



Anti-pestprotocol

Paulusschool Abcoude

18 april 2024

Anti-pestprotocol

Op iedere school wordt gepest, ook op onze school. We vinden pesten een probleem, zien dit onder ogen en willen dit probleem serieus aanpakken. In dit protocol staat beschreven hoe we dat doen.

Wat verstaan we onder pesten?

Pesten is gedrag waarbij iemand herhaald en gedurende langere tijd door anderen benaderd wordt op manieren die leiden tot fysieke verwonding en/of psychisch lijden. Dit kan variëren van woordgrapjes tot structureel geweld en afpersing. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend.

Pesten is iets anders dan plagen. We noemen het plagen als de leerlingen aan elkaar gewaagd zijn: de ene keer doet de één iets onaardigs, een volgende keer is het de ander. Het is een spelletje, misschien niet altijd leuk, maar nooit echt bedreigend. Bovendien duurt het nooit lang. De rollen zijn wisselend. Door elkaar te plagen leren kinderen om met conflicten om te gaan. Het hoort bij het groot worden. Als de geplaagde het niet meer kan hanteren en er een ongelijke machtsverhouding ontstaat die bedreigend is, spreken we over pesten.

Wat doen we om pesten te voorkomen?

Op de Paulusschool proberen we een pedagogisch klimaat te creëren waarin pesten niet wordt getolereerd. Iedereen is welkom en mag zijn wie hij/zij is. Pesten kun je alleen stoppen als de groep erbij betrokken wordt. Er moet een klimaat in de groep ontstaan waarin leerlingen niet bang zijn om elkaar aan te spreken op ongewenst gedrag. Om dat klimaat te bevorderen hebben we de volgende maatregelen genomen.

De gouden weken

- De eerste drie weken van het schooljaar worden bewust gebruikt om te werken aan positieve groepsvorming. Er is namelijk gebleken dat de start van het schooljaar heel belangrijk is voor de sfeer in de groep de rest van het schooljaar. Ze worden ook wel “De gouden weken” genoemd. Een nieuw lokaal, een nieuwe leerling en vooral een nieuwe leerkracht kan een heel nieuwe groepsdynamiek veroorzaken, ondanks dat de jaargroep bij elkaar blijft.
- In de groep worden veel energizers en spelletjes gedaan waarin de leerlingen elkaar beter leren kennen en waarderen. De leerlingen moeten zich veilig voelen om het schooljaar samen aan te gaan.
- Iedere leerkracht houdt een individueel gesprekje met iedere leerling waarbij zij aan de hand van een door de leerling ingevuld formulier de tijd neemt om echt kennis te maken met ieder kind uit zijn/haar klas.
- De drie schoolregels (zie volgende paragraaf) worden klassikaal besproken en met de leerlingen op een positieve manier ingevuld met regels voor dat schooljaar.
- We sluiten de periode af met een Pauluspodium, waarbij elke groep zich presenteert aan de rest van de school.

Na de kerstvakantie is er in de eerste zilveren weken eveneens extra aandacht voor groepsvorming. De drie regels worden nog eens herhaald en er worden weer extra energizers gedaan.

Drie basisregels voor de hele school

We hanteren door de hele school dezelfde drie basisregels:

1. Wat ik doe is goed voor de groep.
2. Ik doe mijn werk zo goed als ik kan.
3. Ik zorg goed voor de school, het lokaal en de spullen.

Deze regels hangen duidelijk zichtbaar in alle lokalen. Dit geeft duidelijkheid en rust.

Het uitgangspunt is door de hele school hetzelfde.

Methodes

Door de hele school gebruiken we de methode “**Kinderen en hun sociale talenten**”.

Dit is een methode om de sociale vaardigheden van leerlingen te vergroten aan de hand van verhalen, voorbeelden en spelletjes. Daarnaast sluit onze methode voor levensbeschouwing “**Hemel en aarde**” vaak aan bij de thema’s die spelen. Tenslotte wordt in de hele school “**Rots en water**” gegeven door Nanouska de Jong en Christa Schinkel. In de bijlage staat het beleidsplan Rots en water.

In de onderbouw wordt regelmatig gebruik gemaakt van **prentenboeken** om sociale en emotionele situaties en vaardigheden te bespreken.

Verder wordt er gedurende het schooljaar uiteraard regelmatig aandacht besteed aan situaties die zich voordoen en zich lenen voor het bespreken van hoe je met elkaar omgaat en hoe niet.

Meidenvenijn

In groep 6 begeleiden de contactpersonen het programma Meidenvenijn. Meidenvenijn is een project dat is opgezet om het pesten tussen meisjes onderling te voorkomen en zo nodig te stoppen. In groep 6 gaan kinderen meer op zichzelf reflecteren en beseffen ze welke rol zij kunnen spelen in een groepsproces. De contactpersonen komen afhankelijk van het gesignaleerde gedrag 3 tot 6 keer in de klas. Indien de situatie daarom vraagt kan het voorkomen dat een les ook gegeven wordt in groep 5 of 7.

Meisjes pesten anders dan jongens. Jongens pesten over het algemeen op een directe en fysieke manier. Meisjes verweven het pestgedrag in hun sociale relaties: door te roddelen over het slachtoffer, door buitensluiten en isoleren, negeren en afwijzen. Dit gebeurt heel geraffineerd vaak buiten het gezichtsveld van volwassenen. Dit onzichtbare gedrag kan jarenlang voortduren en zelfs tot op latere leeftijd onherstelbare schade aanrichten. Het project doen wij alleen met de ‘meiden’. De groepsleerkracht doet in de tussentijd een activiteit die past binnen sociale vaardigheden met de jongens.

Weerkrachtig training (voorheen Marietje Kessels)

Eén keer in de twee jaar wordt in groep 7 en 8 een weerkrachtig training gegeven. Dit is een preventief weerbaarheidsproject. Dat betekent dat het project niet pas wordt ingezet op het moment dat er een probleem is, maar dat het uitgevoerd kan worden in iedere groep 7 en 8, ter voorkoming van vormen van machtsmisbruik binnen de groep.

Op de Paulusschool doen wij dit ook omdat wij in elke jaarlaag maar een groep hebben.

Daarom is het soms moeilijk om de groepsdynamiek te veranderen. Tijdens dit project wordt

er apart met de jongens en de meisjes gewerkt en staat veiligheid voorop. Kinderen worden bewust gemaakt van hun rol binnen de groep en of ze daar tevreden mee zijn of willen veranderen. Wij huren voor dit project trainers in via de gemeente.

Groepsgeluk

Sinds schooljaar 2023-2024 zijn wij ook begonnen met het inzetten van “GroepsGeluk” in de klas. Met GroepsGeluk - systemisch werken in de klas - maak je de dynamiek van de groep zichtbaar middels houten poppetjes, picto's, symbolen en ander klein materiaal op tafel. Hierdoor krijgen zowel de groepsleider als de leerlingen inzicht in de processen die spelen in de groep.

Door de dynamiek zichtbaar te maken kunnen we de kinderen laten ervaren dat zij zelf onderdeel uitmaken van de groep en wat hun rol is binnen de groep en wat zij daar voor invloed op hebben.

Uitgangspunten van groepsgeluk zijn:

- Er is een duidelijk kader
- Iedereen hoort erbij
- Iedereen heeft zijn eigen plek
- Er is een balans tussen geven en nemen
- Ieder draagt zijn eigen lot

Door met GroepGeluk te werken haal je het groepsgevoel naar boven waardoor verbinding ontstaat. Er is een gemeenschappelijk doel: een klas waarin iedereen zich gelukkig voelt.

Wat als er toch pestenesignaleerd wordt?

Met de leerlingen hebben we het volgende afgesproken:

Als je gepest wordt of ziet dat er gepest wordt zeg je duidelijk dat het moet stoppen.

Als dat niet werkt ga je naar de eigen juf of meester. Die zal een gesprek aangaan met de betrokken leerlingen en dan afspraken maken.

De leerkracht overlegt indien nodig met de contactpersonen.

Als het pesten dan nog niet stopt, doe je een briefje in de brievenbus van de contactpersonen op onze school. Die brievenbus hangt in de gang. De contactpersonen zullen dan zo snel mogelijk contact opnemen met degene die het briefje stuurt. Daarna zullen in overleg gesprekken plaatsvinden met betrokkenen en daarna maatregelen genomen worden.

Als ouders een vermoeden hebben dat er gepest wordt kunnen zij ook contact opnemen met de leerkracht of de contactpersonen.

Wat zijn de maatregelen?

We gaan altijd eerst in gesprek met de betrokken leerlingen. Naar aanleiding van die informatie wordt gekeken hoe ernstig het is. Als het echt om pesten gaat worden betrokken ouders ingelicht. Zij kunnen hun kinderen dan ondersteunen en zijn op de hoogte.

Vervolgens wordt het team op de hoogte gebracht zodat er tijdens de vrije momenten op de gang en op het plein extra opgelet wordt. We maken duidelijke afspraken met de leerlingen en de groep waarin ze zitten dit alles om herhaling te voorkomen. Indien nodig volgt er voor

de groep een project over pesten. Na een korte periode wordt gecheckt of het pesten echt gestopt is.

Cyberpesten

In geval van pesten via het internet worden altijd de ouders op de hoogte gebracht. De school krijgt soms signalen, maar het pesten gebeurt dan vanuit een thuissituatie. Ouders kunnen dan met hun kinderen meekijken en maatregelen nemen. We praten er wel over met de leerlingen. De gevolgen zijn immers ook vaak merkbaar in de klas. We wijzen ze erop dat online dezelfde regels gelden als offline. Net als in het echte leven is iedereen goed zoals hij/zij is en behandelen we elkaar met respect. We leggen ze uit dat schelden via de computer nog veel erger kan zijn dan in het echt omdat het blijft staan en vaak door anderen gelezen kan worden. Ook lichten we de leerlingen voor over internet gebruik en misbruik. Dat doen we jaarlijks middels lessen mediawijsheid die we door externe experts laten geven. In de groepen 5 t/m 8 worden 3 lessen gegeven door de experts van Digiwijzer. (<https://digiwijzer.nl/>) De onderwerpen worden elk jaar in overleg opnieuw vastgesteld.

Contactpersonen

De interne contactpersonen zijn Nanouska de Jong en Brigitte Kuipers.

De externe contactpersonen zijn Angela Groen of Hans van Holland (CED-groep, 010-4071599).

Bijlage 1: beleidsplan Rots en water

Waarom wilden we een programma?

Op de Paulusschool doen we met de meiden in groep 6 het programma “ Meidenvenijn”. We zochten daarnaast een programma wat ook geschikt is voor jongens. Omdat jongens een andere ontwikkeling doormaken (jongensgedrag, meer testosteron, veel bewegen). We wilden een programma dat geschikt is voor zowel jongens als meiden. En daarbij zijn we uitgekomen bij Rots en Water.

De trainers op de Paulusschool zijn: Nanouska de Jong en Christa Schinkel. Zij geven de lessen samen met de leerkracht. We hebben hiervoor gekozen omdat elke lesgegeven moet worden door 2 trainers of 1 trainer en een leerkracht. Dit is een verplichting. Op school hebben we gekozen voor een trainer + een leerkracht om de volgende reden:

De trainer geeft de les en de leerkracht doet mee, staat de trainer bij als het gaat over kennis van de leerling en kan kinderen soms net een stukje meer veiligheid bieden wat prettig is in de les. Hierdoor staan kinderen meer open en leren ze meer.

De leerkracht kan en mag vervolgens de aangeboden activiteiten in de klas herhalen. Dit geeft de kinderen nog meer oefentijd.

Wat is Rots en Water?

Rots staat symbool voor sterk, onverzettelijk en principieel. Water staat voor communicatie, meegaan in de beweging en flexibiliteit. De Rots en Water training leert je soms sterk te zijn als een rots en soms zacht (meegaand) als water. Je leert om hier een balans in te vinden. Door lichamelijk de verschillen tussen Rots & Water te ervaren, leer je ook op een andere manier te praten over wat jij wilt.

Het programma richt zich op bewustwording van je eigen kracht en mogelijkheden en het vermogen om met andere mensen samen te spelen, samen te werken en samen te leven. Binnen de training wordt de nadruk gelegd op het (her-) kennen van deze "eigen kracht" en de kracht van anderen. Daarnaast richt de training zich op het inzicht dat kinderen in elke sociale situatie zelf keuzes kunnen maken in eigen handelen en verantwoordelijk zijn voor hun eigen keuzes.

Opbouw programma

Het programma is gebouwd als een huis: “ het Rots en Water “-huis.

Het huis is gegrondvest op drie stenen en opgebouwd rondom de thema's veiligheid- integriteit- verbondenheid en spiritualiteit:

- Zelfbeheersing
Energie leren richten en beheersen
- Zelfreflectie/ evaluatie
Nadenken over eigen handelen
- Zelfvertrouwen
Leidt tot een sterk gevoel van eigenheid. Ik weet wat ik kan en wil

Het huis bestaat uit 5 verdiepingen

- Veiligheid.
Hoe kan ik ruzie voorkomen door mijn opstelling en zelfbeheersing.
Rots opstelling- wateropstelling.
- Assertiviteit
Omgaan met moeilijke situaties.
Hoe stel ik mij op, in een conflict, woordenwisseling, meningsverschil.
- Communicatie.
Aandacht voor de lichaamstaal, intuïtie en ontwikkelen van grensbewustzijn.
Respecteren, stellen en verdedigen van je eigen grenzen en de grenzen van anderen.
- Innerlijk kompas.
Kinderen leren om zelf keuzes te maken en antwoorden te vinden.
- Verbondenheid en spiritualiteit.
De weg van je hart volgen en leren zien dat mensen met elkaar verbonden zijn.



Invulling lessen

Rots en Water is een actieve training waarbij vooral 'doen' en 'ervaren' centraal staan.

We oefenen Rots en Water via oefeningen, dramaspelletjes en rollenspellen. De onderwerpen die in een Rots en Water-training uitvoerig aan bod komen zijn:

- * Stevig staan, rustig ademen en concentreren
- * Het herkennen en aangeven van grenzen
- * Een bewuste keuze maken en daar aan vast houden (een Rotskwaliteit)
- * Je verplaatsen in een ander, vriendschap en verbondenheid (een Waterkwaliteit)
- * Jezelf zijn in contact met anderen

- * Voor anderen opkomen
- * Concentratie en focus

Doelstellingen

- Kinderen bijstaan in hun ontwikkeling naar volwassenheid.
- Ontwikkelen van zelfvertrouwen, zelfkennis en zelfrespect, grensgevoel en zelfgevoel en intuïtie.
- Ontwikkelen van de moraliteit. Respect voor anderen.
- Leren omgaan met macht, kracht en onmacht.

Voorbeelden van individuele doelstellingen



Frequentie

We starten het schooljaar met een gezamenlijke rots-en-waterdag. Op deze dag begeleidt groep 8 een groepje van ongeveer 8 leerlingen die vervolgens ongeveer 27 rots-en-wateroefeningen gaan uitvoeren.

Daarnaast hebben ze het volgende aantal lessen:

Groep 1-2: 5 lessen per jaar van 20-30 min	Gegeven door Christa Schinkel
Groep 3-7: 8 lessen van 45 min	Gegeven door Nanouska de Jong.
Groep 8: 6 lessen van 45 min	Gegeven door Nanouska de Jong.

- In het schooljaar dat de groepen 7 en 8 weerbaarheidstraining krijgen komen de rots-en-waterlessen te vervallen.
- De lessen worden gegeven in de speelzaal.