
Noot vooraf

Fijn dat je met het pakketje ‘Trek je bek open’ aan de slag wil gaan om het onderwerp ‘pesten’ bespreekbaar te maken in je klas.

Voor je van start gaat, wijzen we er graag **uitdrukkelijk** op dat het belangrijk is dat je klas klaar is voor zo’n gesprek. **Veiligheid, vertrouwen en een positieve klassfeer** zijn daarin cruciaal.

We rekenen op **jullie professionele oordeel als leerkracht** om aan te voelen of het klasklimaat voldoende veilig is om met ‘Trek je bek open’ aan de slag te gaan. Denk je zelf dat het beter is om eerst nog wat meer in te zetten op dat veilige klasklimaat, dan vind je allicht inspiratie in bijlage 2: werken aan een veilig en positief klimaat.

1. Lesopbouw

a. Schematisch verloop van de lessen

Deze verwerkingslessen zijn voorzien op 2 lessen van 50 minuten. Hieronder staat een suggestie voor een mogelijke lesopbouw. Daarna worden de verschillende deelmethodieken apart besproken. Je zal merken dat dat er ook nog heel wat suggesties gedaan worden om de lessen nog verder uit te breiden. In dat geval voorzie je best meer dan 2 lessen de tijd.

Lesuur 1: Verkenning van het gedicht en reflectie bij de rollen in een pestsituatie

‘15	AKKOORD OF NIET AKKOORD: VERKENNING VAN HET GEDICHT
‘25	ROLLEN BIJ EEN PESTSITUATIE
‘10	KORTE REFLECTIE OEFENING

Lesuur 2: verdere verdieping van het gedicht en reflectie over omgaan met pesten

‘20	INZOOMEN OP DE TEKENINGEN
‘15	STELLINGENSPEL
‘15	BRAINSTORM OVER ACTIES



b. Lesuur 1

AKKOORD OF NIET AKKOORD

Timing	15 minuten
Methode	<p>Groepsgesprek (gebaseerd op de principes van Deep Democracy)</p> <p>Hang de affiche op in de klas. Plaats je leerlingen in een cirkel. Elk van hen zit op een stoel en heeft een pen bij de hand. Geef elke leerling een postkaart met het gedicht / de tekening van de affiche en vraag hen om deze aandachtig te lezen en te bekijken. Vraag je leerlingen om recht te gaan staan voor hun stoel. Vertel dat je hen enkele vragen zult voorleggen.</p> <p>Wie als eerste de hand opsteekt, mag de vraag beantwoorden. Deze leerling zet voor hij of zij de vraag beantwoordt een stap naar voren. Wie akkoord gaat met het antwoord of hetzelfde zou hebben geantwoord, wordt gevraagd om ook een stap naar voor te zetten.</p> <p>Bij elke nieuwe antwoord start men terug vanuit de beginpositie. De leerkracht-gespreksleider mag naar wens inzoomen op bepaalde reacties en vervolgvragen stellen. De principes van 'een stap naar voren' blijven dan gelden.</p>
Inhoud	<p>Het is de bedoeling meningen op te halen en goed te luisteren naar elkaars antwoorden. Discussiëren is nog niet de bedoeling in deze fase van de les.</p> <p>Mogelijke vragen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Probeer met maximum twee woorden te zeggen wat je aanspreekt op/in deze affiche. Laat meerdere leerlingen aan bod komen. Vraag de anderen een stap naar voor te zetten als ze zich herkennen in de gegeven antwoorden. 2. Vind je de tekeningen op de affiche geslaagd? Bij deze vraag wordt iedereen die de vraag met 'ja' wil beantwoorden, verzocht om een stap voorwaarts te zetten. 3. De wolf op de affiche ziet er nogal vervaarlijk uit. Klopt dat beeld met wat de tekst over de wolf vertelt? Laat meerdere leerlingen aan bod komen. Vraag na elk antwoord of de anderen instemmen met het gegeven antwoord. De gespreksleider vraagt ook leerlingen die bleven staan bij het vorige antwoord om te antwoorden. Ook bij hun antwoord geldt: wie zich in het antwoord herkent, zet een stap naar voor.

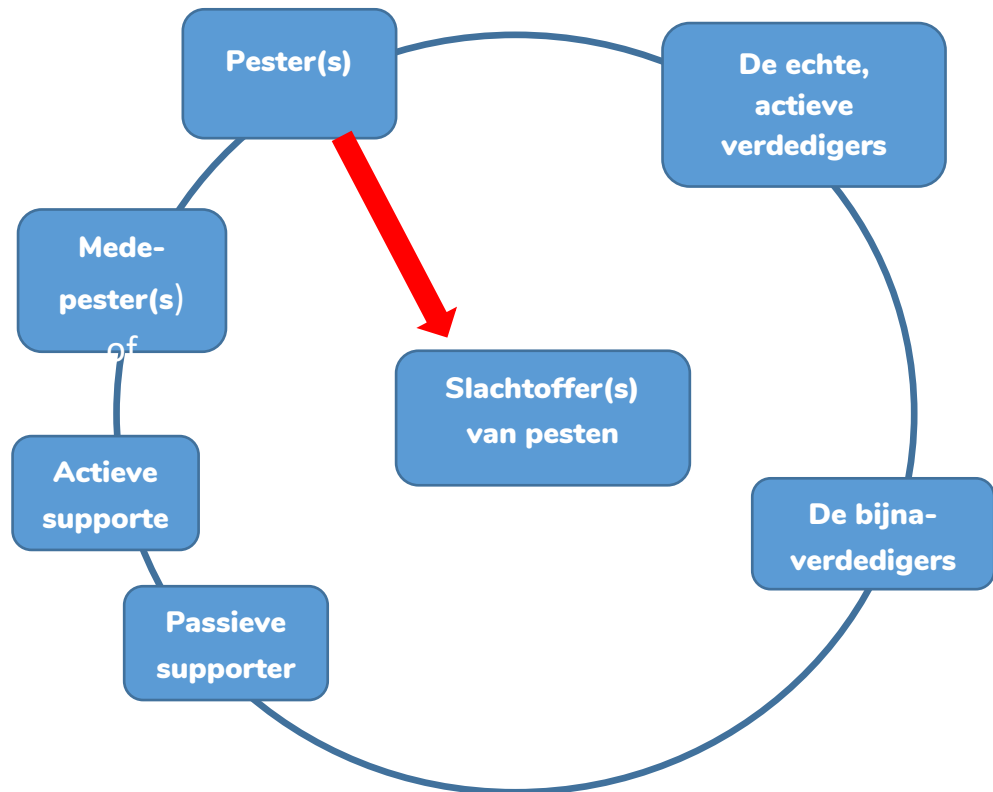


	<p>4. De affiche spreekt zich ook uit over al wie zich 'schaapachtig' gedraagt. Wat wordt volgens jou bedoeld met 'schaapachtig gedrag'? Ook hier geldt dat de vraag best door enkele leerlingen wordt beantwoord.</p> <p>5. Heb je een suggestie voor de makers van de affiche (om ze nog beter te maken)?</p> <p>6. Denk je dat dit soort van materiaal een verschil kan maken? Om pesten te voorkomen? Om 'schapen' sterker te maken?</p>
Materiaal	<ul style="list-style-type: none"> • De poster met gedicht 'Trek je bek open' • Voor elke leerling een postkaart of afgedrukte versie van het gedicht

ROLLEN IN EEN PESTSITUATIE

Timing	15 minuten
Methode	<p>Individuele reflectieoefening met klassikale bespreking</p> <p>Bezorg elke leerling een set kaartjes met de verschillende rollen binnen een peestsituatie (zie bijlage 4: materiaal). Vraag elke leerling om de rollen uit te knippen waarin hij of zij al wel eens heeft gezeten tijdens zijn of haar schooltijd. Laat elke leerling de door hem of haar uitgeknipte rollen op een naamloos A4-blad kleven. Vraag vervolgens om bij elk van de uitgeknipte rollen een gevoel te schrijven dat volgens hem of haar past bij de rol die hij of zij toen opnam.</p> <p>Voorbeelden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passieve supporter: angst (om uit de groep te vallen of zelf gepest te worden) – lafheid – plezier • Slachtoffer: bang – eenzaam – boosheid – verdriet • Echte verdediger: boosheid – trots – angst <p>Variant: Om het de leerlingen makkelijker te maken kan je een reeks gevoelens op A3-bladen of het bord schrijven. Zorg voor voldoende variatie. Spreid deze bladen op de grond uit in de ruimte waarin er gewerkt wordt. Laat de leerlingen hun kaartjes met de diverse rollen die ze hebben ingenomen op de verschillende gevoelens plaatsen. Verzamel nadien de verschillende A3-bladen met de oogst aan kaartjes. Bekijk met de klasgroep welke rollen er opduiken bij welke gevoelens. Ga hierover met de leerlingen in gesprek.</p>
Inhoud	Pestsituaties zijn vaak ingewikkeld. Pesten gebeurt immers meestal in groep.

Wordt er in een groep gepest, dan zal iedereen in een bepaalde rol kruipen. Onderstaande afbeelding toont om welke rollen het gaat (deze afbeelding kan je eventueel – al naargelang de nood van de klasgroep) eerst even collectief toelichten.



(geïnspireerd op de inzichten van D. Olweus en C. Salmivalli)

Toelichting bij de verschillende rollen:

- **Pester of pestkop:** de persoon die het (cyber)pesten in gang zet; hij of zij kiest het slachtoffer en bepaalt wat wanneer zal gebeuren.
- **Medepester(s) of assistenten:** diegene die actief mee doen met de (cyber)pester; voert bevelen uit of doet er nog een schepje bovenop.
- **Actieve supporters:** pesten niet zelf mee maar laten heel duidelijk blijken dat ze aan de kant van de pester(s) staan.
- **Passieve supporters:** pesten niet zelf mee maar keuren het pesten ook niet af; ze vinden het oké dat het slachtoffer aanhoudend wordt lastig gevallen of gekwetst.



	<ul style="list-style-type: none"> • Onverschillige buitenstaanders: het laat hen koud wat er gebeurt; ze staan onverschillig tegenover het slachtoffer. Ze doen niets en houden op die manier het pesten in stand. • De bijna-verdedigers: ze vinden pesten niet oké; ze weten dat ze zouden moeten reageren maar doen dit niet. Dit gebeurt uit angst of uit onwetendheid. • De echte verdedigers: zij nemen het op voor het slachtoffer en keren zich tegen de pester(s) en hun kliek. • Het slachtoffer: degene die aanhoudend wordt gepest en uiteindelijk niet meer weet wat hij/zij er kan aan doen om het pesten te doen ophouden. <p>Mogelijke vragen bij de bespreking:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zijn er rollen die je meer aan 'schaap' zijn zou koppelen? - Zijn er rollen die je maar aan 'wolf' zijn zou koppelen? - Welke gevoelens kregen de meeste kaartjes? - Hoeveel rollen kwamen er terug bij elk van de gevoelens? - Hoe zou het komen dat elke rol aan meer dan één gevoel werd gekoppeld? - Voel je jezelf over het algemeen meer een schaap of een wolf? - Wanneer ben je zelf al eens een schaap geweest? Wat viel er daarbij te winnen? Hoe voelde dat? - Wanneer was je al eens een wolf? Wat viel er te verdedigen? - Wat bepaalt dat jij op een bepaald moment voor die bepaalde rol hebt gekozen? Waarom nam je die rol op en niet de rol van bvb. verdediger? - Wil je wat meer van het een of het ander zijn? Welke dan? Waarom? <p>Hoe kun je daarbij bewust proberen te kiezen welke rol je aanneemt?</p> <p>We doen vaak veel dingen automatisch, we staan niet stil bij onze reacties of onze daden. Door zich bewust te worden van de rol die ze aannemen, kunnen leerlingen ook gericht op zoek gaan naar strategieën om met een bepaalde peestsituatie om te gaan.</p>
Materiaal	<ul style="list-style-type: none"> • Voor elke leerling een set kaartjes met de verschillende rollen • Voor de variant: een aantal A3 bladen met gevoelens


KORTE REFLECTIEOEFENING

Timing	10 minuten
Methode	<p>Woordweb met 'Mentimeter'-app (mentimeter.com)</p> <p>Maak gebruik van de 'Mentimeter'-app en nodig de leerlingen uit om via de code die je hen aanreikt antwoord te geven op de vraag: op welke manieren kan iemand gepest worden?</p> <p>De leerlingen denken eerst per twee na over deze vraag en tikken dan hun antwoorden in. Ze krijgen 3 minuten antwoordtijd. Verwijs hierbij opnieuw naar het gedicht en naar eventuele manieren van pesten die in het gedicht worden aangehaald. Het aantal antwoorden is onbeperkt. Zo ontstaat een woordweb waarin alle antwoorden worden samengebracht.</p> <p>Vraag de leerlingen om opnieuw per twee binnen dat woordweb op zoek te gaan naar hun antwoord op de vraag: wat beschouw jij als de ergste vormen van gepest worden? Ook voor deze vraag wordt met 'Mentimeter' gewerkt. Per duo mogen maximaal twee antwoorden worden ingevoerd.</p> <p>Het resultaat projecteert zich als alle duo's de opdracht hebben vervuld.</p>
Inhoud	<p>Pesten kan op vele manieren gebeuren. De ene pestvorm is al pijnlijker dan de andere. Pesten kan heel gewiekt gebeuren. Ook de minder zichtbare vormen van pesten missen hun doel niet. Uitgesloten worden of doodgezwegen worden ('de stilte van de afwijzing') is minstens even pijnlijk als fysiek of verbaal gepest worden ('het lawaai van de spot').</p> <p>Conclusie: pesten is geraakt worden en eigenlijk doet het er niet toe op welke manier dat dan is.</p>
Materiaal	<ul style="list-style-type: none"> • Smartphone per leerlingenduo • Laptop en beamer • 'Mentimeter'-app

c. Lesuur 2

INZOOMEN OP DE TEKENINGEN

Timing	20 minuten
Methode	<p>De leerlingen bekijken opnieuw de affiche/postkaart. Ze duiden op de postkaart in het groen aan waar ze het mee eens zijn, in het rood waar ze het niet mee eens zijn, in het blauw de dingen die hen opvallen, maar waarvan ze niet goed weten wat ze ermee moeten. Geef hen individueel even de tijd om dit te doen.</p> <p>Vraag vervolgens aan de klasgroep om een aantal dingen aan te geven die ze groen/rood/blauw kleurden. Overloop één voor één de beelden en vraag welke mogelijke dubbele betekenissen de beelden kunnen hebben.</p>
Inhoud	<p>Belang van context en bedoeling</p> <p>Er zit veel grijswaarde in woorden. Hoe we woorden gebruiken, bepaalt of ze constructief zijn of niet. Slogans, ook leuke slogans, zijn hol of zelfs kwetsend als de intentie waarmee ze gebruikt worden verkeerd zit. Ook in de poster zitten heel wat mogelijk dubbele betekenissen in de beelden.</p> <p>Een aantal voorbeelden:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start;"> <div data-bbox="416 1339 660 1547" style="text-align: center;">  </div> <div data-bbox="735 1339 1362 1547"> <p>‘Trek je bek open’ is een aanmaning voor schapen om hun tanden te durven laten zien en wat meer wolf te zijn. Maar het kan ook een scheldvorm zijn om een gepeste af te serveren dat hij zich maar wat sterker en weerbaarder moet tonen.</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-start; margin-top: 20px;"> <div data-bbox="416 1626 970 1794" style="text-align: center;"> <p>Bloemetjes en complimentjes zijn fijn. Maar als de spreekwoordelijke bloempot er nog aanhangt, wordt het een vorm van pesten. ‘Je ben erg knap – voor iemand die zo dik is.’</p> </div> <div data-bbox="1054 1626 1362 1827" style="text-align: center;">  </div> </div>



Kuddegedrag kan gevaarlijke gevolgen hebben.

Maar je kunt ook te ver gaan en iemand die nogal naïef of volgzzaam is precies dát verwijten: 'Wat ben je toch een schaap.'

Mogelijke vragen voor de bespreking?

- Is een schaap zijn wel zo goed?
- Wat zouden nadelen kunnen zijn van een schaap zijn?
- Is een wolf wel zo slecht?
- Wat zouden voordelen kunnen zijn van een wolf zijn?
- De wolf wordt vaak voorgesteld als alleen? Is dat in werkelijkheid wel zo?

Het eerste idee is vaak: de wolf is slecht, een roofdier, een moordenaar; het schaap is goed of op zijn minst onschuldig. Dit wordt mee in de hand gewerkt door de beeldvorming in sprookjes (de wolf is altijd een schurk), en door het Christelijk gedachtegoed dat de heer voor zijn kudde zorgt en dat leven als een volgzzaam schaap een noodzakelijke voorwaarde is om in de hemel te komen.


Het affichebeeld van de wolven en de schapen draait stereotypen om en stelt vooroordelen aan de kaak. Het wil je laten nadenken over je eigen gedrag. Toch is het vaak veeleer **de intentie** waarmee je iets zegt, waarmee je zwijgt, waarmee je een grap maakt of een opmerking geeft die maakt of het een steuntje in de rug is dan wel een pesterij.

Vooroordelen liggen ook vaak mee aan de basis van pesten. Het is goed om die ook eens kritisch onder de loep te durven nemen, zoals de auteurs doen met ons wolvenbeeld.

Materiaal

- De poster met gedicht 'Trek je bek open'
- Voor elke leerling een postkaart of afgedrukte versie van het gedicht

STELLINGENSPEL

Timing	15 minuten
Methode	<p>Discussie aan de hand van stellingen</p> <p>De leerlingen krijgen een aantal stellingen te horen. Per stelling moeten ze kleur bekennen door zich op een lijn op stellen. De lijn loopt tussen ...</p> <p>Ik ben het hier VOLLEDIG MEE EENS</p>  <p>Ik ben het hier absoluut NIET MEE EENS.</p>
Inhoud	<p>Stellingen waaruit gekozen kan worden:</p> <p>Stelling 1: Ik vind dat onze school meer moet doen om pesten te voorkomen of te helpen stoppen.</p> <p>Stelling 2: Ik vind het moeilijk om tegen pesten in te gaan.</p> <p>Stelling 3: Pesten kan best leuk zijn (maar dan niet voor het slachtoffer).</p> <p>Stelling 4: Ik vind de peestsituatie melden aan een leerkracht ok</p> <p>Stelling 5: Ik durf zelf opkomen voor iemand als ik zie dat er gepest wordt</p> <p>Stelling 6: Wie pest of mee pest moet streng worden aangepakt.</p> <p>Variant: Verdeel de leerlingen in groepjes en laat hen op basis van twee voorbeelden zelf stellingen maken of laat hen op basis van de poster zelf stellingen verzinnen. Gebruik ook die stellingen om het stellingenspel te spelen.</p>
Materiaal	/

BRAINSTORM OVER ACTIES

Timing	15 minuten
Methode	<p>Alle leerlingen gaan opnieuw in een gewone cirkel staan, met hun gezicht naar elkaar toe. De groep krijgt enkele minuten tijd (max. 5 min) om zoveel mogelijk manieren aan te reiken waarop iemand die slachtoffer is van pesten of cyberpesten kan worden bijgestaan, getroost, geholpen en/of verdedigd.</p>



	<p>De leerlingen praten één na één. Dus niet door elkaar. Iedereen formuleert een voorstel. Probeer de leerlingen aan te moedigen om hun voorstellen zo concreet mogelijk te maken.</p> <p>Na elk voorstel kan iedereen die het een goeie tip of een goed voorstel vindt, een stap naar voor zetten. Zo wordt zichtbaar welke tips of adviezen het sterkst tot de verbeelding spreken. Noteer deze tips op het bord of op een flap. Elke leerling ontvangt vervolgens drie post-its en mag die kleven bij de drie tips die in zijn of haar ogen het meest zinvol en haalbaar zijn. Bespreek vervolgens de tips in groep.</p>
Inhoud	<p>Mogelijke vragen voor de bespreking:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wat spreekt jou aan bij de tips die zonet werd voorgesteld? • Welk idee of welk beeld springt positief in het oog? • Wat zou er voor zorgen dat het je toch niet lukt om de tips uit te voeren?
Materiaal	/

d. Suggestie voor lesuitbreiding

CREATIEVE VERWERKING BIJ HET GEDICHT

Timing	50 tot 100 minuten
Methode	<p>Verdeel de groep leerlingen in kleine groepjes van 4 personen. Gebruik hiervoor een groepsverdeler. Zorg dat elk groepje over twee grote flappen, stiften en ander creatief te gebruiken materiaal beschikt: verf, tijdschriften met afbeeldingen i.f.v. een collage, ...</p> <p>Zet alle groepjes op weg om in eerste instantie ideeën te verzamelen voor het ontwerpen van een eigen affiche voor de Week tegen Pesten. De leerlingen noteren die ideeën op één van beide flappen. Op diezelfde flap maken ze vervolgens ook een ruw ontwerp van hun eigen affiche. Ze bedenken ook een titel voor de affiche. Nadat ze voldoende tijd kregen om de aanloopopdracht te doen beginnen ze aan hun definitieve affiche. Die zou na nog eens 30 minuten moeten klaar zijn.</p> <p>Elk groepje presenteert haar affiche.</p> <p>Opmerking: eventueel kan je ook vertrekken van de vorige oefening brainstorm over acties en de leerlingen voor hun eigen concrete tips een</p>



Doelstellingen

‘Trek je bek open’

	affiche laten ontwerpen.
Inhoud	<p>Mogelijke richtvragen om de leerlingen op weg te helpen met hun affiche:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voor wie is onze affiche bedoeld? • Wat willen we met onze affiche bereiken? • Welke boodschap willen we brengen? • Welke tekst(en) en/of beelden willen we gebruiken? • Welke slogan lijkt ons geschikt? • Kiezen jullie voor zwart/wit of voor kleur?
Materiaal	<ul style="list-style-type: none"> • Lege A3 papieren • Stiften/kleurpotloden/verf/tijdschriften/...



Bijlage 1: gedicht 'Trek je bek open'



Bijlage 2: werken aan een veilig en positief klimaat

Activiteit 1: Ik ben ... en hou van ...

Iedereen stelt zich voor, zegt zijn voornaam en waar zij/hij van houdt. De leerlingen staan in een cirkel. De opdracht start bij de leraar/groepsbegeleider. Wie links van haar/hem staat, volgt als tweede. Daarna is het aan de persoon die links staat van wie eerder aan het woord kwam. Alle leerlingen volgen elkaar op.

Variante: deze oefening kan complexer worden gemaakt door iedereen die aan de beurt komt te laten herhalen wat al wie voor hem/haar aan het woord kwam al had gezegd. Op die manier worden de voornamen van al wie in de cirkel staat snel(ler) aangeleerd.

Activiteit 2: Citroen-citroen

De leerlingen zitten of staan in een kring. Iemand wordt uitgeloot om in het midden van de cirkel te gaan staan. Hij of zij roept twee namen. De personen van wie de naam wordt genoemd verwisselen van plaats maar moeten vermijden dat de persoon die in het midden staat hun plaats inneemt. Lukt het de persoon die in het midden staat toch om de plaats van een van beide in te nemen, dan moet de persoon wiens plaats werd ingenomen, in het midden komen staan en op zijn/haar beurt twee namen noemen. De oefening herhaalt zich. Roept de persoon in het midden 'citroen-citroen' dan moet iedereen van plaats wisselen.

Activiteit 3: Over de zee...

Verdeel de groep in twee door hen op een rij te zetten (volgens grootte van de schoenmaat, hun huisnummer, geboortedatum). Geef om beurt aan iedereen het nummer 1 of het nummer 2. Al wie het nummer 1 kreeg vormt een groep. Al wie het nummer twee kreeg doet hetzelfde. Elke groep staat aan een uiteinde van de ruimte waarin gewerkt wordt. Iedereen beschikt over een stoel waarop hij of zij kan staan. Iedereen start de oefening terwijl hij/zij op z'n/haar stoel staat. Het doel van het spel is om de overkant (van de zee) te bereiken maar dan zonder in de zee terecht te komen. Er moet dus met de stoelen worden gewerkt. De stoelen moeten worden verplaatst zonder dat men de grond raakt.

Raakt iemand de grond dan moet de oefening van meet af aan worden overgedaan. Het is de bedoeling om ter snelst de overkant te bereiken. Hiervoor moet er goed worden samengewerkt.

Benodigheden: een ruim lokaal, een stoel per leerling

Activiteit 4: Wie is de orkestleider?

Plaats alle leerlingen in een cirkel zodat iedereen elkaar goed kan zien. Laat een stift of pen in het midden van de cirkel ronddraaien (als een tol). Als die stift of pen is stilgevallen, ga je na wie hij (met de punt van de pen of stift) aanwijst. Die persoon moet even naar buiten.

Opnieuw wordt er met de pen of stift gedraaid. De persoon die nu wordt aangewezen, wordt de dirigent of orkestleider van het spel. Hij of zij zal zo dadelijk allerlei opeenvolgende bewegingen mogen doen die de rest van de groep moet nadoen.

De dirigent mag vervolgens beginnen met z'n eerste beweging. Daarna roep je de persoon die naar buiten ging terug binnen. Hij of zij mag plaatsnemen in het midden van de cirkel en moet vervolgens de dirigent zo snel mogelijk ontmaskeren. Dat gebeurt door goed te observeren wie de instructies geeft om van beweging te veranderen.

De oefening mag niet te lang aanslepen. Als de persoon in het midden de 'orkestleider' vindt, dan mag hij/zij aanduiden wie vervolgens naar buiten moet gaan. Als de persoon in het midden de orkestleider niet vindt, wordt de oefening overgedaan met de persoon die zich links van de orkestleider bevindt. Die leerling moet even naar buiten tot een nieuwe orkestleider werd aangeduid.

Activiteit 5: Bingo invullen

Elke leerling ontvangt een blanco bingoblad. Ze vinden daarop 16 kenmerken. Elke leerling omcirkelt die eigenschappen die op hem/haar van toepassing zijn.

Is iedereen klaar met het eerste deel van de oefening dan volgt een signaal. Nu gaan elke leerling zo snel mogelijk op zoek andere leerlingen die kenmerken met hem of haar delen of andere kenmerken toevoegen. De naam van die leerlingen wordt in het overeenkomstige vakje/de overeenkomstige vakjes genoteerd. Wie het eerst een volledig bingoblad heeft kunnen invullen steekt haar/zijn hand op. Van zodra die hand in de hoogte is gegaan stopt het spel.

Benodigheden: 1 bingoformulier per deelnemer (voorbeeld: zie volgende pagina)

Heeft minstens 6 verschillende letters in zijn/haar familienaam	Woont binnen een straal van 2 kilometer van de school	Houdt van gamen	Vindt romantische films top!
Is sportief	Kan zijn/haar gsm makkelijk drie uur missen	Heeft minstens één broer of zus	Draagt op dit moment veelkleurige sokken of kousen
Beoefent een balsport	Houdt van boeken	Speelt een muziekinstrument	Kan goed met dieren omgaan
Heeft minstens een affiche in zijn/haar kamer hangen van een popidool of muziekgroep	Vindt regen en wind leuk	Gaat graag naar zee	Houdt van de bergen

Bijlage 3:

Achtergrondinformatie: Week tegen Pesten 2020

Van **14 tot 21 februari 2020** loopt de 15^{de} Vlaamse Week tegen Pesten. Je vindt alle info over de Week op kieskleurtegenpesten.be.

Het Vlaams Netwerk Kies Kleur tegen Pesten neemt de vraag van kinderen en jongeren om pesten harder aan te pakken ernstig. Pesten is niet alleen een probleem voor wie er het slachtoffer van is. Wie in een pestklas zit, ondervindt hoe de pesterijen de sfeer en de omgang in de klas de nek omwringen. Pesten maakt de schooltijd tot een kwelling.

Toch blijft het moeilijk om pestgedrag te doen stoppen. Wie opkomt voor een slachtoffer of opkomt voor het slachtoffer, krijgt het vaak hard te verduren. Niemand vindt het leuk om als ‘snitch’, verklikker of klikspaan te worden weggezet. Pesters en de groep die hen achterna loopt, zorgen er meestal voor dat iedereen hun kant moet kiezen. Het slachtoffer komt zo in een heel erg eenzame positie terecht. Niet zelden geeft men het slachtoffer zelfs de schuld voor wat er fout loopt.

Het is dus niet altijd eenvoudig om voor je eigen mening uit te komen en pestgedrag af te keuren. Om dat te vergemakkelijken, zochten Ketnet en het Vlaams Netwerk Kies Kleur tegen Pesten naar een toffe en laagdrempelige manier om te laten zien hoe je over pesten denkt. Zo werd ‘STIP IT’ geboren: een actie die minstens een hele Week vraagt om standpunt in te nemen door middel van 4 eenvoudige stippen.

Iedereen die de **4 STIPPEN** (uit)draagt, zegt dat hij of zij akkoord gaat met 4 houdingen.

1 ik vind pesten niet oké en zal er nooit aan meedoen

2 ik praat erover als pesten mij bang of verdrietig maakt

3 ik sluit niemand uit, voor mij hoort iedereen erbij!

4 ik zal altijd proberen op te komen voor iemand die gepest wordt

De vier stippen kosten niets. Iedereen kan ze op zijn hand aanbrengen. Ze sluiten niemand uit en zijn hanteerbaar door iedereen. Ze maken ook duidelijk wat je kan doen om pesterijen tegen te gaan. Stip 1 is makkelijker uitvoerbaar dan de stippen die volgen. Stip 4 vraagt de hoogste dosis moed.

De Vlaamse Week tegen Pesten van 2020 richt zich ook op leerlingen die Ketnet ontgroeid zijn. Met deze lesfiche 'Trek je bek open' willen we jongeren aanmoedigen om zich tegen pesten te verzetten en niet toe te geven aan de druk die van pestkliekjes uitgaat. Ook de 'pestconfessions' die WAT WAT tijdens de Week lanceert, willen jongeren aan het denken zetten. Door meer inzicht te geven, is de kans kleiner dat ze zelf ooit gaan (mee)pesten.

Op de eerste dag van de Week belonen Tumult en het Vlaams Netwerk Kies Kleur tegen Pesten voor de 20^{ste} keer 10 Vlaamse scholen uit het basis- of secundair onderwijs met een 'Pesten, dat kan niet'-prijs. Pakt ook jouw school pestgedrag tussen leerlingen krachtig en positief aan? Vragen jullie hierbij ook de actieve steun en inbreng van de leerlingen? Dan is jouw school misschien ook een kandidaat-winnaar? Kijk bij [Pesten, dat kan niet](#) op de website van Tumult voor volgende edities.

Bijkomende nuttige info

Over het Vlaams Netwerk:

www.kieskleurtegenpesten.be/over-ons

Over Te Gek!?:

www.tegek.be/over-te-gek

Over de auteurs van de 'Trek je bek open'-affiche:

Schrijfster Kirstin Vanlierde: www.kirstinvanlierde.be

Illustrator Jurgen Walschot: www.jurgenwalschot.be

Bijlage 4: Materiaal bij de lesfiche

ROLLEN IN EEN PESTSITUATIE

