

gedragsregel in verhaal: “pesten”

“Hallo zwemmers!”

“Zoals jullie weten, is Miep Muis van zwemclub ‘de Spatters’ nog niet zolang geleden gestopt met zwemmen. Haar trainer heeft mij verteld dat ze niet meer wilde zwemmen omdat ze gepest werd. Zoals jullie zelf ook wel weten, is pesten niet leuk en je ziet bij Miep Muis dat pesten zware gevolgen kan hebben. Daarom wil ik er vandaag wat over vertellen.”

Iedereen was stil en keek verdrietig.

“Ik snap het niet.” zegt Sonia Struisvogel. “Ik heb op wedstrijden heel vaak gepraat met Miep Muis en ze was altijd heel **erg vriendelijk** en ze heeft **nooit gezegd dat ze gepest werd.**”

“Iemand die gepest wordt, laat dat vaak **niet merken naar anderen toe.**” vertelt Paco.

“Op school hebben we daar ook al eens les over gehad.”



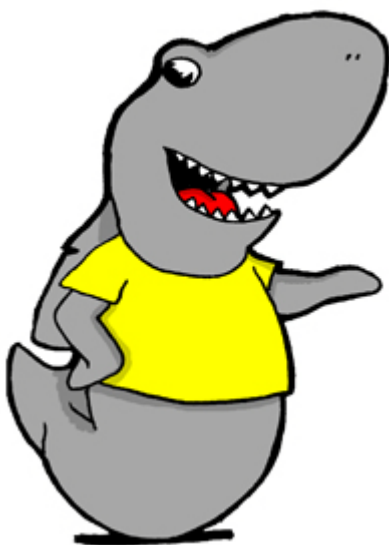
“Mij lachen ze altijd uit om mijn lengte. Omdat ik zo klein ben...”
zegt Piet Piranha. “Maar ik trek me dat niet aan.

Ik lach gewoon altijd heel hard terug als ik als eerste aantik bij het zwemmen en zij allemaal achter mij aantikken!”

“**Pesten** heb je in allerlei **vormen.**” zegt Henk Haai.

Hij haalt een grote rol papier uit zijn tas en hangt het op het bord.

De zwemmers beginnen meteen aandachtig te lezen.



“Ik heb alle vormen van pesten opgeschreven.” zegt Henk Haai.

Henk Haai haalt zijn aanwijspijp tevoorschijn en noemt de verschillende pestvormen op:

- **verbaal** pesten
- **fysiek** pesten
- **materieel** pesten
- **mentaal** pesten
- **sociaal** pesten

“Nu wil ik dat jullie in twee groepen gaan discussiëren over wat jullie denken dat deze pestvormen betekenen.”

Paco, Karel Koala en Niels Neusaap gaan bij elkaar zitten en vormen een groep.

Bert Baviaan, Sonia Struisvogel en Piet Piranha vormen de andere groep.

Er wordt gepraat en geluisterd, geschreven en gekrabbeld...

Na 20 minuten discussiëren heeft iedereen wat op papier gezet.

De twee groepen waren het onderling eens geworden over de vormen van pesten.

“Paco, begin jij maar te vertellen wat jullie gevonden hebben met jullie groepje.”

“Ik wil graag beginnen met uitleg te geven over **verbaal** pesten.” zegt Paco.

“Verbaal pesten wil zeggen dat iemand gepest wordt **door middel van scheldnamen of bijnamen** die iemand gekregen heeft. Onder verbaal pesten valt ook **iemand naroeppen, uitlachen of belachelijk maken.**”

”Bij **fysiek** pesten is er **lichamelijk contact**. Iemand onder water **schoppen** is bijvoorbeeld fysiek pesten.” vertelt Paco.



“Daarnaast is er nog **materieel** pesten. Dat is als iemand je wil pesten **door iets met je spullen te doen**. Als iemand de zwemplank van iemand anders kapot maakt of in het water gooit is dat materieel pesten.”

“Dit waren de vormen die wij uitgewerkt hadden.” zegt Paco.

“Heel goed Paco! Jullie groepje heeft dat goed gedaan!”

“Nu is het aan het volgende groepje.” zegt Henk Haai.

“Dat ga ik uitleggen!” roept Piet Piranha terwijl hij met zijn vinnetje zwaait.

Piet Piranha stapt uit zijn kom en neemt hem mee naar voren in de klas, stapt er weer in en begint met zijn uitleg.

“Wij hebben 2 vormen van pesten uitgewerkt.” vertelt hij.

“Als eerste **mentaal** pesten: dat zijn **bedreigingen** of iemand **dingen laten doen tegen zijn zin in.**”

“Daarnaast hebben we nog **sociaal** pesten. Dat is als iemand **uitgesloten** wordt **bij een spel** of groepsactiviteit, zoals bij een aflossing. **Iemand nadoen** hoort ook bij sociaal pesten.”

“Pesten is NIET leuk!” zegt Piet Piranha. “Dat zijn stoute mensen die dat doen!”

“Oké, dank je wel voor je bijdrage Piet. Nu mag je weer terug naar je plaats.”

“Een compliment voor allebei de groepen. Jullie hebben dat goed uitgewerkt!” zegt Henk Haai.

“Zoals jullie zelf net ontdekt en gehoord hebben, is pesten dus nooit leuk.”



“Ik ben vroeger vaak gepest op school.”

vertelt Sonia Struisvogel.

“Ze pestten mij altijd met mijn lange nek.”

“Heb je dat nooit verteld aan je leraar?” vraagt Karel Koala.

“Nee, omdat ik dacht dat de pesters boos zouden worden omdat ik ze verklikt zou hebben.”

“Zo mag je nooit denken Sonia.” zegt Henk Haai.

“Als je tegen niemand iets vertelt, dan kan er ook niks aan gedaan worden. Het is dus heel erg belangrijk **als je gepest wordt**, dat je dit **tegen je trainer, ouders of leraar vertelt**. Zo kunnen de pesters op de juiste manier gestraft worden en voorkom jijzelf dat je nog meer gepest wordt.”

“Ook als jij denkt of ziet dat **iemand anders gepest wordt**, moet je dit **melden aan de trainer of de leraar**, zodat er iets aan gedaan kan worden.”

“We hebben geleerd dat je altijd voor jezelf moet opkomen als je gepest wordt. Als je gepest wordt moet je dat **altijd melden** aan je trainer, ouders of leraar. Dus als iemand hier gepest wordt of als je weet dat iemand anders gepest wordt, vertel het nu tegen mij of iemand anders en wacht er niet langer mee!”



De groep was er stil van geworden, ze vonden het vandaag een extra interessante en leerzame les.

“Zo, dit was de les van vandaag. Ik hoop dat jullie iets geleerd hebben over pesten en dat jullie ook iets doen met wat ik vandaag verteld heb!” zegt Henk Haai.

“Ik zie jullie volgende maand terug bij de volgende bijeenkomst.”

tekeningen: Bruno Claeys

Opdracht 2

Met de ene zwemmer kan je beter opschieten dan met de andere. Dat is helemaal niet erg en dat komt bij elke sport voor. Wel is het belangrijk dat iedereen normaal met elkaar kan omgaan.

Geef hieronder aan welke problemen jij weleens tegen komt in jou trainingsgroep. Geef ook aan wat jij eraan zou kunnen doen om dit te veranderen.

| Problemen die ik tegen kom: | Dit kan ik eraan doen: |
|-----------------------------|------------------------|
| | |

Opdracht 3

Je hebt nu al 3 verhaaltjes gelezen met de zwemmers: Paco, Niels Neusaap, Bert Baviaan, Piet Piranha, Sonia Struisvogel en Karel Koala.

Kies 1 zwemmer uit de verhalen op wie jij vindt dat je het meeste lijkt. Vertel erbij waarom jij vindt dat je het meeste op dat dier lijkt.

Teken het dier in het vierkant.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

