Antipest protocol

CBS de Sleutel

# Inleiding

Wij vinden als leerkrachten van CBS de Sleutel dat iedereen zich veilig moeten op school. Hierbij hoort pesten natuurlijk niet. Daarom hebben wij dit anti- pestprotocol in het leven geroepen.

Dit anti-pestprotocol is een middel om de volgende doelstellingen te bereiken:

• De leerkrachten kunnen het pestgedrag signaleren en onderkennen.

• Het anti-pestprotocol vormt een plan van aanpak ten aanzien van:

* Het voorkomen van pestgedrag .
* Het tijdig signaleren van pestgedrag.
* Het remediëren/bespreekbaar maken en aanpakken van pestgedrag.
* De samenwerking tussen ouders en school om pestgedrag te voorkomen en om te buigen.

Inhoud

[Inleiding 2](#_Toc460915828)

[Het verschil tussen plagen en pesten. 4](#_Toc460915829)

[Kenmerken van pesters en gepesten 5](#_Toc460915830)

[Preventie 6](#_Toc460915831)

[Thema’s van Leefstijl 6](#_Toc460915832)

[Wat doen we verder op CBS de Sleutel om pesten te voorkomen? 6](#_Toc460915833)

[Wat is er nog meer? 7](#_Toc460915834)

[Hoe om te gaan met digitaal pesten/ Cyberpesten op school? 8](#_Toc460915835)

[Wat is cyberpesten? 8](#_Toc460915836)

[Hoe kun je dit voorkomen? 8](#_Toc460915837)

[Hoe ga je om met cyberpesten op school? 8](#_Toc460915838)

[Wat als er wel gepest wordt? 9](#_Toc460915839)

[Handreiking gesprekken leerlingen, ouders en leerkrachten. 12](#_Toc460915840)

# Het verschil tussen plagen en pesten.

Als je geplaagd wordt, kun je altijd terugplagen. Daar ontstaan geen problemen van. Plagen is niet gemeen, plagen is voor alle partijen grappig. Om plagen kun je lachen, niet iedere keer is hetzelfde kind aan de beurt. Plagen is ook meestal 1 tegen 1 en is makkelijk te stoppen.

Het is niet zo dat je met plagen niet op hoeft te letten. Als dezelfde persoon lang of veel geplaagd wordt, dan kan het zijn dat de ontvanger het niet meer leuk vindt. En dan is het pesten geworden.  
Soms wordt de vraag gesteld is het nu plagen of pesten, daar is maar 1 antwoord op. De ontvanger bepaalt of het plagen of pesten is. De zender kan het nog net zo leuk bedoelt of gezegd hebben, de ontvanger bepaald.  
  
Bij pesten is de sfeer juist niet positief en er is vaak sprake van meer tegen 1. Er is sprake van een machtsverschil, het slachtoffer is niet in staat tegen de sterkere partij (pestkop met meelopers) te verweren. Pesten is altijd gemeen bedoeld en het kan niet in je eentje worden gestopt.

|  |  |
| --- | --- |
| Plagen | Pesten |
| Gebeurt af en toe | Gebeurt vaak en lang |
| Iedereen is gelijk. Eerst plaagt de een de ander en dan weer andersom. | Een of meer kinderen spelen de baas. |
| Het gaat heen en weer. | Het gaat altijd 1 kant op. |
| Het is voor de lol. | Het is gemeen bedoeld. |
| Je kunt het zeggen als het niet leuk meer is. | Het moeilijk of niet te stoppen. |
| Het is leuk voor iedereen. | Als het voor iemand niet leuk (meer) is. |

# Kenmerken van pesters en gepesten

Vaak kunnen door middel van een goede observatie al bepaalde signalen van pestgedrag worden opgevangen. Door het observeren van kinderen in de verschillende situaties kunnen pestsituaties al in een vroeg stadium worden gesignaleerd en kan op gepaste wijze worden ingegrepen. Dergelijke signalen kunnen ook voor ouders een indicatie zijn.

Alhoewel wij niet zomaar iemand een etiket van ‘gepeste of pester’ kunnen opplakken op basis van een of meer van de volgende signalen en kenmerken is in de praktijksituatie gebleken dat bij kinderen die gepest worden of zelf pesten vaak een of meer van de volgende signalen en kenmerken opvallen:

**Signalen en kenmerken die soms waar te nemen zijn bij een kind dat gepest wordt:**

• Het kind maakt zich het liefst onzichtbaar. Het is vaak verdrietig en neerslachtig of heeft onverwachte stemmingswisselingen met driftbuien.

• In sommige gevallen is het kind onhandelbaar, agressief en overspannen.

• Het kind staat dikwijls alleen op de speelplaats of speelt met jongere leerlingen; er komen geen vriendjes thuis om te spelen en het wordt ook niet uitgenodigd om te komen spelen of te komen op feestjes en logeerpartijen.

• Het kind zoekt het veilige gezelschap van de leerkracht.

• Als er groepjes worden gekozen, wordt het kind vaak als laatste gekozen of het blijft over.

• De schoolresultaten worden opeens veel slechter.

• Het kind is vaak afwezig, letterlijk of figuurlijk. Het vlucht weg in de fantasie en zorgt ervoor dat het zo nipt mogelijk op tijd op school komt en is meteen na de bel weer weg.

• Op zondagavond of voor het kind naar een club moet, is het bijzonder gestrest en zoekt redenen om niet naar school of naar de club te moeten.

• Het kind heeft blauwe plekken, schrammen, gescheurde kleren en ‘verliest’ sportkleren en eigendommen terwijl het kind normaliter netjes is. Ook als het kind excuses zoekt is er soms meer aan de hand.

**Signalen en kenmerken die soms waar te nemen zijn bij een kind dat pest:**

• Het kind is vaak een leider en de vriendjes van het kind doen wat hij/zij bepaalt.

• Het kind vindt het moeilijk om samen te spelen of samen te werken omdat het kind het liefst alles zelf bepaalt.

•Het kind wordt vaak boos als hij of zij kritiek krijgt.

• De vriendengroep waartoe de pester behoort pest anderen of sluit anderen buiten.

•Het kind is regelmatig brutaal en agressief.

•Het kind kan zich soms moeilijk inleven in de gevoelens van anderen en heeft weinig of geen schuldgevoelens.

•Het kind lijkt assertief en voor zijn/haar mening uit te komen.

•Wil het middelpunt van de belangstelling zijn en kan snel jaloers zijn.

• Het kind kijkt op naar mensen die agressief gedrag vertonen. Het staat vaak positief tegenover geweld en het gebruiken van grove taal.

•Hoe onveiliger het kind zich voelt hoe meer hij of zij pestgedrag vertoont.

• Het kind komt over als volgzaam maar je hoort klachten over het kind in onbewaakte momenten.

Preventie

Op school gebeurt er al veel om pesten te voorkomen. Zo werken we met het sociaal- emotionele programma Leefstijl en zijn er al veel begeleiderstrajecten. Ook proberen we ouders hier zo veel mogelijk bij te betrekken.

### Thema’s van Leefstijl

Het Leefstijl-programma voor primair onderwijs kent zes thema’s die ieder jaar terugkomen. Hoe ouder de kinderen, des te dieper in wordt gegaan op de thema’s. Zo wordt er school breed gewerkt en kan iedereen ook op het plein meepraten. De zes Leefstijlthema’s voor primair onderwijs zijn:

1.De groep, dat zijn wij ! ( praten over sfeer in de groep )

2.Praten en luisteren (over communicatie)

3.Ken je dat gevoel ( over gevoelens)

4.Ik vertrouw op mij ( over zelfvertrouwen )

5.Iedereen anders allemaal gelijk ( over diversiteit )

6.Lekker gezond ( over gezondheidsvaardigheden )

### Wat doen we verder op CBS de Sleutel om pesten te voorkomen?

**Oudertrajecten**  
Om ouders zo veel mogelijk bij de lessen te betrekken, krijgen de kinderen na afloop van ieder thema het werkblad dat daar bij hoort mee naar huis.

Verder zijn in de handleiding programma's voor zes ouderworkshops uitgewerkt die gekoppeld zijn aan de Leefstijl-thema's. Hierbij wordt de ouderconsulente betrokken.

**Begeleiderstrajecten**

**Schoolmaatschappelijk werk**

Een aantal dagen in de week is er een schoolmaatschappelijk werkster op school aanwezig.

Ouders en/of kinderen kunnen met haar een gesprek aanvragen om bijvoorbeeld over pesten of gepest worden te praten.

**Vertrouwenspersoon**

Op onze school zijn er 3 vertrouwenspersonen aanwezig; Jeanette de Koning, Margret Buurman en Wim de Graaf. Collega’s, ouders en/of kinderen kunnen met hem of haar een vertrouwelijk gesprek voeren.

**Wijkteam**

Via het wijkteam worden activiteiten (preventief) voor een groep en/of individu ingezet.

Dit kan via de Rots en Water training of via het Vriendentraject.

**Amigo**

Sinds een aantal jaren nemen we als school deel aan het Amigo traject. Dit traject wordt georganiseerd via bureau Frontlijn.

Pedagogiek stagiaires gaan samen met kinderen uit groep 6,7 of 8 aan de slag met doelen die kinderen samen met ouders en school geformuleerd hebben.

Dit kunnen doelen zijn zoals

-Ik wil leren meer voor mij zelf op te komen.

-Ik durf niet zo in het openbaar te spreken en wil graag een spreekbeurt houden.

-Ik wil graag leren niet zo snel meer boos te worden.

### Wat is er nog meer?

**Kindertelefoon**

Kinderen kunnen naar de Kindertelefoon bellen om hun hart te luchten en eventueel samen te zoeken naar oplossingen voor pestproblemen. De kindertelefoon is iedere dag bereikbaar van 14.00 tot 20.00 uur. Telefoonnummer 0800-0432. Gratis en anoniem

**Centrum voor Jeugd en Gezin**

Bij het CJG is een pedagogisch medewerker werkzaam. Ouders en kinderen kunnen daar met hun vragen terecht.

# Hoe om te gaan met digitaal pesten/ Cyberpesten op school?

Na schooltijd zijn kinderen vaak bezig met sociale media, waarbij er een mogelijkheid is dat er digitaal gepest wordt. Ondanks dat dit na schooltijd gebeurt, komen deze problemen vaak de school in. Hoe gaan we hiermee om als school?

### Wat is cyberpesten?

Cyberpesten is digitaal pesten. Dit kan op vele manieren gebeuren. Op bijvoorbeeld facebook,

whats app of instagram. Er kunnen ‘haat’berichtjes gestuurd worden naar een ander, soms kunnen die die iedereen gelezen worden. Ook kunnen kinderen buitengesloten worden of er worden foto’s van elkaar doorgestuurd.

### Hoe kun je dit voorkomen?

Bewustwording van cyberpesten is en wat dit voor iemand kan betekenen is hierbij van groot belang. Daarom zullen er jaarlijks in de ouderkamer bijeenkomsten worden gegeven door bureau HALT, hierin zal centraal staan hoe ouders met de sociale media en hun kind om kunnen gaan.

Daarnaast zullen er lessen verzorgd worden in de klas over wat cyberpesten is, hoe je het kan voorkomen en wat je hiertegen kan doen. Hieronder wat voorbeelden die besproken worden:

* Deel nooit privégegevens, zoals naam, adres, telefoonnummer of de naam van je school.
* Verzin (samen) een goede nickname.
* Scherm het profiel zoveel mogelijk af; ‘alleen voor vrienden’ is de beste optie.
* Plaats alleen neutrale foto’s (geen sexy foto’s) of beter nog helemaal geen foto’s waarop je gezicht herkenbaar is.
* Wees selectief in het accepteren van een vriendschapsverzoek.
* Verwijder onbekende mensen uit je vriendenlijst.
* Houd wachtwoorden en inloggegevens altijd geheim: ook voor je beste vriend(inn)en.
* Niet schelden en geen mensen kwetsen, dat zou je in het echt ook niet doen.
* Heb je iets vervelend gezien of meegemaakt? Vertel het aan iemand die je vertrouwt, bv. een ouder, buurvrouw of leerkracht.

### Hoe ga je om met cyberpesten op school?

Hetzelfde als het pestprotocol, maar let erop dat als er mensen van buiten de school mee gemoeid zijn, je er niks aan kunt doen.

Alle berichten bewaren en aangifte doen is de beste tip die je dan mee kan geven.

# Wat als er wel gepest wordt?

Ondanks alles wat er al gebeurt om pesten te voorkomen, kan het zijn dat er kinderen worden gepest. Wat kan je doen als leerkracht? Hoe schakel je ouders in? En wat moet je verder?

In het volgende hoofdstuk staan wat tips om gesprekken te voeren met zowel de pester als de gepesten.

Daarnaast hebben we het gedragsprotocol dat we volgen als er wel wordt gepest.

Deze kan je vinden in bijlage 1.

**Help de gepeste:**

Spreek in vertrouwen met het gepeste kind. Maak niets openbaar tegen de wil van het kind.

Probeer het kind er wel van te overtuigen, dat er IETS moet gebeuren en dat anderen dit dus te weten komen.

Bied steun aan het gepeste kind. Neem het kind zeer serieus.

Vertellen dat het kind moet “terugvechten” is niet nuttig. Het kind is immers duidelijk de zwakkere partij? Zoveel mogelijk negeren is nog het beste, maar maakt de sfeer nog steeds niet veilig.

Bespreek met het kind wat voor hem een oplossing kan zijn.

Spreek met het kind af dat het vertelt wat er aan de hand is, omdat jij niet alles kan zien. Sommige kinderen hebben zeker als ze jonger zijn, het idee dat de juf of meester “alles weet” en dus ook van het pesten weet.

Licht de ouders van het kind in en vraag wat zij gemerkt hebben.

Bespreek of het gepeste kind misschien sociale vaardigheidstraining nodig heeft.

**Help de pester:**

Praat met de pester en kijk of je inzicht kunt krijgen in de gedachte achter het pesten. Hoe lastig misschien ook: beschuldig het kind niet.

Leg uit hoe een gepest kind zich voelt en welke gevolgen pesten kan hebben. Vaak realiseren kinderen zich dit niet!

Leg aan het kind uit, dat het pesten moet stoppen en hoe jij daarmee aan de slag gaat.

Licht de ouders van het kind in. Hebben zij iets gemerkt van het pesten? Maak ook hen duidelijk dat het pesten moet stoppen en wat jij gaat doen om dit voor elkaar te krijgen.

Bekijk of het kind sociale vaardigheidstraining nodig heeft.

Benoem duidelijk de eventuele consequenties voor de pester als het pesten niet stopt.

Maak een vervolg afspraak om te bekijken hoe het dan gaat.

In gesprek met de meelopers en buitenstaanders: de rest van de klas dus.

Vertel aan je groep dat er in de klas gepest wordt. Dat zal geen verrassing zijn.

Bespreek klassikaal de verschillende rollen in het pestproces (zie boven). Leg ook uit dat pesters vaak zelf problemen hebben en niet altijd “slechte kinderen” zijn.

Maak goed duidelijk dat buitenstaanders/wegkijkers die van het pesten weten en niets doen eigenlijk even schuldig zijn.

Prijs (in het algemeen) kinderen die de moed hebben voor de gepeste op te komen en vertel dat een hele groep SAMEN het pesten van een enkele pester kan stoppen.

Leg uit dat komen vertellen dat iemand gepest wordt absoluut geen klikken is.

Maak goed duidelijk dat jij niet alles kan zien en dat hun hulp hierbij belangrijk is.

Bedenk met de klas wat ze kunnen doen om pesten tegen te gaan. Houd ook dit algemeen en laat geen namen noemen.

Moedig kinderen aan om hun mening over pestgedrag te geven. De meeste kinderen zijn namelijk gewoon tegen pesten. Als veel kinderen zich tegen pesten uitspreken, maakt dat anderen duidelijk dat ze niet alleen staan in hun afkeuring hiervan.

Stel dat je klas geen oplossingen kan (of wil) geven: zeg dan dat je morgen op de zaak terugkomt, omdat het zeer belangrijk is dat zij met zijn allen oplossingen verzinnen.

Maak duidelijk dat jij pesten nooit tolereert en dat je alles zult doen om pesten te bestrijden en te voorkomen. Jouw besliste houding in deze is zeer belangrijk!

Vertel de groep dat je de directie van de school op de hoogte brengt en mogelijk ook sommige ouders. Doe dit ook echt. Het geeft aan hoe belangrijk jij het vindt dat het pesten stopt.

Vertel dat je over een paar dagen op de zaak terugkomt, om te kijken hoe het gaat.

Denk niet dat het pesten hierna over is. Pestgedrag heeft de neiging terug te komen. Evalueer na 6 weken wéér met zijn allen hoe het nu gaat. Blijf alert!

**In gesprek met de meelopers en buitenstaanders: de rest van de klas dus.**

Vertel aan je groep dat er in de klas gepest wordt. Dat zal geen verrassing zijn.

Bespreek klassikaal de verschillende rollen in het pestproces (zie boven). Leg ook uit dat pesters vaak zelf problemen hebben en niet altijd “slechte kinderen” zijn.

Maak goed duidelijk dat buitenstaanders/wegkijkers die van het pesten weten en niets doen eigenlijk even schuldig zijn.

Prijs (in het algemeen) kinderen die de moed hebben voor de gepeste op te komen en vertel dat een hele groep SAMEN het pesten van een enkele pester kan stoppen.

Leg uit dat komen vertellen dat iemand gepest wordt absoluut geen klikken is.

Maak goed duidelijk dat jij niet alles kan zien en dat hun hulp hierbij belangrijk is.

Bedenk met de klas wat ze kunnen doen om pesten tegen te gaan. Houd ook dit algemeen en laat geen namen noemen.

Moedig kinderen aan om hun mening over pestgedrag te geven. De meeste kinderen zijn namelijk gewoon tegen pesten. Als veel kinderen zich tegen pesten uitspreken, maakt dat anderen duidelijk dat ze niet alleen staan in hun afkeuring hiervan.

Stel dat je klas geen oplossingen kan (of wil) geven: zeg dan dat je morgen op de zaak terugkomt, omdat het zeer belangrijk is dat zij met zijn allen oplossingen verzinnen.

Maak duidelijk dat jij pesten nooit tolereert en dat je alles zult doen om pesten te bestrijden en te voorkomen. Jouw besliste houding in deze is zeer belangrijk!

Vertel de groep dat je de directie van de school op de hoogte brengt en mogelijk ook sommige ouders. Doe dit ook echt. Het geeft aan hoe belangrijk jij het vindt dat het pesten stopt.

Vertel dat je over een paar dagen op de zaak terugkomt, om te kijken hoe het gaat.

Denk niet dat het pesten hierna over is. Pestgedrag heeft de neiging terug te komen. Evalueer na 6 weken wéér met zijn allen hoe het nu gaat. Blijf alert!

**In gesprek met de ouders van de pester:**

Ouders zullen vaak even verbaasd zijn over het pesten als jij. Ze zullen misschien als eerste reactie wel ontkennend reageren dat hun kind een pester is. Het kan zijn dat ze gaan uitleggen hoe het gepeste kind het uitlokt, enz. Dat is een begrijpelijke reactie. Er zijn niet heel veel ouders die hun kind proberen op te voeden tot pester en nu juichend zullen reageren omdat het gelukt is. Als gedurende het gesprek blijkt dat hun kind toch echt een pester is, zullen de meeste ouders bereid zijn mee te werken om dit gedrag te stoppen.

Probeer het gesprek constructief te houden. Kinderen maken fouten, ze moeten er van leren.

Zoek samen met de ouders (en eventueel het kind) naar een goede oplossing. Alleen maar blijven zeuren over het gebeurde lost het probleem namelijk niet op. Laat de pester excuses maken aan de gepeste, eventueel met de ouders erbij. Let er op of het gemeende excuses zijn. Er zijn ook kinderen die heel “makkelijk” sorry kunnen zeggen. Bij [Kanjertraining](http://www.kanjertraining.nl/) laten de trainers meiden die ruzie hadden of pestten, elkaar omhelzen. Als ze elkaar niet “echt”omhelzen, geeft dit vaak aan dat de strijd geenszins over is.

Bespreek wat de consequenties zijn als het pestgedrag weer terug komt.

Spreek af dat je over een week weer contact opneemt om te vertellen hoe het gaat en om te horen of zij iets gemerkt hebben.

Als er ouders zijn die afwijzend blijven reageren, de schuld bij andere kinderen leggen of vinden dat een geintje op zijn tijd moet kunnen, is het goed om het gesprek te beëindigen.

Vertel hen dat je gaat overleggen met de directie hoe dit verder moet gaan, omdat je niet tevreden bent met dit gesprek.

In het pestprotocol van de school staan er vast stappen die er nu ondernomen moeten worden.

In gesprek met de ouders van het gepeste kind:

Misschien wisten deze ouders al wat er aan de hand was. Het kan zijn dat zij een gedragsverandering bemerkten bij hun kind, dat het misschien niet naar school wilde, enz. Misschien zijn deze ouders zelf wel naar je toe gekomen.

Vertel aan hen wat je bemerkt hebt.

Leg uit welke stappen je al ondernomen hebt en welke stappen je nog gaat volgen. Duidelijkheid is belangrijk. Ouders mogen niet de indruk krijgen dat de school niets aan het probleem doet!

Spreek af dat je over een week weer contact hebt.

# Handreiking gesprekken leerlingen, ouders en leerkrachten.

Preventief:

* Kringgesprek gedurende de week
* Bij –niet-pluis-gevoel- gesprek aangaan met de leerling
* Oudergesprekken (kennismaking)

Gesprekken met kinderen

Actief luisteren

Open vragen stellen

Niet oordelen en veroordelen

Samen tot oplossingen komen (lijstje maken van oplossingen)

Specifiek

De gepeste:

* Wat is er gebeurd (actief luisteren)
* Open vragen stellen
* Welke gedrag stoort de gepeste (omschrijven)
* Samen tot oplossingen komen
* Eventueel ouder(s) inlichten, als de gepeste dit wil
* Keuze van oplossing
* Rustige plek om te praten
* Vervolgafspraak maken
* Samen een verslag maken van afspraken

Vermijd vragen die gaan over andere kinderen. Geen roddelsfeer

De Pester

* Doel van het gesprek
* Benoemen van het gedrag van de pester
* De pester benoemt zelf zijn/haar gedrag
* Het gevolg daarvan
* Wat vindt de leerkracht ervan en de grens aangeven wat wel en niet kan. De leerling niet afwijzen.
* Blijkt dat tijdens het gesprek of in het vervolg de pester niet verandert dan hebben vervolggesprekken niet zo’n zin en volgen er sancties (gedragsprotocol)
* Ook hier actief luisteren

Oudergesprekken

* Doel van het gesprek
* Open vragen stellen
* Actief luisteren
* Eventueel vervolgafspraken (al dan niet met een huisbezoek)