



## KVK Svelta Melsele: Charter tegen pesten

### 'PESTEN'

Discriminatie, schelden, grof taalgebruik, pesten, van wie dan ook wordt niet geaccepteerd en kan aanleiding zijn voor sancties. Afhankelijk van de ernst van de overtredingen worden passende maatregelen genomen. Sancties worden naar omstandigheden en leeftijd aangepast.

#### **Wat is het verschil tussen plagen en pesten?**

**PLAGEN:** Kinderen die elkaar plagen, kunnen elkaar aan. Nu eens plaagt de ene, dan weer de andere. Soms is het leuk, soms niet, maar een geplaagd kind kan terugplagen. Na een tijdje maken ze het samen weer goed. Je kunt elkaar ook plagen voor het plezier. Dat kan soms verkeerd vallen, maar echt verschrikkelijk is plagen niet. Af en toe plagen, moet wel kunnen.

**PESTEN:** Bij pesten is het anders. Als er gepest wordt, is het ene kind altijd sterker dan het andere. Of de pester heeft grotere spierballen, een grotere mond... Pesten gebeurt nooit zomaar één keertje. Een kind dat gepest wordt, is steeds het mikpunt. Bij pesten blijf je elke dag opnieuw bang, triestig of kwaad. Daarom is pesten nooit leuk. PESTEN is ALTIJD GEMEEN.

Pesten is elke keer opnieuw: pijn doen vuile of kwetsende woorden zeggen uitsluiten achtervolgen iemand dwingen dingen te doen dingen wegnemen, wegstoppen, vernielen ervoor zorgen dat je met niemand mag spelen ... Je hebt plagen, ruzie maken en pesten. Het verschil tussen plagen en pesten is groot.

#### **Werk jij ook mee aan een pestvrije club?**

**EEN PESTVRIJE CLUB = TOFFE CLUB = KVK Svelta Melsele**





## De regels van het pestprotocol.

1. Iemand niet op uiterlijk beoordelen.
2. Niemand buitensluiten.
3. Niet aan spullen van een ander zitten (beschadigen, verstoppen, stelen, ...).
4. Elkaar niet bij een bijnaam noemen, niet uitschelden.
5. Elkaar niet uitlachen.
6. Niet roddelen over elkaar.
7. Elkaar geen pijn doen.
8. Elkaar nemen zoals je bent.
9. Geen partij kiezen (bij ruzie).
10. Geen aandacht aan de pester schenken. Blijft de pester doorgaan, dan aan de afgevaardigde/trainer vertellen.
11. De afgevaardigde/trainer vertellen wanneer jijzelf of iemand anders gepest wordt (dit is geen klikken!).
12. Eerst samen een ruzie uitpraten, daarna vergeven en vooral vergeten.
13. Luisteren naar elkaar.
14. Nieuwkomers in het elftal goed ontvangen en goed opvangen.
15. Deze regels gelden natuurlijk niet alleen op de voetbalvereniging.
16. Als je gepest wordt, praat er over, je moet het niet geheim houden.

## Adviezen aan de ouders.

1. Neem het probleem serieus, het kan uw kind ook overkomen.
2. Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
3. Maak het tot een gemeenschappelijk probleem.
4. Praat met uw kind over het team, over de relaties in het team, over wat afgevaardigde en trainer doen en hoe zij straffen. Vraag hen ook af en toe of er in het team wordt gepest.
5. Geef af en toe informatie over pesten, wie doen het, wat doen zij en waarom?
6. Corrigeer uw kind als het voortdurend iemand buitensluit.
7. Geef zelf het goede voorbeeld.
8. Leer uw kind voor anderen op te komen.

## Adviezen voor de ouders van kinderen die pesten.

1. Neem het probleem serieus.
2. Raak niet in paniek, elk kind loopt kans pester te worden.
3. Probeer achter de mogelijke oorzaak van het pesten te komen.
4. Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet. Besteed aandacht aan uw kind.
5. Stimuleer uw kind tot het blijven beoefenen van sport.



## Adviezen aan ouders van gepeste kinderen.

1. Als pesten niet bij VSK gebeurt, maar op straat, kunt u de ouders van de pester opbellen en voorzichtig vragen er met hun kind over te praten. Gebruik daarbij als argument dat elk kind op straat veilig moet kunnen zijn. Niemand zal dat ontkennen.
2. Pesten op de vereniging kunt u het beste direct met de afgevaardigde/trainer bespreken.
3. Als uw kind al lange tijd is gepest, vraagt dat om een uitgebreide aanpak. Neem contact op met de trainer of de afgevaardigde bij VSK, ga bij de vereniging kijken, lees boeken en bekijk samen met uw kind videobanden over pesten.
4. Als u van uw kind er met niemand over mag praten, steun dan uw kind. Geef het kind achtergrondinformatie en maak uw kind duidelijk, dat de vereniging het voorzichtig zal aanpakken als het daar ook besproken wordt, dit is op verzoek van kind of ouder ook echt mogelijk, we willen het niet moeilijker maken voor het kind.
5. Beloon uw kind en help het zijn zelfrespect terug te krijgen.
6. Stimuleer uw kind tot het doen van die dingen waarin het goed is en kan uitblinken.
7. Houd de communicatie open, blijf dus in gesprek met uw kind. Doe dat niet op een negatieve manier, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld: wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?
8. Steun uw kind in het idee dat er een einde aan komt.
9. Laat uw kind opschrijven wat het heeft meegemaakt. Dit kan best emotionele reacties bij uw kind oproepen. Op zich is dat niet erg, als het kind maar hierbij geholpen wordt om zijn emoties te uiten en te verwerken.

**Pesten...**

**Laat het ons weten dan kunnen**

**we er samen wat aan doen!!**