

WEEK TEGEN PESTEN

KLETSKAARTJES



**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE: JE KLAS IS EEN TEAM

Lesbrief bij Week tegen Pesten 2025 bij de openingsvideo

Benodigdheden

- Openingsvideo Week tegen Pesten
- Kletskaartjes

Doel

Gezamenlijk de Week tegen Pesten inluiden door het kijken van de openingsvideo met de klas en naar aanleiding hiervan, met behulp van de kletskaartjes, pestgedrag en hoe je het samen tegen kunt gaan bespreken.

Inleiding

In de openingsvideo van de Week tegen Pesten 2025 zie je een klassensituatie waarin het lijkt alsof een leerling uit de klas gepest wordt. Je wordt enigszins op het verkeerde been gezet, maar dat weet je niet. Het wordt zo geframed: je kijkt met een bepaalde bril op. Aan het eind van het filmpje kijk je ineens met een andere bril en wordt duidelijk dat ze niet wordt gepest, maar dat ze onderdeel uitmaakt van een werkgroepje en haar eigen rol heeft. Het werkgroepje is een team en presteert goed. Het filmpje moedigt leerlingen (en

jou als leraar) aan om eens door een andere bril te kijken en te zien dat de klas een team is!

De klas zien als een team – je welkom en thuis voelen, onderdeel zijn van de schoolgemeenschap – draagt bij aan schoolverbondenheid. En uit recent onderzoek weten we dat schoolverbondenheid een van de belangrijkste elementen is van een sociaal veilig schoolklimaat.

Wanneer leerlingen zich sterk verbonden voelen met hun school, hun klas en hun leraren, heeft dat een positief effect op de prestaties en het welzijn van leerlingen. Daarnaast draagt verbondenheid bij aan de onderlinge relaties en een vermindering van pestgedrag. Dit creëert niet alleen een gevoel van veiligheid, maar ook van verantwoordelijkheid, zowel voor het eigen welzijn als voor dat van anderen. Dit alles draagt bij aan de afname van pesten, aangezien leerlingen meer geneigd zijn elkaar te ondersteunen en conflicten op een respectvolle manier op te lossen. Hieronder staan lessuggesties om de openingsvideo met jouw klas te bespreken.

Deel 1: wat gebeurt er?

Doel

In deel 1 besteedt je aandacht aan het eerste gevoel na de film en geef je gezamenlijk duiding aan wat je gezien hebt. Opdracht: kijk samen naar het openingsfilmpje. Laat de video even landen.

Vraag leerlingen dan de volgende vragen:

- Begrijpen ze wat er gebeurt?
- Wat doet het filmpje met ze, welke emoties voelen ze?
- Is wat er gebeurt herkenbaar?
En zo ja, wat precies dan?

Deel 2: het klassengesprek

Doel

In deel 2 besteed je ten eerste aandacht aan wat je als klas en leraar samen kunt doen om pesten (zo veel mogelijk) te voorkomen. Ten tweede bespreek je samen wat je kunt doen als er toch gepest wordt in de klas of op school.

3 leerdoelen van het klassengesprek:

1. Positieve norm stellen

Groepsnormen beïnvloeden het gedrag van leerlingen positief of negatief. Als de groepsnormen prosociaal-gedrag omschrijven – bijvoorbeeld aardig zijn voor elkaar, elkaar helpen of verdedigen bij pestsituaties – dan zullen leerlingen dit ook sneller doen.

Andersom geldt dit dus ook: leerlingen laten negatiever gedrag zien als de groepsnorm agressief gedrag of pesten tolereert. Daarom is het zo belangrijk om aan het begin van het schooljaar met elkaar positieve groepsnormen te stellen. Na een slechte schoolstart is de sfeer in de klas moeilijk te keren en is ook de norm moeilijk te veranderen. Je maakt als leraar een goede start door de groepsnormen met elkaar te stellen en deze daarnaast ook het hele jaar zelf voor te leven en te bewaken.

Stel echt samen met leerlingen gedragsregels op, om zo duidelijke groepsnormen neer te zetten. Zo zorg je ervoor dat het gezamenlijke normen zijn, waardoor leerlingen zich sneller eraan conformeren. Hierdoor zullen ze minder snel negatief gedrag naar klasgenoten laten zien. En dat vermindert vooroordelen, pesten en kwetsen. Maak ook afspraken over online omgangsvormen.



Met behulp van de vragen op de kletskaartjes denken leerlingen samen na over positieve groepsregels.

Kijk of je samen met je leerlingen na deze vragen samen ook daadwerkelijk een aantal groepsregels kunt formuleren of ga hier een volgende les mee verder. Maak de groepsregels ook zichtbaar in de klas.

2. Teamgevoel bevorderen (samen verantwoordelijk zijn)

Een team bestaat uit individuele leden die verbonden zijn met elkaar. Iedereen hoort erbij en heeft een eigen rol of taak binnen het team. Samen werk je aan een of meerdere doelen.

Op deze manier kijken naar je klas, samen met je leerlingen, vergroot het gevoel van schoolverbondenheid. Als leerlingen onderling goede relaties hebben, ook met jou als leraar, bevordert dit niet alleen de sfeer in de klas en het pro-sociale gedrag: een goede relatie is ook effectief in het tegengaan van pestgedrag. Leerlingen met een sterke band met hun leraar, zijn meer gemotiveerd om in te grijpen bij pesten en ook sneller geneigd om een slachtoffer te ondersteunen. In cultureel diverse klassen is dit effect zelfs extra sterk.

Een teamgevoel is misschien in eerste instantie moeilijk of abstract om voor te stellen voor leerlingen en studenten. Een doeltreffende vergelijking die je kunt inbrengen als leraar is natuurlijk een sportteam. Veel leerlingen en studenten sporten en kunnen zich meteen van alles voorstellen bij een team: je hoort bij elkaar, samen sta je sterk, iedereen heeft een eigen rol, je gaat voor het gezamenlijke doel: winnen, je helpt elkaar, je oordeelt niet, je luistert naar elkaar, hebt respect voor elkaar.



Met behulp van de vragen op de kaartjes gaan de leerlingen hierover met elkaar in gesprek. Vraag aan het einde uit wat er zoal is besproken.

3. Reflecteren en handelen bij pestsituaties (wat kun je doen als je iets ziet?)

Pesten is een groepsprobleem. Leerlingen die pesten, doen dat meestal om hun eigen sociale positie in de groep te verbeteren, oftewel hun status te verhogen. Pesten gebeurt daarom ook juist als er publiek bij is, want dat geeft betekenis aan het pesten. Door te lachen of een pester op een andere manier aan te moedigen bevestigen zij de pester.

Iedereen in de klas kan dus een rol spelen bij pesten, maar dat geldt dus ook voor het voorkomen van pesten. Leerlingen kunnen verschillende dingen doen als ze zien dat iemand gepest wordt. Ingrijpen is een mogelijkheid, maar is ook heel moeilijk. Wat als de pester dan jou ook gaat pesten? Wat kun je nog meer doen?

Je kunt dus als leerling:

- Het melden bij de leraar, bij je mentor of iemand anders die je vertrouwt binnen school.
Dit wordt soms door leerlingen gezien als klikken (snitchen). Bespreek samen dat melding maken van pesten noodzakelijk is en je hiermee opkomt voor de gepeste leerling. Dat is niet hetzelfde als klikken.
- De leerling die gepest wordt steunen. Door diegene op een rustig moment één op één aan te spreken en te vragen hoe het gaat, of een appje te sturen (alleen aan diegene) met een aardige tekst.
- Opkomen voor de leerling die gepest wordt, door niet actief mee te lachen met onaardige grapjes over diegene.
- Opkomen voor de leerling die gepest wordt door de pester aan te spreken op zijn gedrag.

- Je gevoelens en ideeën met klasgenoten delen. Vermoedelijk ben je niet de enige die het pesten merkt en graag zou zien dat het ophoudt. Misschien durven jullie samen melding te maken bij een leraar of durven jullie samen de pester(s) aan te spreken.



Met behulp van de vragen op de kaartjes bespreken leerlingen dit samen. Bespreek aan het einde plenair wat er in de verschillende groepjes is besproken. Hebben de leerlingen nu goed zicht op wat ze zouden kunnen doen als er gepest wordt in de klas? En zouden ze ook durven handelen? Zo nee, wat zou ze helpen om veiliger te voelen en wel te durven handelen?

Klaskaartjes Week tegen Pesten 2025 – Kijk 's door een andere bril PO

**Wat betekent het om
"een team" te zijn in
onze klas/school?**



Klaskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Hoe ziet het eruit als we goed
met elkaar omgaan? Kun je
voorbeelden geven?**



Klaskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat vinden wij normaal en
prettig gedrag in de klas/groep?
Wat juist niet?**



Klaskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Hoe willen we dat nieuwe
klasgenoten zich voelen
als ze erbij komen?**



Klaskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Kunnen we een groepsregel
samen opstellen over welk
gedrag we in de klas willen
zien?**



Klaskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat heb jij nodig om het gevoel
te hebben dat je erbij hoort?**



Klaskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat kun jij doen om ervoor te
zorgen dat iedereen zich
welkom voelt?**



Klaskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat zijn goede voorbeelden van
momenten waarop we als team
hebben samengewerkt?**



Klaskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Hoe kunnen we samen zorgen
voor een fijne sfeer, ook als
het even tegenzit?**



Klaskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat zou er anders zijn als we
echt als een team zouden
denken en doen?**



Klaskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

Klatskaartjes Week tegen Pesten 2025 – Kijk 's door een andere bril PO

**Wat kun je doen als je merkt
dat iemand wordt
buitengesloten of gepest?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Waarom is het soms moeilijk
om iets te zeggen als je pesten
ziet?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat helpt jou om in actie te
komen als je ziet dat er
iemand gepest wordt?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wie kan je inschakelen als je
iets ziet dat niet oké is?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat betekent het om
"een team" te zijn in onze
klas/school?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Hoe ziet het eruit als we goed
met elkaar omgaan? Kun je
voorbeelden geven?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat vinden wij normaal en
prettig gedrag in de
klas/groep? Wat juist niet?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Hoe willen we dat nieuwe
klasgenoten zich voelen als
ze erbij komen?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat heb jij nodig om het gevoel
te hebben dat je erbij hoort?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat kun jij doen om ervoor
te zorgen dat iedereen zich
welkom voelt?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat zijn goede voorbeelden van
momenten waarop we als team
hebben samengewerkt?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Hoe kunnen we samen zorgen
voor een fijne sfeer, ook als het
even tegenzit?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat zou er anders zijn als we
echt als een team zouden
denken en doen?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

**Wat kun je doen als je merkt
dat iemand wordt
buitengesloten of gepest?**



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

**KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL**
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

Klatskaartjes Week tegen Pesten 2025 – Kijk 's door een andere bril VO/MBO

Waarom is het soms moeilijk om iets te zeggen als je pesten ziet?



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

Wat helpt jou om in actie te komen als je ziet dat er iemand gepest wordt?



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM

Wie kan je inschakelen als je iets ziet dat niet oké is?



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM



Klatskaartjes Week Tegen Pesten 2025 – Stichting School & Veiligheid

KIJK 'S DOOR
EEN ANDERE BRIL
EN ZIE JE KLAS IS EEN TEAM