

Pesten of plagen?



QUOTES

- ▶ Jullie bepalen indien het pesten of plagen is

Quote 1

Twee vrienden na de examens:
“Man, man, gene vette hé je punten op school! Wat zal de
mama daar van zeggen? (ondertussen trekt hij aan zijn
oor)

Quote 2

“Ei, gay, met je flashy zwembroekjes!!”

Quote 3

“Kom we gaan iedere keer zijn kledij
verstoppen!”

Quote 4

“Ma, ik word iedere training uitgelachen omdat ik de kleinste van de groep ben”

Quote 5

“Laat eens de zoomers van Pieter tot op de bodem zakken”

Quote 6

Zwemmer X neemt ongewenste foto's van een andere zwemmer en stuurt die door via whatsApp naar de groep

Quote 7

Zwemmer X neemt foto's van een andere zwemmer en stuurt die door via whatsApp naar de groep

Quote 8

De nieuwste rage, we gaan tepeldraaien tot ze blauw zien!

Wat is plagen?

- ▶ Plagen gebeurt vaak spontaan
- ▶ Het duurt niet lang en gebeurt niet dag in dag uit.
- ▶ Bij plagen ben je gelijk aan elkaar; niemand is de baas.
- ▶ Plagen gebeurt zonder iemand pijn te willen doen en is daarom vaak leuk en grappig.

Wat is pesten?

- ▶ Bij pesten ben je niet gelijk aan elkaar.
- ▶ De pester is vaak sterker of ouder en heeft een grote mond.
- ▶ Anderen kijken vaak tegen de pester op. Pesten gebeurt ook vaak in een groep en telkens is dezelfde persoon de klos.
- ▶ De pester wil pijn doen, vernielen of kwetsen.
- ▶ Pesten gebeurt vaker dan één keer, soms weken – of maandenlang.
- ▶ Het gebeurt meestal zo dat volwassenen het niet merken

Plagen

Niet gemeen
Kun je om lachen
Komt geen ruzie van
Stopt op tijd
Vaak 1 tegen 1



Pesten

Gemeen
Niet om te lachen
Komt ruzie van
Gaat te lang door
Vaak een groepje tegen 1



Vormen van pesten

- ▶ Verbaal pesten, bijvoorbeeld: kwetsende opmerkingen maken, schelden, dreigende taal gebruiken, haat zaaien ...
- ▶ Fysiek pesten, bijvoorbeeld: slaan, schoppen, duwen.
- ▶ Materieel pesten, bijvoorbeeld: materiaal van anderen beschadigen of stelen.
- ▶ Sociaal en relationeel pesten, bijvoorbeeld: uitsluiten, roddels of geruchten verspreiden.

Cyberpesten

- ▶ Een webpagina of blog waarop diegene die pest zich voordoeft als iemand anders.
- ▶ Het gebruik van iemands identiteit om in zijn of haar naam online inhoud en berichten te verspreiden, bijvoorbeeld via Facebook.
- ▶ Beledigende, kwetsende of bedreigende foto's, video's of persoonlijke gegevens van iemand. Die worden gepost op een socialenetwerksite, naar andere personen doorgestuurd via een app of gepubliceerd op een website.

Gevolgen als je wordt gepest

- ▶ Je hebt het gevoel dat je alles fout doet.
- ▶ Je bent soms heel alleen en verdrietig.
- ▶ Het gaat misschien niet zo goed meer op school.
- ▶ Je bent bang om naar de training te gaan.
- ▶ Je bent bang om nieuwe vrienden te maken.
- ▶ Je kunt niet goed meer slapen omdat je ligt te denken aan het pesten.
- ▶ Je gaat geloven wat de pesters over je zeggen.

Gevolgen als je pest

- ▶ Andere kinderen zijn een beetje bang voor je.
- ▶ Je hebt eigenlijk niet veel echte vrienden of vriendinnen.
- ▶ Je voelt je schuldig omdat je anderen pest, maar je weet niet hoe je moet stoppen met pesten
- ▶ De “pester” was vroeger soms de “gepeste”
- ▶ In sommige gevallen gaat een groep de pester aanzetten tot pesten (= nog erger!!)

Afspraken in jouw groep

- » Als je op een prettige manier met elkaar om wilt gaan, dan let je op deze regels en afspraken

Afspraken

- ▶ We vertrouwen elkaar.
- ▶ We helpen elkaar.
- ▶ Niemand speelt de baas.
- ▶ Niemand doet alsof hij altijd de schuld krijgt.
- ▶ Je beoordeelt andere zwemmers niet op hun uiterlijk
- ▶ Je sluit een ander niet buiten.
- ▶ Je komt niet aan de spullen van een ander, als die dat niet wil
- ▶ Je gebruikt geen scheldwoorden en je verzint geen bijnamen.

Afspraken

- ▶ Je lacht een ander niet uit.
- ▶ Je roddelt niet over andere zwemmers.
- ▶ Je schrijft geen negatieve berichtjes over elkaar.
- ▶ Je bedreigt elkaar niet en je doet elkaar geen pijn.
- ▶ Ook op Twitter, Facebook, Snapchat en andere sociale media blijf je respectvol en eerlijk
- ▶ Je blijft van anderen af.
- ▶ Je accepteert een andere zwemmer zoals hij of zij is.

Afspraken

- ▶ Je hebt respect voor elkaar, ook als de andere anders denkt, anders leeft of zich anders gedraagt dan jezelf.
- ▶ Je bemoeit je niet met een ruzie door partij te kiezen.
- ▶ Als je zelf ruzie hebt, praat je het eerst uit zoals je dat geleerd hebt. Lukt dat niet dan meld je dat bij de trainer.
- ▶ Luister naar elkaar en kijk elkaar aan in een gesprek.
- ▶ Als je ziet dat een andere zwemmer gepest wordt, dan vertel je dat aan de trainer. Dat is dan geen klikken!!!
- ▶ We reageren niet negatief op elkaar en spreken elkaar niet na.
- ▶ En vooral....
- ▶ We doen geen dingen bij een ander, waarvan jij niet wil dat een ander die bij jou doet.

plagen

is allebei lachen!

