

Iedereen kan helpen

Week Tegen Pesten 2023



**GOED
VOOR ELKAAR!**

**WEEK
TEGEN
PESTEN**

Goed voor elkaar!

De Week Tegen Pesten 2023 staat in het teken Goed voor elkaar: samen zorg je voor gezellig en veilige sfeer in de klas. Bij het tegengaan van pesten kan iedereen helpen. Het kan alleen best moeilijk zijn om voor iemand op te komen op een manier die fijn voelt. De kinderen van groep 7 van de Da Costaschool vertellen in de video 'iedereen kan helpen' hoe zij dat doen.

Hoe reageren de kinderen uit jouw klas als iemand gepest wordt? In de video en de lessen komen de verschillende manieren om op pesten te reageren aan bod en ontdekken de kinderen welke manier bij hen past.



Met je lijf



Met je mond



Met je hart

In de twee lessen uit deze lesbrief staan verschillende werkvormen die je kunt inzetten in je groep. Je kunt ze combineren of los van elkaar gebruiken. Daarnaast is er ook een mogelijkheid beschreven om met de klas te praten over wat jij als leerkracht eigenlijk zou kunnen doen. Kortom: pesten tegengaan doe je samen!

Meer lezen over de Week tegen Pesten? Kijk dan op weektegenpesten.nl

Meer lezen over je eigen rol bij pesten? Kijk dan op deze pagina van [stichting School en Veiligheid](https://stichting-school-en-veiligheid.nl).

Praktische informatie

Les voor: groep 7 en 8

Les 1 en 2 zijn gemaakt als twee lessen na elkaar. Het is ook mogelijk om een enkele les te doen.

Tijdsduur per les: 45 minuten (dit kun je naar eigen inzicht aanpassen)

Doel:

- Leerlingen weten dat er verschillende manieren zijn om op pesten te reageren en de gepeste te helpen.
- Leerlingen bedenken welke manier bij hen past.
- Leerlingen oefenen in verschillende situaties met verschillende reacties. Bijvoorbeeld in de vorm van een rollenspel of strip.

Kernboodschap: Iedereen kan in actie komen tegen pesten. Er zijn verschillende manieren. Welke manier past bij jou?

Bijlage: Werkblad/ kopieerblad

Bekijk hier de video:



Les 1: Iedereen kan helpen

Duur: 45 minuten

Inleiding: introductie op het thema

- Introductie op de Week Tegen Pesten: Goed voor elkaar.
- Wat weten de kinderen van pesten en wat vinden ze daarvan?

Stel ze bijvoorbeeld de onderstaande vragen:

- Waar denk je aan bij pesten?
- Wat doe je als je ziet dat iemand gepest wordt?
- Stelling: Ik kom wel eens op voor een ander.

Tip: Om de voorkennis te activeren kun je snel beurten wisselen, bijvoorbeeld door het rondgooien van een bal. Of maak samen een woordweb.

Kern: Video bekijken en bespreken

Iedereen kan helpen om ervoor te zorgen dat iedereen zich prettig voelt in de groep. Daarom is het belangrijk om in actie te komen als je ziet dat er gepest wordt. Het is alleen zo dat we niet allemaal op dezelfde manier willen of durven te reageren. Welke manier past bij jou?

De video die jullie gaan bekijken laat drie situaties zien over pesten. Na elke vraag in de video vertellen de kinderen van groep 7 van de Da Costaschool hoe zij zouden reageren.

Situaties in de video:

1. Je ziet dat tijdens het voetballen in de pauze een bal hard tegen het hoofd van een klasgenoot wordt geschoten. Je denkt dat dat expres was. Wat doe je?
2. Je gaat met een groepje klasgenoten een spel doen. Twee kinderen zeggen dat jij wel mee mag doen maar een andere klasgenoot niet. Wat doe je?
3. Je wordt uitgenodigd voor een app-groep waarin gemene dingen worden gezegd over een klasgenoot. Wat doe je?

Ook vertelt Nick van het Nederlands Jeugdinstuut hoe je kunt reageren als je ziet dat er gepest wordt: met je lichaam, door iets te zeggen, en door iemand te steunen.

Manieren van reageren



Je kunt je lichaam gebruiken om het voor iemand op te nemen door bijvoorbeeld:

- Tussen een ruzie te springen.
- Diegene die gepest wordt overeind helpen.

Les 1: Iedereen kan helpen



Je kunt het ook voor iemand opnemen door er iets van te zeggen. Bijvoorbeeld door:

- Tegen de pester te zeggen dat het moet stoppen.
- Tegen de gepeste te zeggen dat je het niets eens bent of dat je het stom vindt wat er gebeurt.
- Aan een volwassene vertellen wat er is gebeurd.



Een andere manier is iemand steunen. Er voor iemand zijn. Dat doe je bijvoorbeeld door:

- Te vragen hoe het gaat.
- Een appje sturen.
- Iemand meevragen om iets leuks te doen

Klassengesprek

Paueer de video na elke vraag. Dit geeft je de mogelijkheid de vraag ook aan de kinderen in jouw eigen klas te stellen en samen te praten over oplossingen. Kijk voor een kortere les de video in één keer.

Vragen die je kunt bespreken met de klas, tijdens of na het kijken van de video:

- Hoe zou jij reageren in deze situatie? Welk antwoord zou jij kiezen?
- Wat vind je van de oplossingen in de video? Heb jij nog andere ideeën?
- Reageren is soms moeilijk of spannend, waarom? Wat kun je dan doen om tóch te helpen en te zorgen dat het pesten stopt?
- Wanneer voel jij je gesteund?

Variatietip: wijs in de klas drie hoeken aan, voor a, b en c. De kinderen kunnen gaan staan bij het antwoord waar zij voor kiezen.

Afsluiting: wat doet de leerkracht?

We hebben het gehad over hoe kinderen kunnen reageren als zij zien dat er gepest wordt. De rol van de leerkracht wordt niet meegenomen in de video. Soms noemen kinderen als oplossing dat ze naar de leerkracht gaan met het probleem. Wat kan de leerkracht dan doen? Bespreek het met de klas.

Les 2: Hoe reageer jij?

Duur: 45 minuten

Inleiding: terugblik

Deze les gaat in op hoe leerlingen zelf zouden reageren als ze zien dat er gepest wordt. Blik terug op les 1 en vraag wat de kinderen nog weten van de situaties en reacties in de video. Onderstreep daarbij de belangrijke rol van omstanders. Inspiratie vind je op [deze pagina van het NJi](#). Iedereen kan iets doen tegen pesten. Kom in actie en doe dit op een manier die bij je past.

Variatietip: als je les 1 niet hebt gedaan kun je als introductie de video bekijken. Geef daarvoor of daarna een korte introductie op het thema van de Week tegen Pesten: Goed voor elkaar.

Kern: Rollenspel of strip tekenen

Je kunt bij deze les kiezen uit twee vormen: een rollenspel of het tekenen van een stripverhaal. Kies de vorm die het best aansluit bij jou groep.

Situaties om uit te kiezen bij het rollenspel of het stripverhaal

1. Jullie spelen een tikspel bij de gymles. Een kind wordt steeds iets te hard geduwd of getikt. Het lijkt wel expres. Wat doe je?
2. Jullie krijgen de uitslag van een toets. De toets van een klasgenoot wordt afgepakt en anderen lachen om het cijfer. Wat doe je?
3. Je hebt net een potlood geleend van een klasgenoot. Je buurman vraagt of hij ook een potlood mag lenen, maar dit mag niet. Dit gebeurt vaker. Wat doe je?

Optie 1: Rollenspel

De leerlingen spelen in groepjes van minimaal vier kinderen één van de situaties na. Zij mogen zelf het verhaal bedenken en verwerken hierin de peestsituatie, de reactie van de omstanders, hoe het wordt opgelost en hoe de gepeste zich daarna voelt. Hierbij speelt één kind de pester, één kind de gepeste en de rest zijn omstanders. Het doel hiervan is dat de kinderen zien hoe het is om op verschillende manieren te reageren.

Besprek na het rollenspel de ervaringen van de kinderen. Je kunt vragen bespreken zoals:

- Hoe was het om de verschillende rollen te spelen?
- Hoe voelde het toen iemand voor jou opkwam?
- Wat vond je makkelijk of lastig aan het rollenspel?

Variatietips

- Je kunt er voor kiezen om de verschillende situaties te spelen voor de klas. Zo kunnen de andere kinderen observeren en kan het rollenspel direct besproken worden.
- Laat de kinderen wisselen van rol of meerdere situaties uitspelen. Zo kunnen ze verschillende rollen ervaren.

Les 2: Hoe reageer jij?

Optie 2: Stripverhaal

De leerlingen kiezen één situatie. Hiervoor kunnen zij een keuze maken uit de drie situaties of een situatie uit de video. De situatie gaan zij uitwerken in een stripverhaal. Gebruik hiervoor het werkblad in de bijlage. Zij mogen zelf het verhaal bedenken en verwerken hierin de peetsituatie, de reactie van de omstanders, hoe het wordt opgelost en hoe de gepeste zich daarna voelt.

In kleine groepjes kunnen zij hun stripverhaal laten zien en bespreken. Laat hen dezelfde situaties vergelijken. Wat is hetzelfde of juist anders in het stripverhaal? Wat valt op bij de ander? Wat leren ze van elkaar?

Afsluiting: geheime buddy

Alle kinderen schrijven hun naam op een papier, vouwen deze dicht en doen het papier in een bak. Hierna pakken ze allemaal een papier uit de bak. Welke naam op het papier staat, houdt iedereen geheim. De komende week zijn de kinderen de geheime buddy van diegene die ze getrokken hebben en doen ze iets aardigs voor deze klasgenoot.

Bedenk samen met de klas wat je kunt doen. Bijvoorbeeld een compliment geven of samen spelen. Aan het einde van de week kan iedereen raden wie de geheime buddy was.

Wil je reageren op deze lesbrieff of de video?

Mail naar M.VandenBurg@nji.nl.