

8-12jaar

**Control X**  
over wat pesten met je doet

**LESMAAP**

## Beste leerkracht

Heel fijn dat je met jouw leerlingen naar Control X komt kijken!  
Wij staan alvast klaar om jullie warm te ontvangen.

In deze lesmap geven we enkele tips om van deze voorstelling een fantastische theaterervaring te maken

Daarna nemen we je mee voor een kijkje achter de schermen van het ontstaansproces van de voorstelling, geven we meer uitleg bij het thema, het verhaal en de personages en geven we suggesties voor een naverwerking in een kringgesprek.

Wil je nog verder creatief aan de slag rond dit thema, lees dan verder en bekijk de suggesties voor muziek, dans, woord en beeld.

Wil je nog meer inspiratie? Op het einde geven we enkele boekentips.

# Voor de eerste keer naar het theater, hoe doe je dat?

## THEATERCODES

Laat de theaterervaring al beginnen in de klas, door de leerlingen erop voor te bereiden. Want naar het theater gaan is niet hetzelfde als naar de bioscoop. De spelers op het podium zijn in opperste concentratie. Overloop daarom de volgende theatercodes met je leerlingen in de klas.

Goed om weten: de voorstelling duurt ongeveer 1 uur en 10 minuten.

- Er is geen pauze, dus ga vooraf naar het toilet. (Als er toch een pauze is, kun je ook in de pauze gaan.)
- Is er een noodgeval en moet je toch de zaal verlaten? Doe dit dan in stilte.
- Hang je jas aan de kapstok
- Laat je GSM thuis. En anders: zet je GSM uit of op vliegtuigstand.
- Er wordt niet gegeten of gedronken in de zaal.
- Van zodra de lichten doven, is het stil. Reageren op wat je ziet of lachen mag, zolang het respectvol gebeurt.
- Snap je iets niet of heb je een vraag? Maak je geen zorgen, misschien wordt het later in de voorstelling wel duidelijk en anders kun je er achteraf nog over praten.

# CONTROL X - Wie zijn de makers?

## **Spel en concept**

Charlotte Alles, Els Peeters, Annelore Van Eyken

## **Poppen en scenografie**

Katinka Heremans, Charlotte Alles

## **Choreografie**

Yentl De Werdt

## **Muziek**

Rosalie Alles

## **Soundscaapes**

Laurens Hufkens

## **Regie**

Erik Bassier

## **Fotografie**

Rudi Clause

## **Video**

Quinten Clause

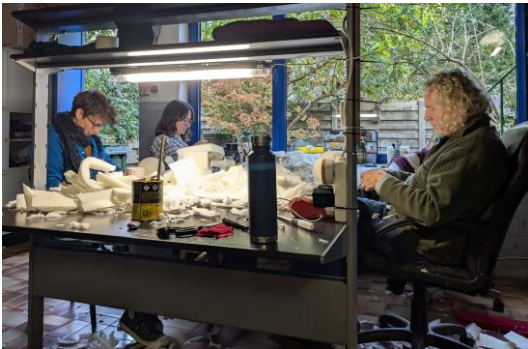
In samenwerking met CC De Warande: zij zorgden voor residentieruimte

In samenwerking met de Stedelijke Academie voor Schone Kunsten Turnhout:  
Zij zorgden voor prachtig beeldmateriaal. Hun werk werd een inspiratiebron voor de poppenkoppen van het koor en prijkt op de affiche.  
Het is ook te bewonderen tijdens de tentoonstelling in de Poppenzaal gedurende de eerste speelperiode (9/02/2025 t.e.m. 21/02/2025)

Verder bedanken we nog Ilse Proost voor de stem van de moeder, stagiair Annelies voor extra hulp, Ruud Alles en Joris Gielen voor de hulp bij de vele poppenkoppen.



## Een kijkje achter de schermen







## Ontdek waarover de voorstelling gaat

Control X speelt zich af op de speelplaats. De voorstelling belicht het universele thema van pesten, macht en onmacht, erbij (willen) horen of uitgesloten worden.

Door het samenspel tussen acteurs en poppen wordt het innerlijke conflict in de verf gezet en maken we visueel wat normaal verborgen blijft. Een koor van poppen becommentarieert wat er gebeurt.

Wij richten onze aandacht niet enkel op Winkie, het meisje dat gepest wordt, en de pestkop, maar ook op de tussenpersoon, Sara, die gedwongen wordt een standpunt in te nemen, ook al zou ze misschien graag neutraal willen blijven.

Kiest Sara voor de vriendschap met Winkie, die gepest wordt door Puk, of is ze bang dat ze zelf gepest zal worden als ze niet meedoet met Puk en kan ze dan nog vrienden blijven met Winkie? Moet ze haar vriendin verraden om zichzelf te beschermen?

### **'Control X' ?**

We wilden een voorstelling met als thema 'pesten' maken. Maar moet dat woord dan ook in de titel? Wij vonden van niet!

Wij kozen voor 'Control X' omdat de voorstelling gaat over weggepest worden. Naar het einde toe laten we Winkie, het meisje dat gepest wordt, ook letterlijk verdwijnen.

(Als je de toetsencombinatie control x gebruikt, kun je iets wegknippen. )

'Control' staat voor macht en controle. Puk krijgt macht over Winkie door haar pesterijen. Sara wil ingrijpen, maar durft niet. Als macht iemand steeds doet groeien ten koste van een ander, wat doe je dan?

### **De Stopknop**

Toch is er hoop. Een druk op een grote knop, kan alles veranderen; de Stopknop. Maar hebben Winkie of Sara de moed om op de knop te drukken?

En wat met de toeschouwers? Laten zij de pesterijen zomaar gebeuren? Pesten ze mee, kijken ze zwijgzaam toe of doen ze iets? Drukt er iemand op de Stopknop, en wanneer? Wanneer gaat het te ver?

*Theater geeft de ruimte om verschillende, vaak maatschappelijk relevante, thema's te verbeelden.*

*Dat raakt misschien soms een gevoelige snaar of schuurt soms een beetje. Misschien worden er dingen gezegd of getoond waar jij/je leerlingen niet mee akkoord zijn, of niet iedereen zich in kan vinden, laat dit geen struikelblok zijn voor het geheel. Voor die gevoelens en reacties maken we graag ruimte, maar wel na de voorstelling. Uit respect voor de spelers en de rest van het publiek, aangezien die gevoeligheden voor iedereen persoonlijk en verschillend zijn.*

*Probeer als leerkracht in te schatten waar de gevoeligheden in de groep zitten en hier op voorhand even bij stil te staan, zonder het groter te maken dan nodig. Je bij je leerling(en) zetten in de zaal, waarvan je inschat dat deze thema's gevoelig liggen, kan al een groot verschil maken.*

*Heb je op voorhand of achteraf nog vragen of bezorgdheden?  
Aarzel dan zeker niet om ons aan te spreken of te contacteren!*



## Pesten met poppen, hoe doe je dat?

Poppen bieden mogelijkheden die de theatertaal op unieke wijze verrijken. Hun fysieke expressie is enerzijds meer statisch: ze kunnen bijvoorbeeld hun gezichtsuitdrukking niet zo makkelijk veranderen als de acteurs dat kunnen, maar anderzijds kunnen hun lichamen wat het lichaam van een acteur niet zou kunnen, zoals bijvoorbeeld vergroten, verkleinen of uit elkaar vallen en helemaal verdwijnen.

De drie hoofdpersonages krijgen een 'innerlijke stem', vertolkt door hun dubbel in de vorm van een pop. Ook al is die stem niet altijd hoorbaar voor het publiek, de dubbels laten duidelijk zien wat er vanbinnen gebeurt.

## Het poppenkoor

Het koor bestaat uit enkel poppen. Zoals een groep of de massa bespeeld kan worden door één (machts)figuur, zo wordt het koor in deze voorstelling eigenlijk ook 'bespeeld'.

Zij vertegenwoordigen de (soms zwijgzame) toekijkende massa, de meelopers, de groep waarbinnen het pesten getolereerd wordt.

Door hun groteske koppen krijgen ze een karikaturaal karakter.

Zoals in de Griekse tragedie het koor de gevoelens van het volk vertolkte, zo zal dit koor ook een gelijkaardige functie vervullen en af en toe commentaar leveren op wat er gebeurt. Dit doen we door het poppenkoor als de klasgenootjes van Sara, Winkie en Puk te laten zingen zoals een hedendaags koor dat zou kunnen doen.



# NA DE VOORSTELLING

## Verwerking

Naar een theatervoorstelling gaan kan een hele belevenis zijn voor de leerlingen. Het is dan ook belangrijk om genoeg naverwerking te doen in de klas. Op die manier kunnen de leerlingen hun verhaal en de mogelijke spanning kwijt en kan de leerkracht tegelijk weten wat de kinderen van de voorstelling oppikten. Daarbovenop kan deze theatervoorstelling een dankbaar gegeven zijn om het moeilijke thema pesten bespreekbaar te maken en er achteraf creatief mee aan de slag te gaan.

## Kringgesprek

De leerlingen hebben vaak behoefte aan kunnen vertellen wat ze beleefd hebben na een voorstelling. Soms komt het allemaal een week of twee later naar boven. In een kringgesprek leren ze ook naar elkaar luisteren en zelf het woord voeren.

Mogelijke vragen die na elke voorstelling aan bod kunnen komen:

- Wat zag je?
- Wat vond je mooi?
- Wat vond je niet mooi?
- Wat vond je spannend?
- Wie deed er allemaal mee? (Welke personages?)
- Wat begreep je niet helemaal?
- Welk(e) personage(s) vond je het leukste? Waarom?
- Waar gaat de voorstelling over?
- Wat is er allemaal gebeurd?
- Welke scène of welk beeld is je het meest bijgebleven?
- Weet je ook waarom?

Vragen die direct verband houden met Contol X:

### Bespreek het verloop

- Weet je nog waarmee de voorstelling begon?
- Hoe begon het pesten?
- Wat gebeurde er daarna?
- Wanneer werd Puk voor het eerst groter?
- Wanneer werd Winkie kleiner?
- Hoe reageerde Sara op het pesten?
- Wat deed Puk met Sara?
- Wat gebeurde er met Winkie?
- Wanneer drukte Winkie op de knop?

- Wat gebeurde er toen? Hielp het? Waarom niet?

### Bespreek de inhoud, het thema

- Wat heeft de voorstelling je laten (in)zien over het thema?
- Wie voelt zich wel eens als Sara? Als Winkie? Als Puk?
- Wie van de drie zou je het liefst zijn? Waarom?
- Wie zou je niet willen zijn? Waarom niet?
- Wat zou je zelf doen als je Sara was?
- Wat zou je doen als je gepest werd zoals Winkie?
- Zou jij op de knop drukken als je op school hetzelfde zou zien gebeuren?
- Op welk moment zou je iets doen?
- Wat als er geen stopknop is? Wat kun je wel doen?
- In wie van de drie hoofdpersonages herken je jezelf het meest? In Puk, Winkie of Sara? Waarom?
- Wat wou Puk eigenlijk?
- En hoe was het voor Sara?
- Wat is een meeloper?
- Wie heeft er meegedaan/gezongen met Puk? Waarom/niet? Hoe voel je je daar nu bij? Zou je dat in het echt ook doen? Waarom/niet?
- Wat zei de mama van Winkie? Is terugpesten een goed idee? Waarom/niet?
- Had Winkie veel steun aan haar mama? Hoe zou die wel een verschil kunnen maken?

### Bespreek het poppenspel

- Wat vertelden de poppen? Wat heb je gezien?
- Wat was volgens jou de bedoeling van de poppen?
- Wat kunnen de poppen dat mensen niet kunnen?
- Waarom veranderden ze van grootte?
- Wat gebeurde er met het laatste popje van Winkie?
- Wat gebeurde er met de pop van Puk?
- En met de pop van Sara?
- Zou je deze voorstelling ook zonder poppen kunnen maken?/willen zien?
- Waarom? Waarom niet?
- Wat vond je van het poppenkoor?
- Wat deed het koor? Hoe reageerden zij op het pesten?

## Verdieping: plagen of pesten?

Wil je met je leerlingen graag nog wat dieper ingaan op het thema, dan zou je bijvoorbeeld stil kunnen staan bij het verschil tussen plagen en pesten. Laat hen vertellen wat voor hen het verschil is.

Hieronder alvast een mogelijke zienswijze.

### Vershil plagen en pesten

Als je de definitie van pesten opzoekt, dan weet je wat pesten is. Het treiteren van iemand die dat niet leuk vindt. Bij plagen wordt het (meestal) goedgekeurd. Roddelen en buitensluiten zijn volgens Patricia Bolwerk, directeur van Stop Pesten Nu, ook vormen van pesten. "Natuurlijk kan iemand buiten de groep vallen, maar als een team iemand buitensluit, dan is dat gewoon pestgedrag", vertelt zij.

Het is soms lastig om te bepalen wanneer plagen pesten wordt. Hoe maak je het onderscheid? Onderstaand lijstje kan je daarbij helpen.

#### Plagen

- Je houdt rekening met elkaar. Het is niet gericht op kwetsen of iemand pijn doen;
- Het is van korte duur;
- Er is geen winnaar en geen verliezer;
- De ander is in staat zichzelf te verdedigen en loopt geen (blijvende) lichamelijke en/of geestelijke schade op;
- Je kunt daarna nog met elkaar door een deur.

#### Pesten

- Het komt met regelmaat terug en er is sprake van een ongelijke machtsverhouding; de pester is de winnaar en het slachtoffer de verliezer;
- Uitsluiten, buitensluiten, opjagen, bedreigen, treiteren, vernederen, slaan, schoppen, uitschelden etc.;
- Mag/ kan het slachtoffer niet (meer) voor zichzelf opkomen en loopt het (blijvende) lichamelijke en/ of geestelijke schade op;
- Je kunt niet meer met elkaar door één deur.



## Wanneer is een grapje geen grapje meer

- Als de ander aangeeft dat het niet leuk meer is en er wordt dan toch doorgegaan....dan wordt plagen pesten.
- Als er steeds hetzelfde geintje wordt uitgehaald. Of steeds weer hetzelfde grapje wordt gemaakt. Ook dan wordt plagen pesten.
- Als je merkt dat de één de baas wordt over de ander. Er is dan sprake van een winnaar en een verliezer. Dit kan zich zowel op lichamelijk als geestelijk vlak afspelen. In tegenstelling tot bij plagen is er een situatie ontstaan waarbij de gepeste vaak niet meer voor zichzelf kan opkomen. Ook kan het zijn dat iemand uit een groep wordt gestoten. Diegene die dat overkomt wordt dan buitengesloten. Ook dat is een vorm van pesten.

## **Bespreek het Stinkielied**

In de voorstelling wordt er een lied gezongen over Winkie. Vraag de leerlingen wat ze van het lied vonden. Onderstaande vragen helpen je op weg. Je kunt eventueel de tekst van het lied samen herlezen. (Zie p 30)

- Weet je nog wat er gezegd werd over Winkie in dat lied?
- Vond je het grappig? Waarom/niet?
- Door wie werd het gezongen? Wie zong er mee?
- Waarom zong Puk dat lied? Waarom zong het koor mee?
- Hoe was de toon van het lied? (Vrolijk/triest/griezelig,...?)
- Was het echt leuk, of werd Winkie uitgelachen?
- Welk gevoel riep het lied in je op? Waarom?
- Werd dit lied gezongen om te plagen of om te pesten?
- Hoe zou het zijn als iemand zoiets over jou zou zingen?
- Hoe zou het zijn als anderen dan meelachen of meezingen?
- Wat kun je zeggen of doen als je zoiets hoort of ziet gebeuren?
- Wanneer is het wel ok om met iemand te lachen?

## STINKIELIED

Er hangt hier toch zo'n gore walm - gore walm  
Het lijkt de geur van rotte zalm - rotte zalm  
Nee, er ligt een dode rat - dode rat  
Of zit hier soms een vieze pad? - Vieze pad

Nee, het is Stinkie, Stinkie, Stinkie, Stinkie Winkie!  
Stinkie, Stinkie, Stinkie, Stinkie Winkie!

Staat er een stinkzwam onder de bomen?  
Of is de vuilkar langsgekomen?  
Ik val haast flauw van dit odeur  
Wat een vreselijke zweetvoetengeur!

Ja, het is Stinkie, Stinkie, Stinkie, Stinkie Winkie!  
Stinkie, Stinkie, Stinkie, Stinkie Winkie!

Stinkt er iemand op 't gemak?  
Komt het uit de vuilnisbak?  
Peuken in de assebak?  
Of is 't misschien een hondenkak?

Nee, het is Stinkie, Stinkie, Stinkie, Stinkie Winkie!  
Stinkie, Stinkie, Stinkie, Stinkie Winkie!

Ze stinkt zo vreselijk uit haar mond  
Het lijkt de geur van natte hond  
Ze is een vieze vuile scheet  
Die stinkt naar schimmelkaas en zweet  
Ja, het is Stinkie, Stinkie, Stinkie, Stinkie Winkie!  
Stinkie, Stinkie, Stinkie, Stinkie Winkie!

Stinkie wat?  
Stinkie, Stinkie Winkie!  
Stinkie wie?  
Stinkie Winkie die!  
Stinkie Winkie die!

# Inspiratie en activiteiten voor in de klas

Wil je graag creatief aan de slag met je leerlingen? Misschien kunnen onderstaande ideeën je inspireren. 'Control X' werd gemaakt voor leerlingen van het derde tot het zesde leerjaar. Sommige ideeën zullen meer aansluiten bij de iets jongere en andere bij de iets oudere kinderen.

## Muziek en dans

### Dans mee met Sara en Winkie

Kennen de leerlingen het dansje van het Stopknoplied nog? Kunnen ze het nadansen en meezingen?

Wil je het geheugen even opfrissen? Dat kan!

Op onze website kun je een instructiefilmpje vinden waarin Sara en Winkie je het dansje uitleggen zodat je het makkelijk mee kan dansen.

### Maak een eigen tiktokdansje

Luister naar het refrein van het Stopknoplied (Dat staat mee op onze website)  
Bedenk nieuwe 'moves'!

Als de leerlingen per twee werken, kunnen ze elk een beweging verzinnen en die aan elkaar laten zien. Ze doen vervolgens zowel hun eigen beweging als die van hun partner. Let erop dat het bewegingen zijn die makkelijk te herhalen zijn. Misschien verzinnen ze elk nog een tweede beweging. Even goed inoefenen, ook op de muziek. Camera klaar? En actie!

Tip: laat de leerlingen het refreintje meezingen terwijl ze erop dansen.  
Zo luidt de tekst:

*Druk op de knop x2*

*Zo zeg je 'Stop!' x2*

## Stopknoplied

Wil je nog een stapje verder? Misschien kunnen de leerlingen het hele lied samen zingen en er een eigen choreografie bij maken.

Laat ze werken in groepjes. Ieder groepje kan bijvoorbeeld een strofe uitwerken. Het refrein doen ze allemaal samen. (Dat kan hetzelfde zijn zoals in de voorstelling, of met nieuwe, eigen bewegingen.)

## **Woord en beeld**

### Videoclip

Stuur je leerlingen op pad om interessante beelden te maken die passen bij het Stopknoplied.

Hieronder (op pagina 17 en 18) vind je de tekst. Lees hem samen nog eens door, laat de leerlingen brainstormen over wat voor soort beelden erbij hen naar boven komen en geef ze eventueel een specifieke locatie (een speelpleintje, een zwembad, een skatepark, stadspark,...) waar ze de beelden kunnen maken.

Laat ze figureren in elkaars filmpjes. Zorg dat ze vooraf een plan maken van de opeenvolgende beelden die ze gaan creëren.

Als het Stopknoplied idee voor dans werd uitgevoerd, zou je ook flarden van deze zelfgemaakte choreografie erin kunnen verwerken.

Laat de leerlingen de beelden monteren op het lied en organiseer een filmvertoning. En stuur het resultaat ook door naar ons ([info@propop.be](mailto:info@propop.be)), wij zijn alvast heel benieuwd!



# HET STOPKNOPLIED

Koor:

Stopknop, stopknop! x 4

*REFREIN:*

**Solo:**

**Druk op de knop**

**Koor:**

**Druk op de knop**

**Solo:**

**Zo zeg je stop!**

**Koor:**

**Zo zeg je stop!**

Krijg je een schop - *een schop*  
Is het geen mop - *geen mop*  
Druk - *druk* op - *op* de stopknop

Heeft iemand pijn - *iemand pijn*  
Zie je venijn - *venijn*  
Laat - *laat* het - *het* niet zijn!

**Refrein**

Is het niet ok - *niet ok*  
Zegt iemand nee - *iemand nee*  
Doe - *doe* dan - *dan* niet mee

Kan het niet meer - *niet meer*  
Eender wanneer - *wanneer*  
Wees - *wees* dan - *dan* de ommekeer

Dit is de stopknop  
Voor elk noodgeval  
Dit is het antwoord op al  
Het is een hemels geval

Dit is een magische knop  
Hij lost echt alles op  
Hij zet je wereld op zijn kop  
Dit is de stopknop

**Refrein x2**

Stopknop stopknop!  
Stopknop stopknop!  
Stopknop stopknop!  
Stopknop stopknop!

Stop. Stop!

## Tekenen

Laat de leerlingen een vrije tekening maken over de voorstelling. Maak daarna een kleine tentoonstelling van alle tekeningen en laat de kinderen naar elkaars werk kijken. Laat ze vertellen over wat ze in beeld hebben gebracht en wat het bij hen oproept.

### Maak je eigen dubbel(s)

Maak een grote en een kleine versie van jezelf. Begin met je evenbeeld:

#### *Benodigdheden:*

- Reuzegroot papier (bv twee rollen behangpapier naast elkaar en aan elkaar geplakt)
- Stiften
- Schaar

Laat de leerlingen per twee werken. De eerste gaat op een groot vel papier liggen en de ander gaat met een stift langst de contouren van het bovenlichaam en hoofd van de eerste. Neem ook de armen en handen mee. (Je kan de benen weglaten, zoals de poppen uit de voorstelling ook geen eigen benen hebben)

Daarna wisselen de rollen om.

Als ieder zijn/haar 'evenbeeld' op het papier heeft gekregen, kunnen de leerlingen met een stift enkele centimeters van de eerste lijn verwijderd, een tweede contour aanbrengen langs de buitenkant van de eerste lijn.

Zo wordt je al een beetje groter. Laat het nog groeien met een derde en een vierde contour.

Daarna kunnen de leerlingen in een andere kleur hetzelfde doen langs de binnenkant van de eerste lijn. Nu worden de figuren dus steeds kleiner.

Knip grote en kleine figuren uit.

### Spel van groot en klein

Geef onderstaande situaties (spreek ze luidop uit of leg briefjes verspreid op de grond) en laat de leerlingen antwoorden met een grote, een hele grote, een kleine, een hele kleine of een gelijke figuur van zichzelf. Laat ze eventueel vertellen waarom ze die versie van zichzelf bij die situatie hebben gelegd.

- Ik ben alleen in een donker bos
- Ik heb een spelletje gewonnen (tegen mijn oudere broer of zus)
- Ik fiets met een vriend/vriendin van school naar huis
- Ik ben gezakt voor de test
- Ik ben uitgenodigd op een feestje
- Ik ga naar een pretpark en krijg een ijsje
- Ik schraap andermans kauwgum van mijn bank
- ...

### *Variatie 1*

Knip zinnen uit of laat de leerlingen zelf situaties bedenken waarin ze groeien of krimpen. Ze kunnen de uitgeknipte zinnen bij één van hun figuren leggen of zelf zinnen met situaties op de figuren schrijven die bij die grootte passen. Laat hen vertellen over de keuzes die ze gemaakt hebben. Waarom hebben ze deze situatie bij die figuur gelegd of opgeschreven?

### *Variatie 2*

Je kan het spel van groeien en krimpen ook zonder de uitgeknipte figuren spelen: Zeg één van de bovenstaande zinnen (of zelf bedachte zinnen) luidop en laat de leerlingen een passende houding aannemen. Ze kunnen zich groot of klein maken in verschillende gradaties of neutraal blijven. Zet eventueel enkele stoelen en/of tafels in de ruimte waar ze op kunnen klimmen.

### Stopknop - spel

Leer je grenzen aan te geven met het stopknopspel!

Eerste oefening: Jij bepaalt

Laat de leerlingen per twee tegenover elkaar gaan staan. De ene helft van de groep staat bij de ene muur en de andere helft bij de andere. De ene muur is de stopknopmuur. Als je met je hand op de muur klopt, moet de leerling tegenover jou stoppen. Dat kan bijvoorbeeld door een 'freeze' (bevriezen) of voor jongere kinderen door in een standbeeld te veranderen.

De leerlingen aan de andere kant mogen op een teken van de leerkracht dichterbij komen. De leerlingen aan de stopknopmuur bepalen hoe dicht de leerling tegenover hen mag komen door 'op de knop' (in dit geval de muur) te drukken.

Je kan het spel ook uitleggen aan de hand van een echte stopknop.

Tip: kijk eens op [feestartikelen.be](https://www.feestartikelen.be) voor een buzzer:

<https://www.feestartikelen.be/got-talent-buzzer-met-geluid.html?channable=002890696400313133323139343832f3&source=googlebase&gQT=2>

Laat één leerling bij de knop gaan staan en een andere dichterbij komen, terwijl de andere leerlingen kijken wat er gebeurt. Wanneer drukt de leerling op de knop? Misschien verschilt het van persoon tot persoon hoe dichtbij er gekomen mag worden. Misschien wordt er helemaal niet op de knop gedrukt en eindigen de twee met een knuffel.

### *Variatie 1*

Je zou de leerlingen daarna kunnen laten vertrekken op het punt waar ze op hun dichtst bij elkaar staan. Weer kan er op de stopmuur (of -knop) gedrukt worden als de leerling wil dat de ander stopt en dus niet verder weg gaat. Let erop dat de leerlingen die verder weg gaan dat stapje voor stapje op een traag tempo doen en de leerling bij de muur blijven aankijken bij iedere stap. (Ook bij het dichterbij komen) Daarna kunnen de leerlingen wisselen van rol.

### *Variatie 2:*

Als er opnieuw op de stopmuur gedrukt wordt, mag de leerling verder bewegen (zijn weg vervolgen)

### Plagen of pesten - spel:

Zet een knuffel bij de stopknop in het midden van de cirkel.

De leerlingen in de kring mogen één voor één iets doen om de knuffel te plagen. Van zodra er iemand vindt dat het plagen meer pesten was, loopt die naar het midden en drukt op de knop. Vraag waarom deze leerling het geen plagen meer vond en bespreek wat er gebeurde.

### *Variatie*

Als de sfeer in de klas goed is en de leerlingen zijn weerbaar genoeg, kun je dit spel eens uitproberen. In plaats van een knuffel, zit er nu een leerling in het midden bij de knop. Zowel de leerling zelf als de andere leerlingen mogen op de knop drukken.

Je zou vooraf de volgende oefening kunnen doen:

### Wees de beste pestkop!

Omdat het belangrijk is dat het een spel is, zou je een drama oefening kunnen doen waarin er gepest mag worden. Wie is de beste pestkop? Maak er een talentenjacht van. Laat de leerlingen bijvoorbeeld per twee het publiek proberen weg te pesten. Na één minuut krijgen ze punten van het publiek voor hun gepest. Wie van de twee was de ergste? Wie was de beste pestkop en wie was er nog te lief? (Je zou ook drie of vier leerlingen tegelijkertijd om de titel van beste pestkop kunnen laten strijden.)



## Boekentips

Wil je nog extra inspiratie rond het thema pesten?  
Misschien kunnen onderstaande links en boeken je op weg helpen.

### Een inspirerende aanzet tot respectvolle dialoog in scholen

Deze tekst is een vertaling van een hoofdstuk uit een Zweeds boek over conflicthantering binnen het professioneel leraarschap ("Konflikthantering i Professionellt Lärarskap", Gleerups ISBN 978-91-40-677220-9)

Te koop via [praakracht.be](https://praakracht.be) :



<https://praakracht.be/product/een-inspirerende-aanzet-tot-respectvolle-dialoog-in-scholen/>



### 500 Appjes die ik niet wil lezen

Bang voor elk appje dat binnenkomt - actueel en aangrijpend boek over cyberpesten van Maren Stoffels.

Esper kijkt nog een keer naar de groepsapp. Sinds gistermiddag zijn er misschien wel vijfhonderd berichtjes bij gekomen. Vijfhonderd berichtjes die hij niet wil lezen, maar tegelijkertijd kan hij niet anders. Zijn ogen worden ernaartoe getrokken als een magneet.

Op school wordt Esper vreselijk gepest – maar zo dat de meester het niet merkt. Wanneer Esper aan het einde van de dag thuiskomt, gaat het pesten gewoon door. Zijn klas maakt een groepsapp aan om foto's en berichten over Esper te versturen. Ze laten hem geen seconde met rust – en niemand heeft het in de gaten... Wat moet je doen als het pesten onzichtbaar is, en als je telefoon verandert in een vijand vol appjes die je niet wilt lezen?

Nederlands Hardcover 9789025881795 06 oktober 2021, 96 pagina's  
Uitgever: Leopold



## Inspecteur Gordon - Het geheim van de pestvogel

Inspecteur Gordon is moe. Zo moe dat hij het liefst, diep weggekropen onder zijn dekbed, nadenkt over zijn politiezaken. Zijn assistente Paddy stuurt hij voortdurend op pad voor het echte speurwerk, zodat hij lekker kan blijven liggen. Samen onderzoeken ze de zaak van de pestvogel. Wat gebeurt er toch in het bos? Veel dieren zijn bang. Ze worden gepest. Maar ze durven er niet over te praten, bang dat het dan alleen maar erger wordt. Inspecteur Gordon en Paddy ontdekken dat de pester zelf ook gepest wordt!

Auteur: Ulf Nilsson  
15 maart 2016, 103 pagina's

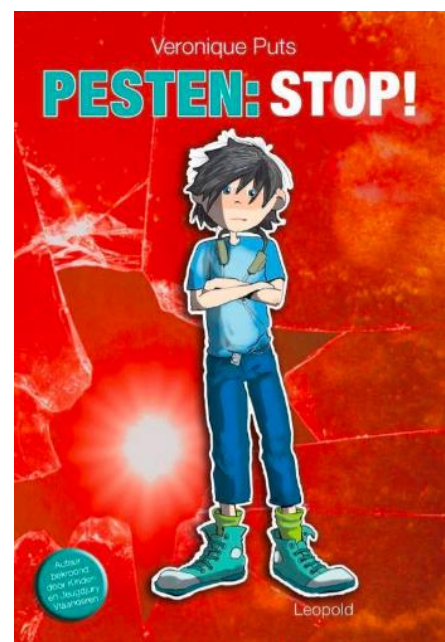
## Pesten: STOP!

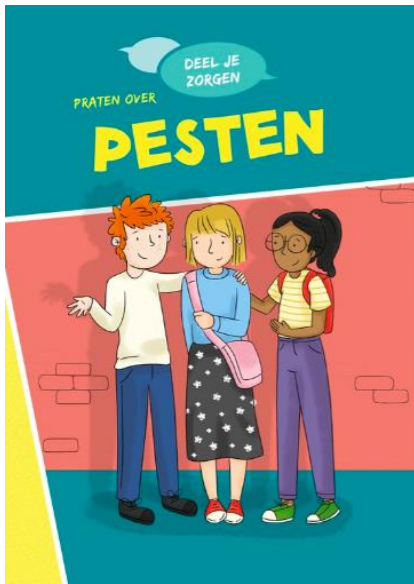
Word jij wel eens gepest? Of zie je dat iemand anders wordt gepest? Pesten gebeurt overal: op straat, op school, op het sportveld. Hoe vind je dat? En wat doe je dan? Dat kun je lezen in dit boek.

Het beste anti-pestboek!

Beer en Sophie zien dat kinderen gepest worden op het schoolplein. Zomaar. Elke dag opnieuw. Ze besluiten er iets aan te doen. Pesten is niet cool. Iedereen heeft recht op een eigen mening en mag zichzelf zijn. Altijd.

9789025865948 12 augustus 2014 48 pagina's  
Uitgever: Leopold, Auteur: Veronique Puts





## Deel je zorgen - Praten over pesten

Als je te maken krijgt met pesten, doe je er goed aan om er met iemand over te praten. In dit boek maak je kennis met kinderen en jongeren die dat hebben gedaan en lees je wat er daarna gebeurde.

Iedereen maakt in zijn leven wel eens lastige of vervelende dingen mee. Vaak helpt het om deze problemen bespreekbaar te maken. De boeken uit deze serie geven je het vertrouwen om te praten over je zorgen, maar laten je ook zien hoe je anderen kunt helpen door in gesprek te gaan. In Praten over pesten vertellen kinderen en jongeren over hun ervaringen.

Sommige krijgen te maken met cyberpesten of valse vrienden, andere worden buitengesloten. Wat zou jij in hun situatie doen? Door de tips en verhalen van anderen begrijp je steeds beter wat pesten met jou en een ander doet en wat jij eraan kunt doen.

Auteur: Louise Spilsbury Nederlands Hardcover 9789086649297 14 april 2022 32 pagina's

Bronvermelding:

<https://www.stoppestenu.nl/verschil-tussen-plagen-en-pesten-op-de-werkvloer>

