

Omgaan met conflicten

Les 1 Hoe ga je om met pesten?

Les 2 Hoe ga je om met ruzie?

Les 3 Klopt alles wat je denkt?

Tuisopdracht Omgaan met conflicten



DOCENTENHANDLEIDING

DOCENTENHANDLEIDING | OMGAAN MET CONFLICTEN LES 1

1

Hoe ga je om met pesten?

Leerdoelen

- Verschillende manieren kennen om in actie te komen tegen pesten;
- Klassenafspraken maken om pesten tegen te gaan.

Wat heb je nodig?

- [‘Piotr x KiKiD – Spoken Word Over Pesten’](#);
- optioneel: pestprotocol van de school;
- optioneel: klassenafspraken uit het hoofdstuk Kennismaken;
- optioneel: [‘pestvlog’](#) van NPO Zapp;
- optioneel: kant-en-klare presentatie.



Achtergrondinformatie voor de docent

Deze les gaat over het bespreekbaar maken van pesten, een gevoelig maar belangrijk onderwerp. De leerlingen leren niet alleen wat pesten is, maar vooral welke rol zij zelf kunnen spelen in het stoppen ervan en hoe ze een gepeste (klasgenoot) kunnen helpen.

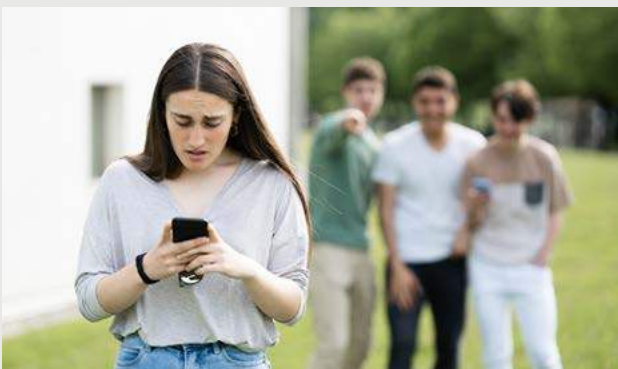
Pesten gebeurt vaak in groepsverband: er zijn pesters, slachtoffers en een grote groep omstanders of meelopers. Veel leerlingen willen ingrijpen, maar durven dat niet uit angst zelf het doelwit te worden. Deze les helpt leerlingen inzien dat ze samen sterker staan. Door als klas een collectief standpunt tegen pesten in te nemen, kunnen ze pestgedrag doorbreken.

Zowel pesten als gepest worden verhoogt het risico op mentale problemen bij jongeren. Pesters zitten vaak zelf niet goed in hun vel en/of zijn erg onzeker. Ook dit kun je bespreekbaar maken, zowel met de klas als bijvoorbeeld in een gesprek met ouders.

Blijf na de les alert op het onderwerp en bespreek na verloop van tijd hoe het in de klas gaat. Lukt het de leerlingen om beter op te staan tegen pesten? Houden ze zich aan de klassenafspraken? Door hierop terug te komen, houd je het bewustzijn over pesten en de gezamenlijke verantwoordelijkheid levendig.

Tips:

- Is er een pestprotocol op school? Pak dit erbij en bespreek het kort. Zo krijgen de leerlingen en jij zicht op de afspraken en ondersteuning binnen de school.
- Kijk in de memberomgeving van Tumult voor extra lesmateriaal over pesten, bijvoorbeeld de lessen voor de ‘Week Tegen Pesten’.



Activiteit

Start | 10 minuten

Waar denk je aan bij pesten?

In deze opdracht voer je een klassengesprek over pesten. Bekijk als introductie samen het filmpje [‘Pjotr x KiKiD – Spoken Word Over Pesten’](#) van Stichting Kikid.

Bespreek klassikaal de volgende vragen:

- Waar denk je aan bij pesten?
- Wat is het verschil tussen plagen of pesten?
- Wat doet pesten met degene die gepest wordt? of met de omstanders? En met de pester?
- Waar kan pesten allemaal plaatsvinden?
- Is pesten altijd zichtbaar?
- Durf je voor iemand op te komen die gepest wordt?
- Wat doe je als je ziet dat iemand gepest wordt?

Kern | 25 minuten

Leg uit dat pesten niet alleen de pester en het slachtoffer raakt, maar dat ook omstanders een belangrijke rol spelen. Ook voor omstanders is de sfeer namelijk niet fijn als er gepest wordt. En wat zij doen (of niet doen) kan het pesten stoppen of juist in stand houden. Daarom is het belangrijk dat leerlingen in actie komen als ze zien dat er gepest wordt, zowel binnen als buiten de klas.

Opdracht A

Lees klassikaal het info blok ‘Wat kun jij doen tegen pesten?’. De leerlingen ontdekken dat er verschillende manieren zijn om op pesten te reageren. Geef de leerlingen ruimte om op de tips te reageren. Bijvoorbeeld met de vraag:

- Welke tips zou jij zelf kunnen/durven gebruiken?

Opdracht B

De leerlingen bespreken de verschillende voorbeelden waarin gepest wordt, hoe ze in die situatie kunnen reageren en hoe ze zelf geholpen zouden willen worden als ze het slachtoffer waren.

Je kunt bij deze opdracht kiezen uit twee vormen: de leerlingen bespreken in tweetallen of groepjes de voorbeelden en je bespreekt de opdracht klassikaal na, of de opdracht blijft volledig klassikaal. Kies de vorm die het beste aansluit bij jouw groep.

Vragen voor klassikale nabespreking:

- Hoe zou jij reageren als je dit ziet gebeuren?
- Zijn er nog andere manieren waarop iemand zou kunnen reageren?
- Reageren is soms moeilijk of spannend; waarom? Wat kun je dan doen om toch te helpen en te zorgen dat het pesten stopt?

Opdracht C

Stip nogmaals aan dat zowel de pester als de gepeste niet goed in hun vel zitten. De leerlingen bedenken vervolgens hoe ze pesters en slachtoffers willen helpen. Ze schrijven hun voornemens op in het werkboek.

Activiteit

Afsluiting | 15 minuten

Samen tegen pesten

Sluit de les af door met de klas afspraken te maken: hoe gaan de leerlingen zorgen dat pesten in hun klas stopt/niet gebeurt? En hoe komen ze voor elkaar op als ze het toch zien gebeuren?

Brainstorm klassikaal over de ideeën voor regels die de leerlingen hebben.

Mogelijke ideeën:

- Als iemand aangeeft dat iets niet leuk is, stopt iedereen direct.
- Vragen of iemand iets ervaart als plagen of toch vervelend vindt.

- Een signaal of codewoord afspreken om aan te geven dat iets te ver gaat.
- Elkaar steunen als iemand iets doet tegen pesten.
- Hulp inschakelen is geen klikken.
- Lief zijn voor elkaar.

Optioneel: pak de klassenregels erbij die de klas in het hoofdstuk Kennismaken heeft gemaakt en vul die waar nodig aan met deze nieuwe afspraken.

Tip: zorg dat de afspraken realistisch en haalbaar zijn. En vraag na deze les af en toe of het de klas lukt om voor elkaar op te komen en pesten te verminderen.



Minder tijd?

Bespreek minder voorbeelden tijdens kernopdracht B.



Meer tijd?

Bekijk een '[pestvlog](#)' (ongeveer 10 minuten) van NPO Zapp en bespreek met de klas hoe de leerlingen in deze situatie zouden reageren.