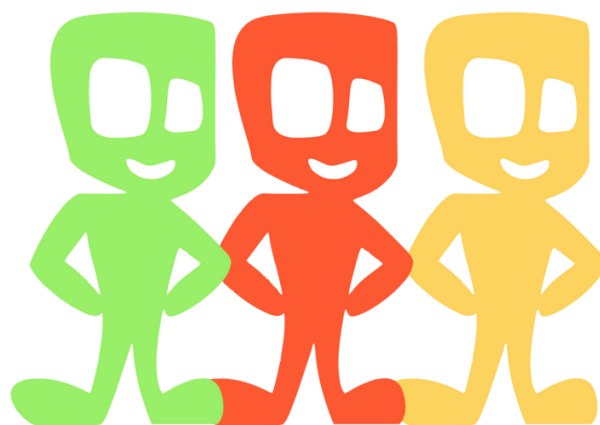
KENNISCENTRUM

26

AFSLUITING

WERKVORMEN

Spelenderwijs in gesprek met gesprekskaartjes	8
Verhaal schrijven - deze groep heeft het goed voor elkaar.....	12
Samen Sterk zijn - samenwerken.....	13
Goed voor elkaar en grenzen aangeven.....	14
Aan de slag met de kijkwijzer en film voor de groep.....	16
Aan de slag met de kijkwijzer en film voor het team.....	20



INLEIDING

Het landelijke thema van de Stichting School en Veiligheid voor de Week tegen Pesten in september was dit schooljaar: 'Goed voor elkaar!'. Het Kenniscentrum Omgaan met Pesten sloot aan bij dit landelijke thema met een eigen lespakket.

“Nu is het tijd voor de follow up. Ouder dan de Week tegen Pesten is de Dag tegen Pesten. Vanuit ons kenniscentrum vinden we het belangrijk om organisaties die werken met kinderen en jongeren te stimuleren oog te blijven houden voor Sociale Veiligheid. Veel groepen hebben zich dit schooljaar positief gevormd. Tegelijkertijd zijn er ook groepen waarin verdrietig genoeg pestgedrag is ontstaan of blijven doorgaan. Tot slot breken ook de bronzen weken al gauw aan. Een tijd waarin het in jouw groep extra roerig kan zijn”, Mirelle Valentijn - oprichter Kenniscentrum

Sluit jij ook aan met activiteiten bij de Landelijke Dag tegen Pesten op vrijdag 19 april?
Laten we samen investeren in de positieve omgang met elkaar.

In dit lespakket zijn werkvormen opgenomen om aan de slag te gaan en samen te werken aan een positieve groepsdynamiek, tolerantie, verdraagzaamheid en het vergroten van de sociaal-emotionele vaardigheden.

De voordelen van dit pakket zijn:

- Een compleet pakket met oefeningen waar weinig voorbereiding voor nodig is.
- Veel verschillende werkvormen waardoor de kinderen lekker actief bezig kunnen zijn.
- Aandacht voor positieve groepsvorming en de positieve rol die iedereen daarin kan vervullen.
- Bewustwording van eigen gedrag en het effect hiervan op anderen.

Door aan de slag te gaan met ons lespakket leren kinderen elkaar beter kennen, begrijpen welke rol ze zelf hebben en leren ze verschillen tussen zichzelf en de anderen respecteren.

Met het aanbieden van dit lespakket draagt het Kenniscentrum Omgaan met Pesten bij aan het creëren van een sociaal veilige groep waarin respect, acceptatie, waardering en veiligheid de boventoon voeren. Kinderen leren dat iedereen gelijkwaardig is en begrip te hebben voor andere opvattingen. Tolerantie en verdraagzaamheid zijn van belang in een gemeenschap, een school, buitenschoolse opvang binnen de kinderopvang en een (sport)vereniging, om prettig samen te kunnen leven.

De werkvormen uit het lespakket kunnen op en na de Dag tegen Pesten worden ingezet. De weken na de meivakantie, waarin de bronzen weken aanbreken, zijn ook geschikt voor het inzetten van dit lespakket. Werken aan sociale veiligheid vraagt tenslotte doorlopend aandacht.

Ben je benieuwd naar wat Kenniscentrum Omgaan met Pesten allemaal doet? Bekijk onze socials:



RANDVOORWAARDEN

Doelgroep

Kinderen van 4 t/m 12 jaar die samen komen in het onderwijs, bij de BSO van de kinderopvang of op (sport)verenigingen. De werkvormen kun je schoolbreed en in meerdere groepen inzetten.

Werkvormen

Stem de keuze voor werkvormen af op:

- Beschikbare tijd
- Leeftijd
- Aanvulling op al bestaande en geplande activiteiten, werkvormen en methoden

Om het gemakkelijk te maken, doen wij suggesties voor werkvormen. De tijdsduur van werkvormen is deels afhankelijk van de groepsgrootte. Wij geven een schatting van de benodigde tijd op basis van de gemiddelde groepsgrootte.

Doelen

De werkvormen hebben als doel om een positieve groepsdynamiek vast te houden en opnieuw te creëren. Ook kun je samen aan de slag met sociaal-emotionele vaardigheden, zoals het respecteren van verschillen in opvattingen.

Inzetten van het lespakket

Op de Dag tegen Pesten op 19 april 2024, nodigen we je uit om extra aandacht te besteden aan de werkvormen die je kunt uitvoeren op en rond deze dag, maar uiteraard zijn deze ook op een ander moment in te zetten. Aandacht blijven geven aan omgangsvormen en wenselijk gedrag werkt preventief en draagt bij aan een positieve sfeer in een groep.

Verdiepingsworkshop

Het is óók mogelijk om een Sta Sterk-trainer uit te nodigen in de groep, op school of organisatie voor een verdiepingsworkshop of gastles voor de kinderen. Ook een themabijeenkomst, workshop, training of studiedag voor professionals of een ouderavond behoort tot de mogelijkheden. Zeker binnen het thema 'Goed voor elkaar!' van dit schooljaar, zijn ouders een belangrijke bondgenoot bij het bespreekbaar maken van pesten op school, verdraagzaamheid en tolerantie.

Kijk [hier](#) voor een trainer in de omgeving op of neem contact op via ons [contactformulier](#).

Achtergrondinformatie

Goed voor elkaar! Zijn jullie goed voor elkaar? Dan hebben jullie het goed voor elkaar! Dit is het thema dat de Stichting School en Veiligheid heeft gekozen voor de Week Tegen Pesten van september van dit schooljaar 2023. Op de Landelijke Dag tegen Pesten op 19 april 2024 besteden wij opnieuw aandacht aan dit thema.

'In de Week tegen Pesten is onze projectgroep gemotiveerd aan de slag gegaan met het thema 'GOED voor elkaar' en heeft hiervoor een lespakket ontwikkeld. Hiermee hebben we een positieve bijdrage geleverd aan de sociale veiligheid in groepen: het goed voor elkaar zijn. We vinden het dan ook waardevol om dit thema voor de Dag tegen Pesten voort te zetten en het creëren van een 'wij-gevoel' te bevorderen.'

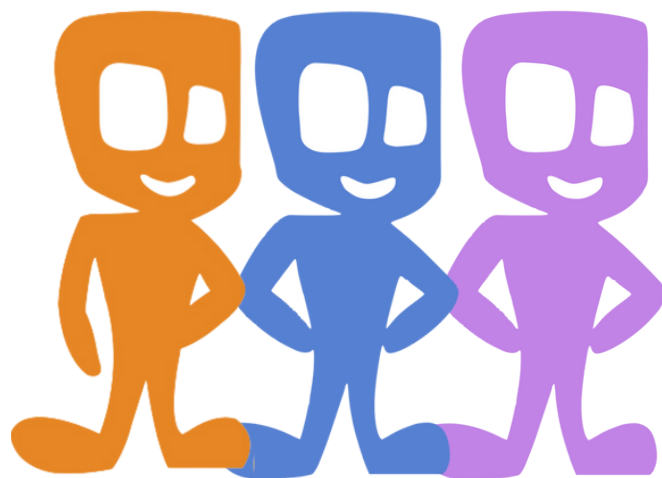
'Heb jij gebruikgemaakt van ons lespakket in de Week tegen Pesten of een pakket van andere aanbieders die hebben bijgedragen samen met Stichting School en Veiligheid?

Wij willen een positieve invloed blijven uitoefenen op het leren samenleven met elkaar. Om je daarbij te ondersteunen hebben we dit lespakket ontwikkeld voor de Landelijke Dag tegen Pesten op 19 april 2024. Kom jij in actie?'

- Mirelle Valentijn, oprichter Kenniscentrum Omgaan met Pesten -

Omgevingen waar kinderen samenkomen, worden vaak bepaald door de activiteit die daar plaatsvindt. Ze ontmoeten daar spontaan andere leeftijdsgenoten. Zij komen in een groep met kinderen met ieder hun eigen unieke persoonlijkheid en individuele behoeften. Het ene kind heeft een andere behoefte dan het andere kind. Ondanks de verdeeldheid die is toegenomen blijft het een basisbehoefte om je te kunnen ontwikkelen en opgenomen te zijn in een groep. We hebben elkaar nodig en willen allen een gewaardeerd groepslid zijn en gezien worden. Tegelijkertijd is het een feit dat onze maatschappij steeds individualistischer wordt. Dit zie je terug in de minimaatschappij waar kinderen aan deelnemen. Ook daar zien we polariteiten als ik-jij, zwart- wit, goed-fout en spanningen rond gender.

Deze tijd brengt ook een extra kans met zich mee voor professionals en vrijwilligers die met kinderen in groepen werken. Zij kunnen kinderen begeleiden om te ontdekken op welke manier zij verdraagzamer en toleranter kunnen zijn. Een groep wordt hechter door het ontdekken en beleven van de verschillen en overeenkomsten tussen de individuen binnen de groep. We nodigen jou uit om samen met de kinderen 'het samen leven' te leren en goed voor elkaar te zijn. Iedereen kan omkijken naar een ander en bijdragen aan een veilige inclusieve groep.



DE BRONZEN WEKEN

Belang doorlopende aandacht sociale veiligheid

Het voorkomen van pesten draagt bij aan de sociale veiligheid binnen een groep. De individuele ontwikkeling die kinderen en jongeren doormaken kan daardoor positiever verlopen. Doorlopende aandacht voor een positieve omgang met elkaar, zoals samen lachen, plezier maken en samenwerken, draagt bij aan de sociale veiligheid en werkt preventief

Bronzen weken

De Bronzen weken zijn de laatste weken van het schooljaar. De zomervakantie komt dan al snel dichterbij. Dit is de periode van afronding en afscheid. Ook kan deze periode benut worden om te ondersteunen bij hulpvragen van kinderen die minder weerbaar zijn en/of gepest worden. Deze weken bieden ook kansen om weer sterker in je schoenen te staan. Een pedagogisch- of onderwijsprofessional of vrijwilliger kan individueel of in groepsverband steun bieden.

In de Bronzen weken maakt de groep zich los van de structuren die op dat moment gelden. Het is voor de begeleider van de groep van belang om alert te zijn op de verandering van de normen die in de groep kunnen ontstaan. De kinderen nemen iets meer afstand van elkaar en de normen veranderen. Het is belangrijk om begrip te tonen voor dit proces en tegelijkertijd duidelijkheid te scheppen. Het is dan goed om de tijd te nemen om terug te kijken op het afgelopen schooljaar, door bijvoorbeeld een afscheidsritueel samen te ontwerpen. De kinderen kunnen dan op een positieve manier afscheid nemen en zich vervolgens goed voorbereiden op de start van het nieuwe schooljaar.

De laatste weken van een schooljaar vormen net als de gouden en zilveren weken een uitdaging. Hoe sluiten we het jaar nu samen op een positieve manier af? Dat doe je door bewust in te spelen op de fases van groepsvorming die je kunt beïnvloeden én altijd kunt herstellen.

Je kunt het groepsproces sturen door:

- Je bewust te zijn van de fases in groepsvorming en de mate van sturing die nodig is.
- Je bewust te zijn van jouw rol en voorbeeldgedrag als begeleider van de groep.
- De groep op een positieve manier te benaderen en je te focussen op wat er goed gaat.
- Te investeren in de relatie, door de kinderen te observeren en aandacht voor ieder individu te hebben.
- Steeds in te spelen op wat je ziet en daarop te reflecteren. Dit doe je zelf en kan ook samen met betrokken individuen en de groep.
- Ruimte geven om 'fouten te maken' en hier met elkaar van te leren. Zo kan de groep een oefenplaats zijn.
- Alert te zijn op gedrag waarmee kinderen over de grenzen van een ander gaan. Maak dit bespreekbaar en ondersteunen bij het oplossen.
- De groep te begeleiden en extra sturing te geven bij veranderingen in de groepssamenstelling, bijvoorbeeld door het instromen of uitstromen van kinderen.

Het kan zijn dat in jouw groep toch problemen zijn ontstaan in de omgang met elkaar. Deze problemen zijn niet altijd zichtbaar voor de begeleider van de groep en kunnen ook buiten je zicht plaatsvinden, bijvoorbeeld buitensluiten (of pesten). Dit kan een negatief effect hebben op de betrokkenen en ook op de groepsprestaties. Kinderen en jongeren kunnen zich bijvoorbeeld terugtrekken. Het is daarom van belang om alert te blijven, kinderen actief te bevragen op de omgang met elkaar, drempelverlagers in te zetten om de kans dat pesten wordt gemeld te vergroten en in te spelen op wat je wel ziet of hoort en daarop te reflecteren, samen met de betrokkenen en de groep kinderen en of jongeren. Zo investeer je in veilige en proactieve groepsdynamiek.

Als we kijken naar het verloop van een schooljaar dan bevindt de groep zich in april in de een na laatste fase van de groepsvorming, namelijk de prestatiefase (performing). Het schooljaar wordt afgesloten met de laatste fase na de meivakantie, namelijk het afronden en het afscheid nemen van de groep (adjourning).

De fases van groepsvorming volgens Tuckman zijn

1. Forming - Verkenningsfase
2. Storming - Hiërarchie wordt bepaald
3. Norming - gemeenschappelijke normen en ongeschreven regels worden bepaald
4. Performing - Bij positief verloop van groepsdynamiek, proactieve en veilige groep / bij negatief verloop belemmering van de groepsprestaties en onveiligheid
5. Adjourning - Afscheid nemen

Performing

Bij een positieve en veilige groep zijn de kinderen in deze fase productief. Ze kennen elkaar, weten wat ze aan elkaar hebben en waarderen elkaar. Conflicten worden op een positieve en goede manier opgelost, met of zonder hulp van een professional of vrijwilliger. Dit zorgt voor een veilige leeromgeving en goede samenwerking in de groep. + theorie over negatief verloop en signalen. Bij een negatief verloop kunnen er uitdagingen ontstaan die de prestaties en samenwerking kunnen belemmeren. Dit kan gebeuren wanneer er spanning ontstaat in een groep, doordat er bijvoorbeeld strijd is, er geen respect wordt getoond voor andere groepsleden of leden zich niet medeverantwoordelijk voelen voor de groep. Een groep kan weer terugvallen in een voorgaande fase.

Adjourning

In deze fase gaat het om afscheid nemen. De groep gaat uit elkaar omdat het schooljaar of seizoen voorbij is. Blick in deze periode terug. Wat ging goed en waardoor? Wat kan een volgende keer beter of anders? Bij veranderingen in de groep en na een lange vakantie van twee weken worden de fases vaak weer opnieuw doorlopen.

Zoals gezegd, hebben professionals en vrijwilligers die de groep begeleiden een belangrijke taak in het groepsproces. Als zij zich hiervan bewust zijn en dit proces in goede banen leiden, is er heel veel mogelijk. Investeer in jouw groep, zodat deze het schooljaar en seizoen positief afsluiten met elkaar. Ieder kind en jongere heeft recht op een ontspannen zomervakantie.

WERKVORMEN

1. Spelenderwijs in gesprek (kaartjes)
2. Creativiteit (verhaal/brief schrijven)
3. Bewegen en reflecteren (Samen sterk zijn - samenwerken en Goed voor elkaar - grenzen aangeven)
4. Audiovisueel (kijkwijzer met behulp van film voor de groep en voor het team)

SPELENDERWIJS IN GESPREK MET GESPREKSKAARTJES

Met de 'Goed voor Elkaar' gesprekskaartjes gaan de kinderen in gesprek. Hierbij willen we duidelijk maken dat het belangrijk is om elkaar te ondersteunen en de bijdragen van anderen te waarderen. Iedereen heeft unieke kwaliteiten en daar mogen we trots op zijn.

Door kinderen met elkaar te laten praten over hoe ze zich voelen en wat maakt dat zij zich zo voelen, neemt empathie toe. Ze kunnen delen waar hun grenzen liggen en uiten waar ze trots op zijn. Het is mooi om aandacht te geven aan iemand een goed gevoel te geven, hoe doe je dat? Zo krijgen zij inzicht in hun eigen en elkaars gedachten, gevoelens en gedrag. Dit zorgt voor meer begrip en respect onderling.

Samen gaan we aan de slag met het creëren van een veilige omgeving waarin respect en acceptatie centraal staan tijdens het afronden van het schooljaar.

Nodig: Gesprekskaartjes (zie de gesprekskaartjes in de bijlage)

Duur: 30 minuten

TIP

Om een veilige omgeving te creëren, is het belangrijk om je als begeleider kwetsbaar op te stellen en zelf te komen met een persoonlijk verhaal. Op deze manier win je het vertrouwen van de kinderen en zien ze dat ze niet alleen staan. Dit maakt de stap om hulp te vragen kleiner.

Werkwijze:

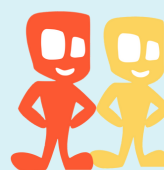
Neem de kaartjes ter voorbereiding door. Sta stil bij de antwoorden die je zelf zou geven als begeleider en de antwoorden die je verwacht van de kinderen. Kies de kaartjes die naar je mening het gesprek met elkaar ten goede komt. Stop deze in een grabbelzak, mandje of leg ze op zijn kop op een tafel.

Kies een vorm voor het gesprek in de klas:

IN DE KRING



IN DUO'S



In de kring

De leerkracht trekt het eerste kaartje en stelt zich open en kwetsbaar op. Daarna nodigt de leerkracht een van de kinderen uit. Kies bewust een kind dat zich kwetsbaar op durft te stellen. Deze trekt een kaartje en leest de vraag voor zichzelf. Daarna deelt het kind het antwoord met de klas. Daarna nodigt het kind een ander kind uit dat hij of zij graag zou horen.

Bewaak de spanningsboog. In een grote groep is het beter om maximaal 5/10 kaartjes per keer te bespreken. Verdeel de momenten van het kringgesprek over een week. Je kunt beginnen met een aantal kaartjes rond de Landelijke Dag tegen Pesten op 19 april 2024. In de bronzen weken na de meivakantie kun je terugkomen op dit gesprek dat is opgestart en zorgen dat alle kinderen een keer een kaartje hebben getrokken.

In duo's

De begeleider trekt het eerste kaartje en stelt zich open en kwetsbaar op. Daarna nodigt de leerkracht de kinderen uit om tweetallen te vormen. Maak deze tweetallen op een originele manier. Koppel bijvoorbeeld kinderen door een bundel touwtjes vast te houden en de kinderen het uiteinde te laten pakken. Laat ze ontdekken wie er aan de andere kant van het touwtje zit. Dat is hun gesprekspartner. Andere mogelijkheden om duo's te maken zijn; puzzelstukjes, kleurstrookjes of memorie-kaartjes die bij elkaar moeten worden gezocht.

In een tafelgroepje

(let op! Zorg voor meer gesprekskaartjes, zodat ieder tafelgroepje een eigen stapeltje heeft).

De begeleider geeft aan welk kind mag beginnen per tafelgroepje. Kies bewust een kind dat zich kwetsbaar op durft te stellen. Dit kind trekt een kaartje en leest de vraag voor zichzelf. Daarna deelt het kind het antwoord met het tafelgroepje. En dan nodigt het kind een ander kind uit dat hij of zij graag zou horen.

Nabespreking:

1. Hoe was het om zo over jezelf te praten?
2. Durfde je eerlijk te zijn? Hoe kwam dat?
3. Heb je iets over jezelf ontdekt?
4. Heb je iets over anderen ontdekt?
5. Ben je door de vragen anders gaan denken over jezelf?
6. Zijn er dingen die je anders zou willen doen?
7. Hoe gaan we ervoor zorgen dat iedereen erbij hoort?
8. Welke afspraken kunnen we maken om als klas goed met elkaar om te gaan en iedereen in zijn waarde te laten?

Bekijk op de volgende pagina de gesprekskaartjes

GESPREKSKAARTJES

Wat betekent het voor jou om goed voor elkaar te zijn?

Op welke manieren kun je laten zien dat je iemand aardig vindt?

Wat zijn dingen die je kunt doen om iemand blij te maken?

Wat zou je kunnen zeggen om iemand blij te maken?

Hoe kun je helpen als je merkt dat iemand iets nodig heeft?

Wat kun je doen om anderen gelukkig te maken?

Op welke manier wil jij dit jaar afsluiten met jouw groep?

Wat voor vriendelijke zin zou je tegen jezelf willen zeggen?

Hoe kunnen we elkaar aanmoedigen om aardig tegen elkaar te zijn?

Hoe kunnen we elkaar aanmoedigen om elkaar te helpen?

Wat vind je het leukst om samen met je beste vriendin of vriend te doen?

Wie kan jij echt vertrouwen?

Wat heb je dit jaar geleerd over het omgaan met elkaar?

Wat had je graag anders willen zien dit jaar?

Wat hoop je dat volgend jaar anders zal zijn?

Welke nieuwe kanten heb je ontdekt van anderen in jouw groep?

Wat wil je graag meenemen naar volgend jaar?

Wat vond je het leukste moment van dit schooljaar?

GESPREKSKAARTJES

Hoe kun jij iemand mee laten spelen of praten?

Heb jij wel eens je grens aangegeven?
Hoe heb je dat gedaan?

Welke tip kun jij een ander geven om de grens aan te geven?

Heb je wel eens iemand geholpen?
Hoe heb je dat gedaan?

Wat vind jij leuk aan deze groep?

Welk compliment wil jij aan deze groep geven?

Hoe zorg jij online voor jezelf en voor anderen?

Als iemand online over de grens van iemand anders gaat, wat doe je dan?

Wie wil jij een compliment geven?

Van wie zou je graag nog excuses willen als je terug denkt aan dit jaar?

Wil jij nog sorry zeggen tegen iemand als je terug denkt aan dit jaar?

Hoe kun je laten zien dat je goed bent voor een ander?

Wat zou je graag nog een keer samen doen met deze groep?

Wat hoop je dat volgend jaar hetzelfde zal blijven?

Welke tip zou je iemand geven die een misser gemaakt heeft en het goed wil maken?

Heb je iemand een keer geholpen bij het omgaan met elkaar in de online wereld?

Heb jij wel eens meegemaakt dat iemand online werd buitengesloten? Wat heb je toen gedaan?

Heb je iemand wel eens online geholpen? Zo ja, hoe heb je dat gedaan?

VERHAAL SCHRIJVEN: DEZE GROEP HEEFT HET GOED VOOR ELKAAR

Duur: 30 minuten

Werkwijze:

- Maak een woordspin op het bord of een poster. Schrijf in het midden: deze groep heeft het goed voor elkaar.
- Vraag de kinderen waar zij aan denken bij deze uitspraak. Wat valt op in een groep die het goed voor elkaar heeft? Noteer dit in korte opmerkingen in de woordspin.
- Prikkel de kinderen in het denkproces. Stel vragen als: Wat zien en horen ze in deze groep? Hoe gaan kinderen met elkaar om? Wat gebeurt er als iets mis gaat? Wat lukt deze groep goed? Wat maakt dat het fijn is om deel uit te maken van een groep die het fijn voor elkaar heeft?
- Geef daarna een instructie op het schrijven van het verhaal als samenwerkingsopdracht. De kinderen kunnen kiezen voor het werken op een computer, lijntjes papier of een groot vel papier waarop ze een stripverhaal tekenen. Je kunt als groepsbegeleider een besluit nemen over de aanpak of ervoor kiezen om de groepjes hier zelf een keuze in te laten maken.
- Geef uitleg over samen een verhaal schrijven en eventueel tekenen. Daarbij zijn een aantal spelregels belangrijk. Om samen creatief te zijn en goed om te gaan met elkaars ideeën is het belangrijk dat je uit gaat van:

IMPROVISEREN

- Iedereen kan het
- Maak het leuk voor en met elkaar
- Positief beginnen
- Raar bestaat niet
- Oppassen hoeft niet
- Volg je gevoel
- Iedereen is belangrijk
- Schrijf lekker samen
- Er is niets fout
- Red de ander als die vast loopt met een idee
- Elk idee is goed
- Niet blokkeren en wel doorgaan op het idee van een ander



- Check bij de kinderen of er nog andere dingen belangrijk zijn als je samenwerkt. Vul de spelregels hierboven eventueel aan. Denk hierbij ook aan goed voor elkaar zijn als niet ieder kind meteen iets kan bedenken. Laat ze elkaar helpen, zodat ze op ideeën komen. Ze kunnen de woordspin gebruiken ter inspiratie voor hun verhaal.
- Na deze warming up verdeel je de kinderen in groepen van maximaal 4 personen. Geef de maximale tijd aan die de groepen krijgen om het verhaal te schrijven.
- Als het verhaal af is, geven ze samen het verhaal een titel.
- Maak een planning voor het delen van de verhalen van de verschillende groepen in de komende periode. Elk moment geeft een positieve prikkel aan de omgang met elkaar in de komende bronzen weken na de meivakantie.

Nabespreking:

1. Waardoor heeft deze groep in het verhaal het goed voor elkaar?
2. Wat herken je in dit verhaal als je denkt aan onze eigen groep?
3. Wat kunnen we leren van dit verhaal als groep? Waarin kunnen wij als groep nog groeien?
4. Hoe gaan wij hier als groep mee oefenen in de laatste weken van dit schooljaar en seizoen om de tijd als groep goed af te sluiten?
5. Welke complimenten hebben we voor de schrijvers van dit verhaal?



SAMEN STERK ZIJN - SAMENWERKEN

Als je goed bent voor elkaar, dan help je elkaar ook. Elkaar helpen geeft een fijn gevoel.

Bij dit spel is samenwerken belangrijk en nodig om het doel te bereiken. Hierbij geldt: Zonder samenwerking, geen overwinning, geen verbondenheid.

Nodig: hoepel en eventueel een stopwatch

Duur: 10-20 minuten

Werkwijze:

- Alle kinderen staan hand in hand in een gesloten kring. De hoepel rust tussen de spelbegeleider en het kind rechts van hem in. Het is de bedoeling dat de hoepel doorgegeven wordt door de kring, zonder dat de handen losgelaten worden. Het komt hierbij aan op de medespelers aan beide kanten van de hoepel om te ondersteunen en helpen. En dat alles - zo snel mogelijk!
- Start met een oefenronde.
- Nadat de kinderen het spel onder controle hebben, wordt het tijdselement eraan toegevoegd. De hoepel maakt één ronde door de kring waarbij de tijd van begin tot einde wordt gemeten met een stopwatch. Deze tijd is de recordtijd.
- De volgende ronde proberen de spelers met elkaar deze tijd te verslaan. Voor dat je daar aan start kijk je oplossingsgericht met elkaar naar de aanpak. Waar verliezen we tijd, waar kunnen we versnellen. Hoe doen we dat? Bedenk een plan met elkaar of een spelregel. Let er hierbij extra op dat er niet op de persoon feedback wordt gegeven. Het gaat niet om bij wie er tijd werd verloren, maar door wat en vooral hoe we daarbij goed voor elkaar zijn en helpen. Als dat lukt, wordt de tijd van een volgende ronde wie weet de nieuwe recordtijd.
- Als variatie en bij grote groepen kan ervoor gekozen worden om meerdere hoepels te gebruiken. De nieuwe hoepel wordt in het spel gebracht, nadat de eerste hoepel een vooraf afgesproken aantal spelers is gepasseerd. Als alle hoepels de kring rond zijn, stopt de tijd.
- Bepaal als spelbegeleider hoeveel ronden je het spel speelt. Noteer de recordtijd.



Nabespreking:

1. Wat zou er gebeuren als we elkaar niet zouden helpen?
2. Wat zou er gebeuren als we niet goed voor elkaar zouden zijn bij dit spel?
3. Geldt dat ook in de groep? Wat zou er dan gebeuren?
4. Moet je elkaar altijd helpen, of zijn er situaties waarin het goed kan zijn om elkaar niet te helpen? Welke zijn dat?
5. Hoe voelt het om iemand geholpen te hebben?
6. Hoe voelt het om samen te werken en het record te verbreken?
7. Hoe heb je gemerkt dat iedereen erbij hoorde?
8. Welke kwaliteiten van anderen in de groep heb je gezien die bij dit spel bijdroegen aan goed zijn voor elkaar of ons succes in de tijd per ronde?

Vervolg:

Op een later moment kun je het spel nog eens spelen, door terug te blikken op de aanpak. Wat hebben we toen geleerd en ontdekt over goed omgaan met elkaar bij een uitdaging? Hoe hielpen we elkaar toen? Brainstorm over kansen en ideeën die leven, om nog beter samen te werken en te versnellen. Wie weet lukt het op dat moment om de recordtijd te verbreken.

GOED VOOR ELKAAR EN GRENZEN AANGEVEN

Helpen is een van de kwaliteiten die vaak aan iemand wordt toegeschreven die zowel goed voor anderen is als goed voor zichzelf zorgt. Als je goed voor anderen bent, herken je ook wanneer anderen hulp nodig hebben. Tijdens deze activiteit kan iedereen hiermee oefenen. We ontdekken hoe we elkaar kunnen ondersteunen door samen te werken en elkaar bij te staan, waardoor we laten zien hoe we er voor elkaar kunnen zijn.

Nodig: zoveel pittenzakken als er kinderen zijn. (papieren bordjes zijn ook mogelijk)

Duur: 10-20 minuten

Werkwijze:

- Geef iedereen een eigen pittenzak of papieren bord en laat deze op zijn hoofd leggen.
- Zet een muziekje op, waarop iedereen rond gaat lopen. Valt je pittenzak van je hoofd, dan ben je onmiddellijk in deze houding bevroren. Bevroren spelers mogen de andere spelers om hulp vragen. Andere spelers mogen hulp geven.
- Probeer een bevroren speler te ontdooien door bij de speler te knielen, de gevallen pittenzak / papieren bord te pakken en op het hoofd van de bevroren speler te leggen, maar dat alles zonder je eigen pittenzak / papieren bord te laten vallen! Valt hij wel, dan ben jij ook bevroren.
- Het is heel normaal dat er groepjes van spelers samen bevroren staan. Als je pittenzak / papieren bord bij je redding namelijk valt, ben jij ook bevroren. Wel mag je samen om hulp van iemand anders roepen. Anderen mogen je ook hulp geven.

Als je dit een ronde hebt gedaan kun je een variant toevoegen. Het doel van de volgende speelronde is dat iedereen de overkant haalt van de ruimte.

Kijk oplossingsgericht met elkaar naar de aanpak.

- Wat kan helpen om zo min mogelijk spelers in bevroren houding te laten staan?
- Hoe doen we dat?
- Bedenk een plan met elkaar of een spelregel. Let er hierbij op dat er niet op de persoon feedback wordt gegeven. Het gaat niet om wie er wel of niet om hulp vroeg of hulp heeft gegeven of handig of minder handig is in bijvoorbeeld motoriek.
- Sta open om out of the box te denken met de groep en experimenten te doen. Spelers kunnen bijvoorbeeld kiezen om te werken met een helper zonder pittenzak / papieren bord op het hoofd of te werken met tijd waarin de opdracht volbracht dient te zijn of in een volgende ronde sneller volbracht.
- Verken voor en nadelen met de groep en neem een gezamenlijk besluit over het experiment. Durf dingen uit te proberen met de groep en daarop te reflecteren.
- Stel centraal wat en vooral hoe we goed voor elkaar zijn en kunnen helpen om te zorgen dat iedereen de overkant bereikt.

Nabespreking:

1. Hoe vond je het om een ander om hulp te vragen? Welke reactie kreeg je van anderen als je om hulp vroeg? Gaf dat een goed of vervelend gevoel?
2. Hoe vond je het om een ander te helpen? Welke reactie kreeg je als je hulp gaf? Gaf dat een goed of vervelend gevoel?
3. Heeft iemand ervaren dat het ook lastig kan zijn om goed voor een ander te zijn en te helpen? Hoe komt dat?
4. Was er verschil tussen de eerste ronde (vrij bewegen door de ruimte) en de tweede ronde (samen de overkant bereiken) en eventueel volgende ronde met aangepaste aanpak / spelregels?
5. Wat kunnen we leren van deze verschillen tussen de rondes?
6. Wat herken je uit dit spel en de manier waarop we dit speelden als je denkt aan de manier waarop we hulp vragen en geven in onze eigen groep?
7. Wat kunnen we leren van dit spel als groep? Kunnen we nog beter worden in hulp vragen of hulp geven? Hoe gaan wij hier als groep mee oefenen in de laatste weken van dit schooljaar?



AAN DE SLAG MET DE KIJKWIJZER EN FILM

'STERKER STAAN KUN JE LEREN'

Met je groep in gesprek over positief omgaan met elkaar en sterk staan in je contact met anderen.

Deze film kan je inzetten om aandacht te besteden aan het feit dat niet ieder kind of jongere het fijn heeft in de eigen groep, of in staat is om voor zichzelf op te komen. Praten over pesten draagt bij aan het doorbreken van pestproblematiek.

Tijdsduur : Video 5:45 minuten

KLIK HIER OM DE
FILM TE KIJKEN



Met elkaar in gesprek (30 tot 60 min. afhankelijk van de gekozen thema's om te bespreken)

Doelgroep : Kinderen en jongeren van 8 - 14 jaar

TIPS!

1. Kijk eerst zelf naar de film
2. Hou de randvoorwaarde van veiligheid in het oog
3. Sta stil bij het maken van afspraken over het omgaan met elkaar (bijvoorbeeld dat wat je te weten komt over elkaar binnen de groep blijft) en hou er rekening mee dat het gesprek emotioneel kan zijn.
4. Stel je open op, dat creëert een open gesprek
5. Je mag je eigen kwetsbaarheid (ook) laten zien door te vertellen wat het kijken naar de film met jou doet. Je kan evt. ook een eigen ervaring delen.
6. Een inleiding kan niet ontbreken

Start nooit zomaar met beeldmateriaal dat emotioneel beladen kan zijn in de groep of dat kan raken aan eigen ervaringen van kinderen. Geef een korte inleiding over de ervaringen die Roan en Isa zullen delen samen met hun ouders, zoals:

- Roan kijkt terug op zijn tijd op de basisschool en middelbare school waarin hij werd gepest.
- Isa is niet gepest. Zij heeft last gehad van lastige gevoelens en gedachten en voor zichzelf opkomen kon ze eerst niet goed.

Geef een kijkopdracht

Geef een overkoepelende kijkopdracht en leg met welke doelen je samen naar de film gaat kijken.

Bijvoorbeeld: 'Het verschil maken doe je samen. Wat wordt daarmee bedoeld denk je?'

In gesprek met de groep

Je kan met je groep in gesprek aan de hand van diverse thema's. Bijvoorbeeld:

- Je leren verplaatsen in gevoelens van een ander
- Eigen grenzen en grenzen van anderen
- Ontdekken welk gedrag bijdraagt aan goed zijn voor en met elkaar
- Motiveren om voor een ander op (te) komen
- De drempel om hulp te vragen verlagen
- Herstelmogelijkheden als het misgaat

In gesprek over denken, voelen en doen van jezelf en anderen

Stel in de groep vragen over welke gedachten ze hebben, welke gevoelens daar voor hen bij horen en welk gedrag helpt en welk gedrag niet helpt. Sta ook stil bij hoe anderen op gedrag reageren.

Voordat je het gesprek afrondt is het belangrijk om aandacht te besteden aan oplossingen: waar kan je terecht voor hulp, wat helpt jou zelf, hoe kan jij een ander helpen? Inventariseer en koppel terug.

IN GESPREK NA HET KIJKEN VAN DE FILM AAN DE HAND VAN VRAGEN

We geven verschillende voorbeelden van vragen om te stellen, om met enkele thema's die aan bod komen in de film, aan de slag te gaan. Op deze manier helpen we je op weg met het gesprek n.a.v. de film.

TIP! Markeer voor jezelf na het kijken van de film welke vragen jij wilt gebruiken in het gesprek met jouw doelgroep.

Thema: Je leren verplaatsen in gevoelens van een ander

1. Wissel in drietallen uit hoe je het vond om de film te zien. Voor sommige deelnemers is het gemakkelijker en veiliger om eerst in een klein groepje te praten. Daarna is het vaak gemakkelijker om ook in de grote groep te spreken over de film in reactie op de vragen. Geef op deze manier eerst ruimte aan alle deelnemers om zich te ontladen en uiten. Vraag daarna een aantal reacties uit de groep of van de groepjes.
2. Roan vertelde over zijn ervaringen met pesten. Wat raakte jou het meest in zijn verhaal?
3. Roan legde uit dat hij had gehoopt dat het pesten op de basisschool wel voorbij zou zijn toen hij naar de middelbare school ging. Hoe vond je het om te horen dat het alleen maar erger werd?
4. Heb je een idee hoe het kan komen dat pesten zo lang door kan gaan, zoals hij Roan?
5. Waardoor is het pesten bij Roan uiteindelijk steeds minder geworden denk jij?
6. Isa legde uit dat zij zich onzeker voelde. Wat is onzekerheid voor gevoel? Kan je aan iemand zien of horen dat die zich onzeker voelt? Zo ja: hoe?
7. Frank, Isa's vader, vertelde dat Isa TE lief was. Wat denk je dat hij daar mee bedoelde?
8. Isa had vaak stress als zij een toets moest maken. Wat is stress voor een gevoel? Waar kun je nog meer stress van krijgen? Wat heb je dan voor gedachten? Wat doe of zeg je dan?
9. Isa haar favoriete gedachte is nu 'Ik kan het wel!'. Welke gedachte zou jou kunnen helpen? Wat zou je dan voelen of doen?

Thema: Eigen grenzen en grenzen van anderen en opkomen voor een ander

1. Annemieke, Roans moeder, dacht: je kunt toch ook een schop teruggeven. Hoe denk jij over terugschoppen of terugschelden bij pesten?

Geef aanvullende informatie in reactie op de inbreng van de kijkers:

Als je gaat schreeuwen, iets naars over de ander terugzegt met een jij-zin of gaat vechten wordt het pesten vaak erger en stopt het niet. Vaak bemoeien anderen zich er ook mee. Als je opkomt voor jezelf is het belangrijk dat je sterk staat, duidelijk praat, de ander streng aankijkt en een ik-zin zegt, je eigen mening laat horen. Ook kun je het pestgedrag negeren met een sterke houding.

2. Welke oplossing zou goed zijn voor de grenzen van allebei? Degene die pest en wordt gepest?
3. Hoe komt het denk je dat anderen doorgaan met pesten? Wat denk je dat ze te weinig opmerken?
Waarom kun je zien dat je over iemands zijn grens gaat?

Geef aanvullende informatie in reactie op de inbreng van de kijkers:

Iemand wordt bijvoorbeeld stiller, kijkt weg of maakt zich klein. Soms kun je ook gevoelens van angst of verdriet zien. Iemand kan ook informatie geven over grenzen door boos te reageren.

4. Stel je eens voor dat je vroeger samen met Roan in de klas zat. Hoe zou je voor hem kunnen opkomen Samen met wie?
5. Isa leerde “nee” zeggen. Hoe komt het dat nee zeggen lastig kan zijn? Hoe zeg je op een duidelijke manier nee? Hoe zorg je dat je “nee” goed is voor je eigen grenzen en die van de ander?

Thema: Sterk(er) leren staan

1. Roan en Isa ontdekten hoe zij sterker kunnen staan. Hoe ziet een sterke houding eruit? Waarbij zou een sterke houding jou kunnen helpen?

Oefen een sterke houding:

Wanneer dat past bij jouw doelgroep kun je in beweging komen en allemaal een sterke houding aannemen en eventueel sterk rondlopen en een vrolijke begroeting geven aan elkaar.

Thema: De drempel om hulp te vragen verlagen

Praten over pesten en andere problemen is belangrijk. Hulp vragen helpt. Dan sta je niet meer alleen in je probleem. Dan kunnen anderen je helpen en samen zorgen dat het wordt opgelost.

Roan en Isa hebben samen met hun ouders hulp gezocht.

1. Geef alle kijkers een klein gekleurd blaadje papier. Aan wie zou jij hulp kunnen vragen? Met wie kun jij praten? Vraag hen de eerste naam op te schrijven die in ze opkomt.
2. Laat de kijkers vervolgens in drietallen uitwisselen met wie zij zouden praten (uit het gezin, familie, school, de groep, vrienden, ...) en wat maakt dat zij die persoon vertrouwen. Als ze ideeën opdoen uit de voorbeelden van anderen mogen ze deze namen ook opschrijven op het blaadje papier. Het doel is om te proberen tot drie mensen te komen die ze vertrouwen. **Vraag enkele reacties uit de groep.**
3. Laat ze tot slot in drietallen een beginzin bedenken als je een gesprek zou willen beginnen met iemand die je vertrouwt over een probleem. (Deze zinnen mogen gelijk zijn en ook verschillen van elkaar)

Geef aanvullende informatie in reactie op de inbreng:

Sta stil bij mogelijkheden voor hulp in de eigen organisatie.

Bijvoorbeeld naast de eigen leerkracht of mentor, de vertrouwenspersoon of het aanspreekpunt pesten / de antipestcoördinator.

Op de website van het kenniscentrum geven we ook informatie over hulp aan kinderen en jongeren.

<https://www.omgaanmetpesten.nl/voor-kinderen-en-jongeren/>

Ook geven ze op pestweb veel informatie over waar je terecht kunt.

<https://www.pestweb.nl/bij-wie-kan-ik-terecht/>

Breng een bezoek aan de websites om te laten zien waar ze het telefoonnummer of de chatfunctie kunnen vinden.

Afronding: Ontdekken hoe je kunt bijdragen aan 'goed zijn voor en met elkaar'

Beoordeel de veiligheid in de groep. Is deze aanwezig, dan kun je een verbinding leggen met de manier van omgaan met elkaar in de eigen groep. Beoordeel de spanningsboog in de groep. Je kunt deze verbinding direct na het gesprek over de film maken, of op een later moment. Als de spanningsboog is afgenomen zal dit thema minder winst opleveren voor de groep.

1. Zijn er dingen die je anders zou willen in deze groep?
2. Hoe zouden we goed kunnen zijn met en voor elkaar?

Vraag door: Wat kun je daar zelf voor doen? Wat kunnen anderen doen? Hoe kunnen we samen zorgen dat dit voor jou verandert? Welke afspraken kunnen we maken om als groep (nog) fijner met elkaar om te gaan?

Geef aanvullende informatie in reactie op de inbreng:

Waar kinderen en jongeren samen komen en opgroeien is ruimte nodig om te leren en ontdekken met elkaar. Iedereen heeft handige en minder handige momenten, ook in het omgaan met elkaar. Daarin mag je oefenen. Het hoeft kortom niet altijd perfect te gaan. Belangrijker is, hoe gaan we met elkaar om als het mis gaat of maken we het goed als het niet is gelukt om ons aan de gemaakte afspraken te houden.



AAN DE SLAG MET JE TEAM: GEBRUIK DE KIJKWIJZER EN FILM 'SAMEN STERK TEGEN PESTEN'

Het thema 'Goed voor elkaar!' biedt mogelijkheden om op vele manieren in gesprek te gaan met kinderen en jongeren. Het Kenniscentrum vindt het belangrijk om ook professionals uit te nodigen om met elkaar van gedachten te wisselen over de vraag: **Hebben wij het goed voor elkaar?**

Ook op de Landelijke Dag tegen Pesten op 19 april 2024 is aandacht voor Sociale Veiligheid nodig.

Uit onderzoek blijkt dat veel professionals lang niet altijd weten hoe ze effectief kunnen handelen bij pesten. Ze proberen wel in te grijpen als ze weten dat er gepest wordt. Jammer genoeg blijkt ook uit onderzoek dat dit ingrijpen in veel situaties onvoldoende helpt. Er is nog regelmatig een drempel om collega's om hulp te vragen of tijdig de hulp van (externe) deskundigen in te schakelen om het tij te keren.

Tijdsduur : Video 4:30 minuten

**KLIK HIER OM DE
FILM TE KIJKEN**



Met elkaar in gesprek (30 tot 60 min. afhankelijk van de gekozen thema's om te bespreken)

Doelgroep: Professionals die met kinderen en jongeren werken

Doel : Omgaan met Pesten op een laagdrempelige manier bespreekbaar maken en kennis en vaardigheden op dit gebied kunnen vergroten door eigen werkervaringen te delen aan de hand van de film.

Motiveren om pesten te voorkomen, tijdig te signaleren en aan te pakken

TIPS!

- Kijk als initiatiefnemer voor het gesprek eerst zelf naar de film
- Hou de randvoorwaarde van veiligheid in het oog
- Sta stil bij het maken van afspraken over het omgaan met elkaar (bijvoorbeeld dat wat je te weten komt over elkaar binnen de groep blijft) en hou er rekening mee dat het gesprek emotioneel kan zijn.
- Stel je open op, dat creëert een open gesprek
- Je mag je eigen kwetsbaarheid (ook) laten zien door te vertellen wat het kijken naar de film met jou doet. Je kan evt. ook een persoonlijke eigen ervaring delen.
- 'Sta open voor verschillen in handelswijze'. Iedere professional heeft een eigen aanpak die voor hem/haar past. Er is niet 1 perfecte manier van handelen bij het omgaan met pesten. Uiteraard kan je wel rekening houden met wat we weten uit onderzoek en wat minder goed werkt of risico's met zich meebrengt.
- Een inleiding kan niet ontbreken

Start nooit zomaar met beeldmateriaal dat emotioneel beladen kan zijn in de groep of dat kan raken aan eigen ervaringen van kinderen. Geef een korte inleiding over de ervaringen die Jeffrey en Monica zullen delen, zoals:

- Jeffrey werkt als locatieleider en meewerkend pedagogisch medewerker op een BSO-locatie binnen de kinderopvang. Hij ziet regelmatig hoe pesten op school doorwerkt op de BSO.
- Monica werkt als leerkracht in het basisonderwijs. Zij stond voor de uitdaging haar groep te begeleiden waar veel speelde in de onderlinge dynamiek tussen de kinderen.

Geef een kijkopdracht

Geef een overkoepelende kijkopdracht en leg met welke doelen je samen naar de film gaat kijken. Bijvoorbeeld: 'Samen Sterk tegen Pesten'. Wat roep dat bij jou op?

In gesprek met het team

Je kan met je team in gesprek aan de hand van diverse thema's.

(NB: Hieronder staan voorbeelden van vragen en tips voor het gesprek per thema.)

- Aandacht voor alle kinderen in de groep
- Groepsdynamiek, rollen bij pesten en signaleren
- Herstelmogelijkheden als het misgaat
- De drempel om hulp te vragen verlagen
- Bijdragen aan 'Samen Sterk tegen Pesten'

In gesprek over denken, voelen en doen van jezelf en anderen bij omgaan met pestgedrag

Stel in het team vragen over welke gedachten ze hebben, welke gevoelens daar voor hen bij horen en wanneer je handelswijze werkt en wanneer niet. Sta ook stil bij hoe anderen op jouw handelingswijze reageren.

Voordat je het gesprek afrondt, is het belangrijk om aandacht te besteden aan oplossingen:

- Waar kan je bij ons in de organisatie terecht voor hulp?
- Wat helpt jou zelf?
- Hoe kan jij een collega helpen?

Inventariseer en koppel terug.

IN GESPREK NA HET KIJKEN VAN DE FILM AAN DE HAND VAN VRAGEN

We geven verschillende voorbeelden van vragen om te stellen, om met enkele thema's die aan bod komen in de film, aan de slag te gaan. Op deze manier helpen we je op weg met het gesprek n.a.v. de film. Markeer voor jezelf na het kijken van de film welke vragen jij wilt gebruiken in het gesprek met jouw team.

Aan de slag: herkenbare verhalen uitwisselen met collega's

1. Wissel in drietallen uit hoe je het vond om de film te zien. Voor sommige collega's is het gemakkelijker en veiliger om eerst in een klein groepje te praten. Daarna is het vaak gemakkelijker om ook in de grote groep te spreken over de film in reactie op de vragen. **→ Geef op deze manier eerst ruimte aan alle collega's om zich te ontladen en uiten. Vraag daarna een aantal reacties uit de groep of van groepjes.**
2. In de film kwam gedrag van kinderen in de groep, gedrag van ouders en gedrag van collega's naar voren. Welke verhalen waren herkenbaar voor jou als professional? Welke verhalen waren nieuw voor jou als professional?

Thema: Aandacht voor de kinderen in de groep

Jeffrey vertelde dat hij iedere kind probeert te zien.

1. Wat raakt jou in zijn verhaal?
2. Welke kinderen kun jij gemakkelijker zien in je groep?
3. Welke kinderen kun jij lastiger het gevoel geven dat je ze ziet?
4. Welk gedrag laten deze verschillende kinderen zien? (bijvoorbeeld heel aanwezig tot minder zichtbaar)
5. Wat vormt een uitdaging voor jou? In welke situaties? Wat kun jij daar zelf voor doen? Hoe kunnen anderen jou daarbij ondersteunen?

Thema: Groepsdynamiek, rollen bij pesten en signaleren

Monica vertelde over kinderen in de groep die stiller zijn of denken niets te maken te hebben met wat speelt in de groep.

1. Welke rollen ken je allemaal in een groep?
2. Welke rollen zie je in jouw groep?
3. Hoe zou jij de rol die de stille kinderen aannemen omschrijven?
4. Wat doe jij om rollen bij pesten te signaleren?

Monica en Jeffrey deelden beiden op hun eigen manier hoe zij de grote groep kinderen die tegen het pesten is proberen te stimuleren om bij te dragen aan het verbeteren van de omgang met elkaar in de groep.

- Hoeveel kinderen zie jij in jouw groep die afstand nemen van kinderen die op negatieve wijze met elkaar omgaan of reageren?
- Op welke manier betrek jij kinderen die wegstaren van pesten?

Jeffrey vertelde dat hij vaak ziet dat pestgedrag “doorsuddert” (bijvoorbeeld op de BSO).

- Ervaar jij dat ervaringen die kinderen in andere omgevingen hebben opgedaan doorwerken op een andere plek? Op welke manier? Hoe ga je daarmee om?
- Op het moment dat er onveiligheid ontstaat door gedrag dat heeft plaatsgevonden op een andere plek, heb je de inspanningsplicht daar mee aan de slag te gaan. Wat vind je daarvan?
- Kom jij in actie als er ‘iets doorwerkt’? Ja of nee? Hoe komt dat? En zo ja; op welke manier kom jij in actie bij onveiligheid of pestgedrag?

Thema: Herstelmogelijkheden als het misgaat

Zowel Jeffrey als Monica investeerden in het doorbreken van negatief gedrag in hun groep. Jeffrey door het volgen van scholing met zijn team. Monica door het inschakelen van externe hulp.

- Hoe denk jij over investeren in jezelf en of scholing als professional m.b.t. dit onderwerp?
- Hoe denk jij over het inschakelen van (externe) hulp bij pesten?
- Wat levert investeren in jezelf of de groep op als pestgedrag speelt? Voor wie?

Monica sprak over ‘wakker geschud’ worden?

- Ben jij weleens wakker geschud?
- Door wie en wanneer?
- Wat heb je daar mee gedaan? Heeft dat invloed gehad op je handelwijze?

Thema: De drempel om hulp vragen verlagen

Praten over pesten en andere problemen is belangrijk. Hulp vragen helpt. Dan sta je niet meer alleen in je probleem. Dan kunnen anderen je helpen en samen zorgen dat het wordt opgelost. Je handelt met meer zelfvertrouwen en je kunt je handelingsrepertoire uitbreiden.

- Geef je collega's een klein gekleurd blaadje papier. Aan wie zouden zij hulp kunnen vragen? Met wie kunnen zij praten? Vraag hen de eerste naam op te schrijven die in ze opkomt.
- Laat collega's vervolgens in drietallen uitwisselen met wie zij zouden praten (uit het team, familie, vrienden, ...) en wat maakt dat zij die persoon vertrouwen. Als ze ideeën opdoen uit de voorbeelden van anderen mogen ze deze namen ook opschrijven op het blaadje papier. Het doel is om te proberen tot drie collega's en/of andere mensen te komen die ze vertrouwen.

1. Vraag enkele reacties uit de groep.
2. Hoe zou je een gesprek beginnen over een probleem met iemand die je vertrouwt?

Geef aanvullende informatie in reactie op de inbreng:

1: Sta stil bij mogelijkheden voor hulp in de eigen organisatie.

Geef aan bij wie professionals bij jou in de organisatie terecht kunnen voor hulp & ondersteuning bij het omgaan met pestgedrag en het vergroten van sociale veiligheid. Denk hierbij aan de vertrouwenspersoon, het aanspreekpunt pesten / de anti-pestcoördinator, de intern begeleider of zorgcoördinator of pedagogisch coach.

2: Sta stil bij mogelijkheden voor hulp die je kunt inschakelen.

Op de websites van het Kenniscentrum Omgaan met Pesten staat meer informatie over scholing voor professionals, hulp aan kinderen en jongeren (individueel en in groepsverband) en themabijeenkomsten voor ouders.

<https://omgaanmetpesten.nl/voor-professionals/>

<https://kenniscentrumomgaanmetpesten.nl/>

3: Sta stil bij mogelijkheden om advies te vragen.

Onderwijsprofessionals met vragen over veiligheidsbeleid, pedagogisch klimaat of ongewenst gedrag kunnen ook terecht bij het adviespunt van Stichting School & Veiligheid

Telefoon: 030 – 285 66 16 (schooldagen van 9.00 tot 16.00 uur)

E-mail: adviespunt@schoolenveiligheid.nl

Thema: (Ontdekken hoe je kan) bijdragen aan 'Samen Sterk tegen Pesten'

Beoordeel de veiligheid in de groep collega's. Is deze aanwezig, dan kun je een verbinding leggen met de manier van omgaan met elkaar in de het eigen team en of omgaan met de groep als professional. Beoordeel de spanningsboog in de groep collega's. Je kunt deze verbinding direct na het gesprek over de film maken, of op een later moment.

1. Zijn er dingen die je anders zou willen in onze organisatie m.b.t. sociale veiligheid en omgaan met pestgedrag?
2. Hoe zouden we nog meer kennis en handvatten kunnen delen met elkaar om ons samen Sterk te (blijven) maken tegen Pesten?

Vraag door: Wat kun je daar zelf voor doen? Wat kunnen anderen doen? Hoe kunnen we samen zorgen dat dit voor jou verandert? Welke afspraken kunnen we maken om als groep (nog) fijner met elkaar om te gaan?

Geef aanvullende informatie in reactie op de inbreng:

Waar professionals werken met kinderen en jongeren is ruimte nodig om te leren en ontdekken met elkaar. Iedereen heeft handige en minder handige handswijzen. Daarin mag je oefenen. Het hoeft kortom niet altijd perfect te gaan. Belangrijker is, dat de intentie en motivatie aanwezig is om iedere kind of jongere een fijne tijd te geven in de organisatie. Sta stil bij manieren die je kunt inzetten om bij te dragen aan positief omgaan met elkaar en het herstellen van momenten waarop dit mis gaat.

KENNISCENTRUM OMGAAN MET PESTEN

De organisatie Omgaan met Pesten werd opgericht in 2004 om het gedachtegoed van Dieta Uyterlinde, de grondlegger van de Sta Sterk methodiek, te verspreiden.

De basis voor de workshops, trainingen en anti-pestprogramma's vormt de Sta Sterk methodiek. Met behulp van deze methode wordt al meer dan 30 jaar in heel Nederland aan kinderen en jongeren geleerd hoe zij op een respectvolle manier voor zichzelf en een ander kunnen opkomen en werken aan sociale veiligheid in groepen.

Het Kenniscentrum spant zich in om enerzijds pesten te voorkomen (preventief) en anderzijds om pesten op te lossen (curatief), of de gevolgen daarvan te beperken. Het Kenniscentrum richt zich daarbij op alle betrokkenen binnen het pestprobleem en gaat uit van pesten als groepsprobleem.

Het landelijk team Sta Sterk trainer zet zich in voor het voorkomen, tijdig signaleren en aanpakken van pesten en beperkt op deze manier de schadelijke gevolgen die hieruit kunnen ontstaan. 'Omgaan met Pesten' is een professionele organisatie, met een steunpunt voor aangesloten Sta Sterk trainers. Zij verzorgen door heel Nederland en België activiteiten.

Scholen, buitenschoolse opvang, (sport)verenigingen en andere organisaties kunnen terecht voor deskundigheidsbevordering van professionals en vrijwilligers, ondersteuning bij de verdere ontwikkeling van het sociaal veiligheidsbeleid en het vergroten van kennis en vaardigheden voor ouders en andere opvoeders. Ook geven trainers Sta Sterk workshops en Feel Fine Online workshops aan groepen en de antipestprogramma's 'Sta Sterk op School' en 'Omgaan met Elkaar' binnen het basis- en voortgezet onderwijs. Ouders kunnen hun kind aanmelden voor een Sta Sterk training en de brugklastraining Stevige Stap.

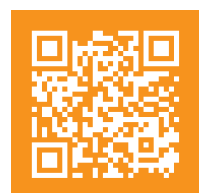
De bij het kenniscentrum aangesloten trainers versterken elkaar door middel van verdere professionalisering, onderlinge ondersteuning, samenwerking en intervisie in de regioteams. Trainers zetten zich daarnaast belangeloos in binnen projectgroepen. De ontwikkeling van deze lesbrief voor de Landelijke dag tegen Pesten en het gratis lespakket voor de Week tegen Pesten, de Week van de Mediawijsheid zijn daar een goed voorbeeld van.

Kijk voor ons volledige aanbod op: <https://www.omgaanmetpesten.nl/ons-aanbod/>
Kijk voor een trainer in jouw omgeving en het aanvragen van een workshop of gastles op:
<https://www.omgaanmetpesten.nl/onze-trainers/>



Drie keer per jaar start er een opleiding voor anti-pestcoördinator / coördinator Sociale Veiligheid en opleiding Sta Sterk trainer.

Kijk voor het actuele scholingsaanbod op:
<https://www.kenniscentrumomgaanmetpesten.nl/opleidingen.html>



WOORD VAN DANK

Deze lesbrief is samengesteld door verschillende Sta Sterk trainers: Mirelle Valentijn, Brenda Vinck. Daarnaast werkte Astrid Klaassen (stagiaire toegepaste psychologie en Sta Sterk trainer in opleiding) en Rosa Terpstra (communicatie medewerker) mee aan de inhoud.

We bedanken Isa en haar vader Frank, Roan en zijn moeder Annemieke, Monica leerkracht en Jeffrey locatie leider en pedagogisch medewerker op de BSO voor hun bijdrage aan de films en de Sta Sterk trainers Mirelle Valentijn, Mijke Ponjee, Brenda Vinck en Marielle Hage voor het ontwikkelen van de kijkwijzers. Tot slot bedanken we Sanne Vermaas voor het maken van de films.

Ook bedanken wij jÓu voor je actieve inzet en het werken met ons lespakket. Op deze manier draag je zorg voor het versterken van de sociale veiligheid. Daardoor kunnen we nog meer kinderen een heerlijke jeugd geven