

Werkboekje



Naam:



Pesten

Gedrag

Alles wat jij doet of zegt is gedrag. Gedrag is niet wat je zelf voelt, maar wat andere kinderen of volwassenen zien of horen.



Zij vinden het gedrag goed of fout. Je kunt ook zeggen: gewenst gedrag of ongewenst gedrag.

Gewenst gedrag!

Vinden ze jouw gedrag goed, dan noemen zij dit gewenst gedrag!



Ze moeten dan lachen of kijken blij. Dan krijg je een dikke duim of soms een andere beloning. Goed gedrag vinden ze fijn. Het zorgt ervoor dat ze blij en trots op je zijn. Ze willen dan met je praten, spelen of zelfs je vriend worden.



Ongewenst gedrag

Vinden ze jouw gedrag fout, dan noemen zij dit ongewenst gedrag!



Ze vinden jouw gedrag dan niet prettig en kijken dan ook niet vrolijk. Meestal zal de ander tegen je zeggen dat het niet leuk is wat je doet.

Met dit ongewenste gedrag kun je anderen ook erg verdrietig of bang maken.



Gewenst of ongewenst gedrag?

Kinderen en volwassenen kijken naar anderen en zien hoe zij zich gedragen. Als ze het gedrag goed vinden gaan ze graag met diegene om. Die wil je dan wel als vriend. Je voelt je er prettig bij. Je kunt het samen goed vinden en je wilt graag samen dingen doen.



Iemand met gewenst gedrag wil je wel graag als vriend.

Als anderen het gedrag ongewenst vinden gaan ze niet zo graag met diegene om. Ze doen niet graag iets met diegene samen en proberen die dan misschien wel juist zoveel mogelijk te vermijden.



Iemand met ongewenst gedrag wil je vast niet als vriend!

Natuurlijk gedraagt iedereen zich wel eens ongewenst. Je bent moe en zegt dan iets onvriendelijks of ...



Maar gewenst gedrag is voor iedereen veel prettiger en daarom ...

... krijgt je meer vrienden als je je goed gedraagt.

Heb je een vriend of vriendin die zich eens niet goed gedraagt, zeg er dan iets van. Juist een goede vriend/vriendin doet dit.



Vragen over gewenst en ongewenst gedrag.

Vertoon jij zelf ook wel eens ongewenst gedrag?

Ja Nee

Wil jij vrienden die ongewenst gedrag vertonen?

Ja Nee

Zeg jij er ook iets van als iemand ongewenst gedrag vertoont?

Ja Nee

Zeg jij ook sorry bij ongewenst gedrag?

Ja Nee

Verander jij je gedrag ook als je sorry hebt gezegd?

Ja Nee

Verander je als je straf krijgt bij ongewenst gedrag?

Ja Nee

Je bent nu voorlopig klaar.

Samen gaan jullie nu naar de PowerPoint-presentatie over pesten kijken. Daarna werk je weer verder in dit boekje.

Laat je de mond
niet snoeren.



Pesten, praat erover!



Wat doe jij als je gepest wordt?

(Kruis ja of nee aan en kijk ook op de paarse poster)

Ik benoem het gedrag dat mij niet bevalt.

Ja Nee

Ik zeg dat hij of zij onmiddellijk op moet houden.

Ja Nee

Als ik een pester aanspreek op zijn/haar gedrag, kijk ik de andere kant op.

Ja Nee

Ik maak mij zo klein mogelijk.

Ja Nee

Ik praat met een rustige en duidelijke stem en neem de tijd om te reageren.

Ja Nee

Ik leg niet uit waarom maar herhaal steeds mijn standpunt. Zoals 'Hou op', 'Blijf uit mijn buurt', of 'Dat gaat jou niets aan'.

Ja Nee

Meld pesten!



Spreek je uit over pesten!
Als jij niets zegt, wie dan wel?



Verbreek de stilte!

Meld pesten!

(Kruis ja of nee aan en kijk ook op de zwarte poster)

Is het melden van pesten klikken?

Ja Nee

Ben je zwak als je vertelt dat je gepest wordt?

Ja Nee

Ben je moedig als je toegeeft dat je gepest hebt?

Ja Nee

Als je ziet dat er gepest wordt en niets doet, heb je dan ook schuld?

Ja Nee

Helpt het als je pesten meldt?

Ja Nee

Ben je een held als je pesten meldt?

Ja Nee

Pesten

Als jij niets doet, wie dan wel?
Ook jij kunt het volgende
slachtoffer zijn!



Wij zijn de besten,
wij voorkomen pesten!





Toeschouwer

Wat doe jij als je pesten ziet?

(Kijk voor een antwoord ook op de rode poster)

1. _____

2. _____

3. _____

Ik heb gepest, sorry

De meesten van ons zeggen sorry en dan?



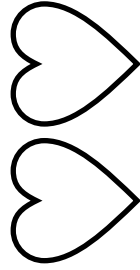
Soms is alleen sorry zeggen niet genoeg
maar moet je werkelijk iets veranderen!

Een oprechte verontschuldiging bestaat uit:

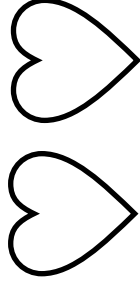
(Kijk voor een antwoord ook op de lichtblauwe poster)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

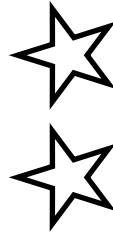
Kleur de armbandjes



Laat mij jou helpen
als je gepest wordt!



© DMS educator



Ik geef hulp bij pesten!



© DMS educator

Ik ben tegen pesten!

© DMS educator

Zoek hulp bij mij
als je gepest wordt!

Naam: _____

© DMS educator

Hoeveel verschillende woorden kun jij maken van de letters:



stop pesten

1. _____

9. _____

2. _____

10. _____

3. _____

11. _____

4. _____

12. _____

5. _____

13. _____

6. _____

14. _____

7. _____

15. _____

8. _____

16. _____

Je kunt de letters hieronder uitknippen om nieuwe woorden te bedenken. Gebruik alleen deze letters. Schrijf de woorden op. Weet je meer dan 16 woorden schrijf ze dan op een ander papiertje! Veel succes!

s t o p p e s t e n

Vrienden helpen elkaar.

Wat zit je stil in een hoekje, beertje.
Ik breng je graag een bezoekje, beertje.
Dat je zo huilt heb je niet verdiend.
Ik zal je helpen, want ik ben je vriend.
Ben je gepest of geslagen, beertje?
Kan jij het niet meer verdragen, beertje?
Zo'n groot verdriet heb je niet verdiend.
Ik zal je helpen, want ik ben je vriend.
En vrienden helpen elkaar, vertrouwen elkaar.
Ze staan altijd voor de ander klaar.
Als ik voor jou zorg en jij zorgt voor mij,
dan wordt er gezorgd voor allebei.

Wat fijn dat jij met me wilde praten.
Ik heb je niet in de steek gelaten.
Zo'n groot verdriet heb je niet verdiend.
Ik zal je helpen, want ik ben je vriend.
En lukt het mij niet, nou dan zoeken we verder.
Er is altijd iemand, die veel om je geeft,
die alles voor je over heeft.
Zo'n groot verdriet draag je niet alleen.
Ik sla mijn armen om je heen.

Want vrienden helpen elkaar, vertrouwen elkaar.
Ze staan altijd voor de ander klaar.
Als ik voor jou zorg en jij zorgt voor mij,
dan wordt er gezorgd voor allebei.
Als ik voor jou zorg en jij zorgt voor mij,
dan wordt er gezorgd voor allebei.



**Wees geen meeloper
bij pesten!**

**Pesten
?**



**Maar loop voorop
tegen pesten!**