


R.K. basisschool



# De Fontein

**(Anti) Pestprotocol  
R.K. basisschool  
De Fontein  
Nieuw- Bergen**

*Juli 2016*



## INHOUDSOPGAVE

	<b>Onderwerp</b>	<b>Pagina</b>
1.	Inleiding	3
2.	Hoe werkt het (anti)pestprotocol	4
3.	Plagen of Pesten?	4
4.	Pedagogisch beleid	5
5.	Pestbeleid	8
6.	Cyberpesten	11
7.	Adviezen naar ouders	12
8.	Bijlagen	14

## 1 Inleiding.

Met dit (anti)pestprotocol geven leerlingen, ouders en team van R.K. basisschool De Fontein aan dat ze het bestrijden van pesten een belangrijk onderwerp vinden. Het protocol geeft betrokkenen een houvast hoe te handelen bij pestproblematiek zodat een zo veilig mogelijke omgeving kan worden gegarandeerd: een omgeving waarin de leerlingen zich optimaal kunnen ontwikkelen.

Het uitgangspunt is dat kinderen en volwassenen op een respectvolle manier met elkaar omgaan. Een kind dat zich gerespecteerd voelt, ontwikkelt zelfvertrouwen en een goed gevoel van eigenwaarde.

Wanneer er gepest wordt, verdwijnt het gevoel van eigenwaarde. Een klimaat waarin gepest wordt tast de leerwerksfeer aan.

Kinderen die het pesten van dichtbij meemaken, voelen zich bang of worden wantrouwend. Ze voelen zich daarnaast vaak schuldig omdat ze niet ingrijpen en zijn bang om zelf slachtoffer te worden. We onderscheiden 3 partijen: pesters, slachtoffers en meelopers.

Pesters leren, als ze niet gecorrigeerd worden, dat ze met agressie, geweld en bedreigingen hun zin krijgen. Slachtoffers worden vaak zelf pesters. Meelopers voelen zich schuldig.

Door regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen elkaar aanspreken op deze regels en afspraken.

In dit pestprotocol zetten we uiteen:

- Welke maatregelen we nemen om pesten te voorkomen.
- Hoe wij pesten aanpakken als het toch voorkomt.

Leerkrachten, leerlingen en ouders onderschrijven gezamenlijk dit pestprotocol. Het wordt een keer per 2 jaar geëvalueerd en waar nodig bijgesteld.

## 2 Hoe werkt het (anti)pestprotocol?

Het conceptprotocol is door de directeur gemaakt, aan het team en de schoolraad voorgelegd en door allen vastgesteld.

De inhoud is specifiek en praktijkgericht.

Het vormt een samenhang met andere school-(beleids) plannen en reglementen.

Iedereen heeft kennis van het protocol: pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de meelopers), leerkrachten en ouders. Pesten wordt door leerkrachten en ouders gesignaleerd en er wordt duidelijk stelling genomen.

Als er zich op het terrein van agressie, geweld, seksuele intimidatie, discriminatie en pesten klachten en/of bezwaren voordoen, wordt de algemene klachtenprocedure gehanteerd.

De klachtenprocedure is gepubliceerd op de website van de stichting en opgenomen in elke schoolgids. Ons bestuur heeft minimaal één interne contactpersoon per school en een externe vertrouwenspersoon aangesteld. In de schoolgidsen op de website van de scholen staat wat hun namen en functies zijn en op welke manier ze zijn te bereiken. Contactpersonen zorgen voor de eerste opvang en verwijzen door naar de leidinggevende of de vertrouwenspersoon.

Het protocol komt regelmatig op de agenda van de leerlingenraad, de teamvergadering en de schoolraadvergadering zodat het een 'levend document' blijft.

De school probeert pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, wordt het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar gemaakt.

## 3 Plagen of Pesten?

Pesten is het systematisch uitoefenen van psychische en/of fysieke mishandeling door één of meerdere individuen op een persoon, die niet in staat is zichzelf te verdedigen.

Bij pesten is de macht ongelijk verdeeld.

Pesten heeft negatieve gevolgen voor het slachtoffer. Deze mag niet voor zichzelf opkomen, noch zich verweren. Doet hij dit wel dan kan dit voor de pester(s) een reden zijn om hem nog harder aan te pakken.

Bij plagen is er sprake van incidenten. De machtsverhouding is gelijk.

De geplaagde loopt geen blijvende psychische en/of fysieke schade op en is in staat zich te verweren.

De verschillen zou je als volgt aan kunnen geven:

Plagen:

- Gelijkwaardigheid
- Wisselend slachtofferschap
- Humoristisch
- Af en toe

Pesten:

- Machtverschil
- Hetzelfde slachtoffer
- Kwetsend
- Vaak/voortdurend.

Op school werken we met het programma "Zo gaan Roos en Tom / Sarah en Jerome met elkaar om" (dit is onze leidraad bij ons TOP 7 programma). Zie voor verdere uitleg paragraaf 4, pedagogisch beleid.

## 4 Pedagogisch beleid

Het klimaat van de school.

De sfeer waarin een kind opgroeit is van groot belang om zich te kunnen ontwikkelen tot een volwaardig mens. Wij hechten dan ook waarde aan een vriendelijk en veilig klimaat met orde en regelmaat. Als het kind zich veilig en geborgen voelt, kan het zich ontwikkelen. De juiste regelmaat geeft het kind kansen.

Om zorg te dragen voor een goed leefklimaat op de school gelden voor elke leerling van de school de omgangsregels en bijbehorende werkwijze van onze TOP 7.

### **Preventieve aanpak**

De TOP 7 is o.a. gericht op het voorkomen van pesten. Als de situatie erom vraagt wordt er onmiddellijk aandacht aan pestproblematiek besteed: er volgt een gesprek volgens het ABC schema (zie bijlage pagina 17), afgesproken consequenties kunnen volgen en worden genoteerd in een klapper die alleen ter inzage is voor leerkrachten. Ouders worden op de hoogte gesteld.

Kinderen leren dat fouten maken en anders-zijn mag. Met interactie, instructie en klassenmanagement worden de voorwaarden geschapen voor een pedagogisch klimaat waarin elk kind tot zijn recht komt. Coöperatieve werkvormen, waaronder team- en klasbouwers, worden veelvuldig gehanteerd. Er zijn kringgesprekken over de sfeer in de groep, pestincidenten worden in de hele groep besproken.

### **Werkwijze TOP 7**

Het 'Lieveheersbeestje'

*Algemeen:*

In 2007 hebben we binnen de school pestgedrag gesignaleerd. School en ouders vonden het belangrijk het pesten meer onder de aandacht te brengen. We zijn destijds gestart met het project van het lieveheersbeestje.

We plaatsen het thema pesten binnen het kader van respectvol omgaan met elkaar. Omdat pesten een vorm van zinloos geweld hebben we gekozen voor HET LIEVEHEERSBEESTJE als herkenningsteken. Binnen de school is in elke ruimte een lieveheersbeestje te vinden.

*Wat gebeurt er in de groep:*

We hebben met de kinderen in 2007 een TOP 7 van goede-dingen-om-te-doen opgesteld, de leefregels voor onze school. Elke regel staat gedurende twee weken centraal, startend vanuit regel 1 wordt de lijst steeds aangevuld met een nieuwe regel. Voor de hele school gelden steeds dezelfde regels, doorgaande lijn! (Indien er in de groep iets speelt dat vraagt om een andere regel voorrang te geven kan dat) Deze regels worden ondersteund door picto's en hangen zichtbaar in de klas. Het blad waarop de regels vermeld staan hangt bij het Lieveheersbeestje.

TOP 7

1. We helpen elkaar
2. We praten met elkaar en we luisteren naar elkaar
3. We geven elkaar complimenten
4. We spelen en werken samen, iedereen hoort erbij
5. We kijken eerst naar wat we er zélf aan kunnen doen
6. We praten het met de mond uit, niet met de hand
7. We lachen wel met iemand, niet om iemand

Aan onderstaande regels wordt aandacht besteed tijdens een van de bovenstaande TOP 7 weken of tijdens het vervolgprogramma dat na 14 weken start. Het programma wordt jaarlijks opgesteld door de anti pest coördinator. Nationale dagen vormen een onderdeel van het programma. Denk hierbij aan "de dag van geluk", "complimentendag".

- Hoe reageer je?
  1. Als Rustige Rik
  2. Als Teruggetrokken Til
  3. Als Vechtende Ferry
- Situaties oefenen in de drie manieren van reageren
- De kinderen weten hoe ze hebben gereageerd en kunnen dat vertellen  
Ze kennen de versjes die erbij horen en de picto's
- Het ABC-schema waarin ze leren wat consequenties zijn van anders aankijken/omgaan met een situatie. De kinderen kunnen gebeurtenissen en incidenten beschrijven volgens het ABC-formulier (zie bijlage pagina 17)
- STOP zeggen en doen



- De kinderen leren hoe ze moeten handelen in situaties waarin ze iets niet (meer) willen
- Pesten staat 3 weken centraal met aandacht voor de rol van:
  1. De pester
  2. De gepeste
  3. De omstanders
 Zo gaan we op R.K. basisschool De Fontein om met pesten, met pesters, met de meelopers/omstanders!  
 In de BB wordt, indien nodig, aandacht besteed aan cyberpesten
- Plagen  
De kinderen leren het verschil tussen pesten en plagen en hoe met plagen om te gaan.
- 'Sorry'-zeggen  
Hoe zeg je dit op een correcte manier, zodat de 'gedupeerde' zich er ook weer prettig bij kan voelen.  
Leren toegeven wat je hebt gedaan: per ongeluk of expres. En hoe zeg je dat!
- Leren omgaan met en herkennen van de vier basisemoties:  
blij, boos, verdrietig, bang.  
Verkennen van andere emoties.
- Je bent goed zoals je bent!  
Werken aan een positief zelfbeeld, zelfvertrouwen. Leren wie jij nu precies bent.

De eerste 6 schoolweken draait binnen de TOP7 het programma "groepsvorming". De laatste 6 schoolweken worden niet met een vast programma gevuld. Zo ontstaat er ruimte om in elke groep die onderwerpen nog eens extra aandacht te geven, waar speciaal behoefte aan is.  
 Het team vertrouwt erop, dat ouders bij de sociale ontwikkeling een verlengstuk willen en kunnen zijn van onze school.

**Schoolklimaat en afspraken** (onderstaande regels voor de kinderen worden elk jaar in de eerste week van het schooljaar met de kinderen besproken door de leerkracht)

Voor leerkrachten geldt: Goed voorbeeld doet goed volgen:

- We spreken elkaar aan op goed en te verbeteren gedrag.
- We praten mét elkaar niet over elkaar (alle geledingen: ouders-leerkrachten-kinderen).
- We bellen ouders, voordat het kind naar huis is als er iets voorvalt, dit voorkomt een vertekend verhaal naar huis toe!
- Goed gedrag dient aangeleerd en herhaald te worden gedurende de hele schoolperiode. Als er gedrag vertoond wordt dat niet gepast is neem dan een duidelijk standpunt in. HET MAG NIET! Regels zijn regels. OP SCHOOL gelden ONZE regels (TOP 7).
- Bij problemen proberen de kinderen dit in gesprek met elkaar op te lossen, lukt dit niet dan gaan ze naar de leerkracht. Vraag of ze er al met de ander over gesproken hebben. Het is goed als ze leren problemen zelf op te lossen.
- Bij voorvallen (denk hierbij aan o.a. pestgedrag, vernielingen) waarvan de directie op de hoogte dient te zijn worden deze zo mogelijk dezelfde dag gemeld. Samen overleggen we wie de ouders op de hoogte brengt. De Leerkracht is het eerste aanspreekpunt voor ouders, het kan echter gewenst zijn dat de directie het eerste contact legt.
- Bij signalen van bedreigingen of ongewenste intimiteiten meldt de directie deze bij het uitvoerend bestuur en de schoolraad, we vragen advies bij externen (Centrum Jeugd en Gezin CJG, schoolarts). Deze signalen worden altijd door de directie aan ouders gemeld. Ouders worden doorverwezen naar het CJG.
- De leerkracht van kinderen die bij ernstige voorvallen op school betrokken zijn, is verantwoordelijk voor het op de hoogte brengen van alle teamleden.  
Dit geldt ook voor afspraken die gemaakt worden rond leerlingen t.a.v. hun gedrag of gezondheid.
- Leerkrachten lopen om 12.00 uur en om 15.15 uur met de kinderen naar buiten, we zien zo wat er buiten gebeurt. Bovendien kan zo de stap voor ouders verkleind worden voor het stellen van vragen of het doorgeven van signalen.

**Mediatie "respect 4 all" team**

- Jaarlijks worden er in mei 2 mediators uit groep 6 gekozen (door groep 6, met motivatie) en opgeleid door de directeur in mei-juni. Ze zijn vanaf groep 7 lid van het Respect 4 all team.
- Hun ouders worden op de hoogte gesteld en hen wordt gevraagd door te geven als kinderen het er zwaar mee hebben.

- Met de mediators uit groep 8 vormen ze het respect 4 all team.
- Het respect 4 all team kan tijdens speeltijd door leerlingen benaderd worden voor hulp.
- De kinderen van 'Respect 4 all' stellen zich in alle klassen voor en geven informatie.
- De poster van het respect 4 all team wordt opgehangen bij alle deuren.
- Het Respect 4 all team gebruikt mediatieformulieren voor de verslaglegging. Dit is tevens het bespreekformulier voor de wekelijkse bijeenkomsten.
- Een keer per week komt het respect 4 all team bij elkaar om de in die week gebeurde zaken met de directeur te bespreken. Kinderen die genoemd worden en waar het probleem niet opgelost is worden erbij geroepen. Een week later checken we of het probleem helemaal opgelost is.

### **Surveilleren.**

Surveilleren gebeurt door de vaste leerkrachten op een vaste dag. De afgesproken regels worden zo op eenzelfde manier geïnterpreteerd. Opvallend negatief gedrag wordt aan de eigen leerkracht doorgegeven waarna meestal een gesprek (met beide partijen) volgt, zoals hierboven beschreven. Overblijfskrachten geven aan de overblijfscoördinator door als er ruzies of peestsituaties zijn voorgevallen. Hier gelden dezelfde regels en consequenties. Indien nodig neemt de coördinator contact op met de leerkracht en/of directeur.

### **Signaleren in de groep / op school.**

De sociaal- emotionele signaleringslijst wordt een keer per schooljaar door de leerkracht ingevuld en besproken in de leerling-bespreking. In november is er een gesprek met alle ouders over de sociaal- emotionele ontwikkeling van het kind. Eén keer per twee schooljaren is er een leerling-enquête met vragen over welbevinden en veiligheid.

### **Communicatie met ouders.**

- Tijdens de jaarlijkse informatie avond in september stellen de leerkrachten de ouders op de hoogte van het protocol.
- Op de kalender staat de TOP 7
- Op de info worden steeds de behandelde regels van de top 7 vermeld en gevraagd er thuis aandacht aan te besteden.
- Op de website staat de nieuwe regel vermeld
- In de schoolgids wordt informatie uit het protocol opgenomen.

Van ouders verwachten we dat de leerkracht op de hoogte wordt gesteld bij constatering van een pestprobleem bij eigen of andermans kinderen.

### **Waar kunnen kinderen terecht?**

- Als je last hebt van het gedrag van anderen meld je dit meteen aan de leerkracht.
- Als je dit moeilijk vindt dan kun je terecht bij het respect4all team.

## 5 Pestbeleid

### **Aanpak bij regelmatige ruzies en pestgedrag:**

#### Stap 1

Pestgedrag is gesignaleerd en gemeld aan de leerkracht/directeur.

De leerkracht/directeur probeert helder te krijgen wat er speelt, wie welke rol inneemt en welke consequenties dat heeft.

De leerkracht/directeur biedt altijd hulp aan de gepeste en begeleidt de pester.

Refereren aan het anti- pestprotocol en verbeteringsafspraken maken met de desbetreffende kinderen en/of de groep. Afspraak maken met de leerlingen om te monitoren en evalueren hoe het (nu) gaat.

Kort opnemen in Eduscope bij Kindgegevens.

#### Stap 2

Bij herhaling van de pesterijen worden de ouders van beide partijen ingeschakeld. Ouders worden hierna van elk pestvoerval (telefonisch of via mail) op de hoogte gebracht. De directeur van de school wordt uiterlijk in dit stadium op de hoogte gesteld van de gesprekken met de kinderen en de ouders en kan de gemaakte afspraken terugvinden in Eduscope.

#### Stap 3

Mocht een en ander niet leiden tot gedragsverbetering, dan volgt een gesprek met kind, ouders, leerkracht en directie. Er worden duidelijke verbeteringsafspraken gemaakt en vastgelegd in een plan van aanpak. Afspraken over monitoren, evaluatie en sancties worden vastgelegd in Eduscope.

#### Stap 4

Mocht bovenstaande niet de gewenste uitwerking hebben dan wordt deskundige hulp ingeschakeld. Dat kan zijn; GGD, CJG, Jeugdzorg, Schoolbegeleidingsdienst.

#### Stap 5

Indien het pestgedrag van de pester niet aanzienlijk verbetert, en/of de ouders van het kind werken onvoldoende mee om het probleem aan te pakken dan kan de directeur een leerling schorsen of verwijderen overeenkomstig het schorsings- en verwijderingsbeleid van SKBO Bergen ( zie Schoolveiligheidsplan).

### **Begeleiding**

#### *Hulp aan de pester.*

- Er wordt met de pester gesproken. Dit kan een ABC probleemoplossend gesprek zijn met benoemen consequenties voor het slachtoffer gekoppeld aan afspraken met evaluatiemomenten.
- Het advies is om de pester even de gelegenheid te bieden om zijn leven te beteren alvorens zijn ouders bij zijn wangedrag te betrekken. Natuurlijk is dit wel afhankelijk van de ernst van het pestgedrag.

#### *Begeleiding van de pester.*

- Praten: zoeken naar de reden van het ruzie maken/pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen).
- Laten zien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste.
- Excuses aan laten bieden.
- In laten zien welke sterke (leuke) kanten de gepeste heeft.
- Pesten is verboden in en om de school: wij houden ons aan deze regel; straffen als het kind wel pest, belonen als kind zich aan de regels houdt.
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de 'stop-eerst-nadenken-houding' of een andere manier van gedrag aanleren.
- Contact tussen ouders en school; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind; wat is de oorzaak van het pesten?
- Inschakelen hulp; sociale vaardigheidstrainingen, CJG, huisarts, GGD

#### *Hulp aan het gepeste kind.*

- Uiteraard moet ook hulp aan het slachtoffer worden geboden. Kinderen die voortdurend worden gepest, kunnen op verschillende manieren reageren. De meeste kinderen worden passief en zitten er duidelijk mee. Een enkel gepest kind gaat zelf uitdagen. Beide vormen van gedrag zijn



'aangeleerd', in de zin van 'reacties op uitstoting'.

- Dit gedrag kan afgeleerd worden en nieuw gedrag aangeleerd worden. Indien nodig verwijzen we naar mogelijkheden zoals: sociale vaardigheidstraining, zelfverdedigingsport, kanjertraining.

*Begeleiding van de gepeste leerling.*

- Medeleven tonen en luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten: huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken.
- De leerling laten inzien dat je op een andere manier kunt reageren.
- Zoeken en oefenen van een andere reactie bv je niet afzonderen.
- Het gepeste kind laten inzien waarom een kind pest.
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil.
- Sterke kanten van de leerling benadrukken.
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders/beter opstelt.
- Praten met de ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester(s)
- Het gepeste kind niet overbeschermen door het bijvoorbeeld naar school te brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen'. Hiermee plaats je het gepeste kind in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog kan toenemen.
- We kijken of er acties in de groep uitgevoerd kunnen worden en welke acties passend zijn.

*Hulp aan de zwijgende middengroep..*

Je hebt een groep nodig om te pesten. Pesten is een probleem van de groep. Je hebt de groep nodig om het op te lossen.

*Uitgangspunten:*

- De vervelende gebeurtenissen moeten stoppen.
- We veroordelen niet, niemand krijgt de schuld.
- We kijken vooruit: hoe kunnen we er voor zorgen dat het weer fijn wordt in de klas?

Om de zwijgende middengroep tot bondgenoot in de strijd tegen het pesten te maken zijn de volgende acties mogelijk:

- Pesten aan de orde stellen in de klas door aandacht voor dit pestprotocol en het onderwerp regelmatig terug te laten komen. Telkens in andere bewoordingen en ook gebruikmakend van verschillende werkvormen.
- Als een leraar met de klas spreekt over pesten, is het raadzaam geen peestsituatie in de klas als uitgangspunt te nemen, maar het onderwerp daar bovenuit te tillen. Gebeurt dit niet dan kan de klas het probleem ontkennen, bagatelliseren, het slachtoffer de schuld geven en voor zijn klikken bestraffen of zeggen dat het maar een grapje is.
- Via rollenspel het buitengesloten zijn aan den lijve laten ondervinden.

*Hulp aan de ouders.*

*Adviezen voor ouders van pesters:*

- Neem het probleem van uw kind serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans een pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed extra aandacht aan uw kind.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.

*Adviezen voor ouders van gepeste kinderen:*

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt

*Adviezen aan alle andere ouders:*

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag
- Geef zelf het goede voorbeeld
- Leer uw kind voor anderen op te komen
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen

## 6 Cyberpesten

Cyberpesten is een onderdeel van traditioneel pesten.

Anonieme berichten digitaal versturen, schelden, roddelen, bedreigingen, foto's van mobieltjes en webcam op internet plaatsen, privé gegevens op een site plaatsen, wachtwoorden en credits stelen en misbruiken, haatprofielen aanmaken, virussen sturen heeft allemaal te maken met cyberpesten.

De effecten van cyberpesten kunnen erger zijn dan bij traditioneel pesten.

Ook als cyberpesten buiten school gebeurt heeft de school er veel last van. Het ruziën en pesten gaat op school door, schoolresultaten lijden eronder. Er ontstaat een onveilig klimaat.

Er zijn verschillende vormen van cyberpesten die strafbaar zijn. Kinderen realiseren zich dat vaak niet. Als hierdoor lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht kan de politie worden ingeschakeld.

Wat doet onze school ter voorkoming van cyberpesten:

We maken de kinderen bewust van de gevaren op internet, de effecten van cyberpesten en de strafbare feiten door:

- het geven van lessen mediawijsheid in groep 5 en 7.
- De inzet van het internetprotocol vanaf groep 5.

De schoolaanpak van cyberpesten:

Als de school een melding krijgt van cyberpesten kunnen (afhankelijk van de vorm) de volgende maatregelen worden genomen:

- De school gaat in gesprek met de getroffen leerling.
- De school neemt contact op met de ouders.
- De school probeert de dader(s) te achterhalen. De dader kan wellicht ook achterhaald worden door in de klas te praten over wat gebeurd is.
- De school verzoekt de pester foto's te verwijderen.
- De school adviseert ouders aangifte te doen bij de politie.
- De school voert maatregelen richting de dader(s) uit als het kinderen van de school betreft.
- Als het niet mogelijk is een dader te achterhalen dan zit er niks anders op dan het effect te minimaliseren. Dit kan het beste door het slachtoffer te wijzen op niet reageren op haatmail of andere ongewenste berichten. Het geven van een nieuw mailadres is ook een mogelijkheid.

Informatieve websites over digitaal pesten

[www.dekinderconsument.nl](http://www.dekinderconsument.nl)

[www.iksurfveilig.nl](http://www.iksurfveilig.nl)

[www.internetsoa.nl](http://www.internetsoa.nl)

[www.i-respect.nl](http://www.i-respect.nl)

[www.weetwatjetypt.nl](http://www.weetwatjetypt.nl)

## 7 Adviezen naar ouders.

Twee wijze uitspraken over 'de groep':

- "Hoewel we niet allemaal verantwoordelijk zijn voor het feit dat er wordt gepest, zijn we er wel allemaal verantwoordelijk voor dat het stopt".
- "Uiteindelijk zullen we ons niet de woorden van onze vijanden herinneren, maar het zwijgen van onze vrienden".

Het is niet altijd gemakkelijk om erachter te komen welke rol uw kind heeft als het om pesten gaat: is het slachtoffer, pester of zit het in de grote middengroep die zwijgt, toekijkt of meedoet?

U kunt te weten komen of uw kind met pesten te maken heeft door:

- Gewoon aan uw kind vragen of er in de omgeving wordt gepest.
- Samen kijken naar tv programma's over pesten.
- Boeken laten slingeren die over pesten gaan.
- Het vertellen van een verhaal over een ander kind dat wordt gepest.

Wat kunt u als ouder doen als blijkt dat uw kind wordt gepest ?

Het hoge woord is eruit. Uw kind wordt gepest. Als u als ouder goed hebt geluisterd, kunt u samen met uw kind een oplossing bedenken.

- Het belangrijkste is dat het pesten ophoudt. Bespreek dat ook met uw kind.
- Maak in ieder geval duidelijk dat het niet aan uw kind ligt dat hij/zij gepest wordt. Ieder kind is anders en uw kind is goed zoals het is.
- De school op de hoogte brengen.
- Eventueel de ouder van het pestende kind spreken. Bedenk van tevoren of u in staat zult zijn uw emoties in bedwang te houden. Bij een extra conflict, nu tussen ouders, is uw kind niet gebaat. De school kan eventueel als bemiddelaar optreden.
- U zou het pestende kind kunnen aanspreken. Dit zal uw kind niet altijd helpen, omdat het kind dan niet in staat wordt geacht zijn eigen boontjes te doppen en zijn ouders erbij moet halen.
- Samen met uw kind een boek lezen over pesten. Op deze manier zal uw kind merken dat hij/zij niet de enige is die anders is.
- Houd het onderwerp bespreekbaar. Informeer regelmatig hoe het gaat.
- Helpen of stimuleren nieuwe vrienden te maken.
- Uw kind helpen om medestanders te vinden, die kunnen helpen het pesten terug te dringen.
- Helpen een uitlaatklep te vinden, bijvoorbeeld in de vorm van sporten, hobby's of andere leuke activiteiten.
- Zoek ook eventueel als ouder zelf steun, bij bekenden, via internet of bij een professional. Het kan emotioneel zwaar als je kind gepest wordt of zelf pest. Het kan dan helpen om er met iemand over te praten.

Wat kunt u als ouder doen als blijkt dat uw kind pest?

- Neem de boodschapper van het pestgedrag serieus.
- Luister naar het kind als het gaat over het pestgedrag.
- Straf kan leiden tot agressie naar het slachtoffer toe.
- Pesten is onaanvaardbaar. Maak duidelijk dat u het gedrag van uw kind afkeurt; niet uw kind zelf. Uw kind is niet een "rotkind" geworden omdat het pest.
- Bied het kind hulp aan om het gedrag te veranderen. Vraag bijvoorbeeld wat zou kunnen helpen.
- Bespreek met het kind hoe hij/zij het goed zou kunnen maken met de gepeste.
- Breng de school op de hoogte.
- Neem contact op met anderen; ouders, leerkrachten, verenigingsleiders, sportclubtrainers om samen iets tegen het pesten te doen.
- Zoek hulp bij deskundigen als dat nodig lijkt.
- Zoek ook eventueel als ouder zelf steun, bij bekenden, via internet of bij een professional. Het kan emotioneel zwaar als je kind gepest wordt of zelf pest. Het kan dan helpen om er met iemand over te kunnen praten.

Wat kunt u als ouder doen als blijkt dat er in de omgeving van uw kind wordt gepest?

- Neem het pestprobleem serieus.

- Bespreek met uw kind zijn rol bij het pesten.
- Zoek samen met uw kind naar mogelijkheden om iets tegen het pesten te doen.
- Bespreek de pestsignalen met anderen; ouders, leerkrachten, vereniging leiders, sportclubtrainers.
- Geef zelf het goede voorbeeld.

## 8 Bijlage

### 1. Pestsignalen.

- Verbaal: vernederen, schelden, dreigen, belachelijk maken, uitlachen bij lichaamkenmerken of bij een verkeerd antwoord in de klas, met bijnamen aanspreken of gemene briefjes schrijven.
- Fysiek: trekken en duwen, spugen, schoppen, laten struikelen, krabben, bijten of aan haren trekken.
- Intimidatie: achterna lopen, opwachten, in de val laten lopen, de doorgang versperren, klem zetten, opsluiten, een kind dwingen om bezit af te geven of bepaalde handelingen te verrichten.
- Isolatie: het kind uitsluiten bij groepsopdrachten of spelletjes of negeren.
- Stelen of vernielen van bezittingen: afpakken van schoolspullen, kleding of speelgoed, beschadigen en kapotmaken van spellen.
- Cyberpesten of digipesten: pesten via elektronische middelen zoals e-mail, mobiele telefoon en internet.
- Racistisch pesten: schelden of opmerkingen over ras of huidskleur.
- Seksueel pesten: schelden of seksueel getinte opmerkingen of gebaren.

Pestgedrag onder meisjes gebeurt vaak in het geniep (roddelen, leugens vertellen, buitensluiten, negeren).

Bij jongens gebeurt pesten openlijker (vechten, duwen, fysiek geweld, uitschelden, elkaars spellen vernielen).

### 2. Betrokkenen.

Het slachtoffer:

Hij/zij is het slachtoffer van pestgedrag. Bij de gepeste zijn verdriet en eenzaamheid veel voorkomende gevoelens. De gepeste is bang nog meer gepest te worden als hij/zij dit aan een ander vertelt en durft vaak niets terug te doen. Mogelijke signalen:

- Dit kind wordt vaak buitengesloten en staat alleen. Het spel is net begonnen en het kind mag niet meedoen, terwijl een ander kind even later wel mee mag doen.
- Dit kind zoekt in de pauze vaak contact met de leerkracht die buitendienst heeft.
- Dit kind speelt graag met jongere kinderen.
- Dit kind wil in de pauze het liefste binnen blijven.
- Dit kind wordt vaak uitgelachen door anderen of "daar heb je hem/haar weer" (zuchten van overige leerlingen als het gepeste kind iets in de groep wil zeggen).
- Dit kind wil niet meer naar school, klaagt over allerlei pijntjes.
- Dit kind is gauw prikkelbaar.
- Dit kind heeft nachtmerries en plast in bed.
- Dit kind heeft weinig eigenwaarde.
- Dit kind is sociaal onhandig.
- Dit kind vertoont "aangeleerde hulpeloosheid".
- Dit kind kan provocerend gedrag vertonen: enerzijds agressief (uitdagend), anderzijds angstig (klagend over het hem aangedane onrecht)

De dader:

Hij/zij laat het pestgedrag zien. Vaak is er bij de pester sprake van onzekerheid en de behoefte om aardig en stoer gevonden te worden door anderen. Hij/zij denkt door pesten ervoor te zorgen dat anderen hem/haar grappig vinden.

Mogelijke signalen:

- Dit kind ziet zijn slachtoffers als waardeloos.
- Dit kind neigt naar agressief gedrag.
- Dit kind heeft vaak een positieve houding t.o.v. geweld.
- Dit kind heeft weinig echte vrienden.
- Dit kind kan niet goed samenwerken, is ongeduldig.
- Dit kind wil de baas zijn over de ander.
- Dit kind heeft vaak geen besef wat een ander voelt.
- Dit kind voorkomt, door te pesten, dat hij zelf gepest wordt.

Meelopers:

Hij/zij doet mee met de pester om erbij te horen. De meelopers doen incidenteel mee met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf niet in de slachtofferrol terecht te komen. Het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te liften met de pester. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen.

Aanmoedigers:

Hij/zij vindt het pesten goed, en bemoeit zich er niet direct mee. Dit kind wordt erbij geroepen om het pesten te steunen. Dit kind is zelf bang om gepest te worden. De aanmoediger stimuleert pestgedrag en/of fungeert als publiek

Buitenstaanders:

Hij/zij denkt dat er niet gepest wordt en zolang hij/zij er zelf geen last van heeft, maakt het hem/haar niet uit. Deze leerling houdt zich er buiten, durft niet te helpen uit angst zelf gepest te worden.

Er is sprake van:

- negeren van het pesten.
- zich niet bewust zijn van pesten.

Verdedigers:

Hij/zij komt op voor het gepeste kind. Deze helper keurt het pesten af en is niet bang voor de pester.

### **3. Mogelijke oorzaken van pesten:**

School:

- onveilig schoolklimaat; geen duidelijke grenzen tussen “wat kan en niet kan”.
- pesten niet serieus nemen: “stel je niet aan, je lokt het zelf uit”.
- geen oog voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen.
- slecht contact tussen school en ouders.
- de leerkracht accepteert het kind gevoelsmatig niet.
- geen gedegen aanpak in de lagere groepen waardoor het pesten ernstige vormen aanneemt in de hoge groepen.
- geen aandacht voor sociaal-emotioneel leren.
- geen aandacht voor het gebruik van sociale media door kinderen.

De leerling die gepest wordt:

- kleedt zich anders, reageert anders dan andere kinderen, heeft een handicap.
- is nieuw op school.
- is niet sociaal weerbaar, heeft een gering gevoel van eigenwaarde.
- beschikt over te weinig sociale vaardigheden.
- beschikt over te weinig sociale contacten.

De leerling die pest:

- is bang om zelf gepest te worden en gaat daarom pesten.
- wil macht hebben in de groep.
- heeft niet echt in de gaten hoe erg pesten is.
- wordt zelf ook gepest.

Gezin:

- gedragscodes in het gezin wijken negatief af van de gedragscodes op school.
- spanningen tussen ouders worden afgewenteld op het kind.
- geen veilige gezinssituatie.
- voortdurend zaken benadrukken die mislukken.
- kind afwijzen en niet het gedrag.

- geen zicht op het gebruik van sociale media door kinderen.

Omgeving/buurt/maatschappij:

- het zien van slechte voorbeelden in de buurt.
- geen zicht op de ontwikkelingen of voortgang van pesterijen.
- geen zicht op gebruik van sociale media door kinderen.

#### **4. Mogelijke gevolgen:**

- indien niet tijdig wordt ingegrepen, kunnen de gevolgen (zowel lichamelijk als geestelijk) heel pijnlijk en ingewikkeld zijn en ook heel lang naslepen.
- het is niet gemakkelijk om tot betere relaties te komen; het herstel verloopt moeizaam.
- isolement en grote eenzaamheid bij het gekwetste kind.
- de groep lijdt onder een dreigend en onveilig klimaat; iedereen is angstig en men wantrouwt elkaar; men is weinig open of spontaan; men telt weinig of geen echte vrienden binnen de groep.



# ABC schema



## Wat doe je...

A

B

C

Gebeurtenis



Reactie bij mij



Reactie van de ander

## A. Wat gebeurde er?

## B. Wat doet dat bij ,mij?


Ik denk dan:

Ik voel me dan

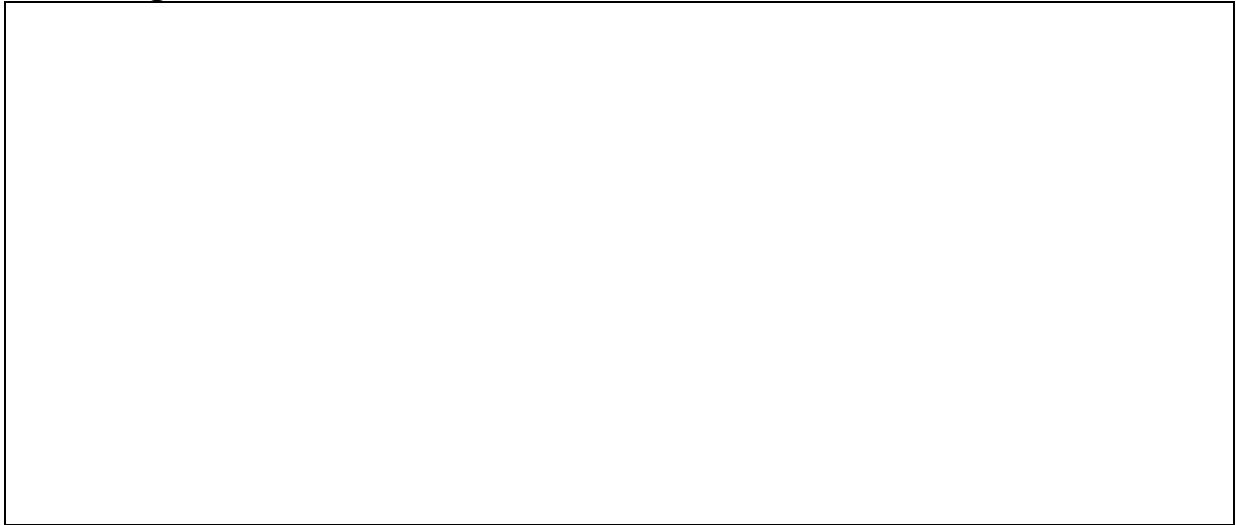
- Opgewekt
- Verdrietig/teleurgesteld
- Blij/vrolijk
- Gelukkig
- Bang/onzeker
- Opgelucht
- In de war
- Kwaad/nijdig
- Opgelaten
- Anders.....

Wat ik dan doe

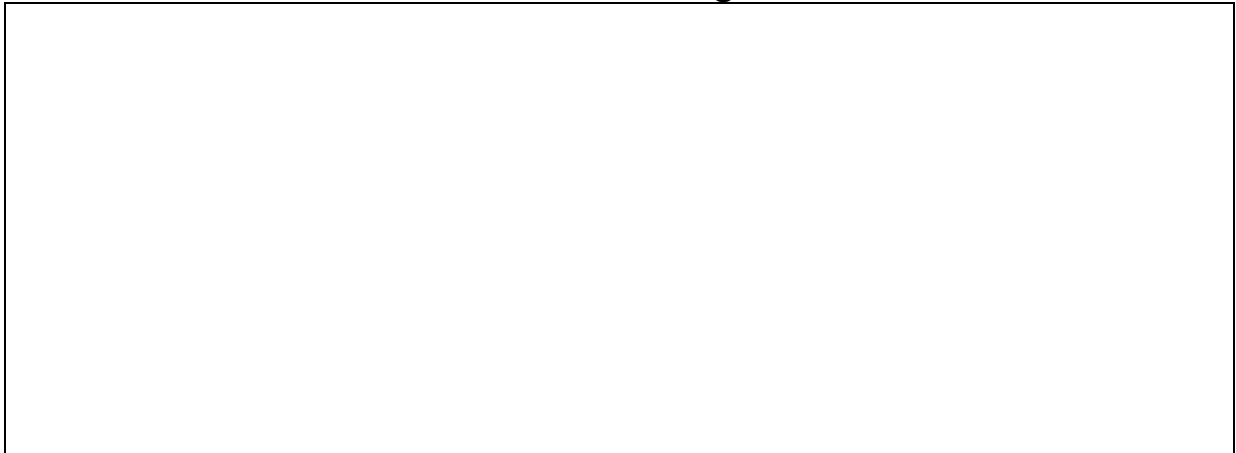
(Ik was vooral.....):



**C. Wat gebeurde er daarna?      Wat doet de ander?**



**Nieuwe B. Wat kan ik beter doen de volgende keer?**



**Nieuwe C. Hoe zal de ander dan reageren?**

