



Richtlijn pesten

de Wijnberg Onderwijsexpertise SO-VSO

Versie juni 2018

Inhoudsopgave

Inleiding

Pagina 3 en 4

- Visie van onze onderwijsexpertise op pesten
- Definitie en aspecten van pesten
- Vormen

De preventieve aanpak

Pagina 5

- Binnen de units van het SO
- Binnen de unit van het VSO

De directe (curatieve) aanpak

Pagina 6 en 7

- Actiepunten bij pesten
- Het breder gesprek
- Begeleiding van de gepeste leerling
- Begeleiding van de pestende leerling
- Indien de melding binnen komt via ouder/verzorger
- Adviezen aan ouders/verzorgers van gepeste leerling
- Adviezen aan ouders/verzorgers van pestende leerling
- Adviezen alle andere ouders/verzorgers

Achtergrondinformatie

Pagina 8 en 9

- Gevolgen van pesten
- Risicofactoren voor pesten
- Signalen bij pesten
- De gepeste leerling
- De pestende leerling
- De meelopers en andere leerlingen

Bronvermelding

Pagina 10

Inleiding

Een substantieel deel van de schoolgaande kinderen wordt gepest of pest zelf. In Nederland wordt 16-27% van de kinderen gepest. Op de leeftijd van 8-11 jaar komt pesten het meest voor. Meer jongens dan meisjes pesten of worden gepest, vooral op jonge leeftijd.

Direct (fysiek) pesten komt meer voor bij jongens, indirect pesten door roddelen en het manipuleren van vriendschappen komt ongeveer evenveel voor bij jongens als bij meisjes.

De Wijnberg heeft het Plan voor Veiligheid, Gezondheid en Milieu opgesteld. De richtlijn pesten maakt onderdeel uit van dit brede plan.

Deze richtlijn pesten is gericht op de preventie, signalering, diagnostiek, begeleiding, behandeling en verwijzing bij pesten. De richtlijn richt zich zowel op kinderen en jongeren die gepest worden als op de kinderen en jongeren die pesten in de leeftijd van 4-18 jaar. We streven ernaar via samenwerking met diverse partijen het probleem van het pestgedrag van kinderen en jongeren aan te pakken en daarmee het geluk, de veiligheid, welzijn en welbevinden van de leerlingen te verbeteren.

Als onderwijsexpertise zien wij pesten als een serieus probleem en werken ter voorkoming en bestrijding ervan samen met de volgende zes partijen:

- Ouders/verzorgers
- De totale unit van leraren en onderwijsassistenten
- Pestende leerling(en)
- Gepeste leerling
- De rest van de klas
- De zorginstantie (Mutsaersstichting)

Visie van onze onderwijsexpertise op pesten

- Pesten zien wij als een wezenlijk en groot probleem. Pestgedrag is (zeer) schadelijk voor leerlingen, zowel voor de slachtoffers als voor de pesters. De omvang en zwaarte van het probleem leiden tot de noodzaak van een aanpak door alle opvoeders van kinderen en jongeren, in het bijzonder de ouders/verzorgers en de leraren.
- Onze medewerkers willen een passend en afdoend antwoord vinden op het probleem pesten. Daarbij vindt de Wijnberg het essentieel te werken met en vanuit een effectieve samenwerking tussen zorg en onderwijs, ouders/verzorgers, de unitmedewerkers en de betrokken leerlingen.
- Wij hanteren hierbij de volgende afspraken:
 - Bewust maken en houden van de leerlingen van het bestaan en de zwaarte van het probleem;
 - Voorlichting aan de ouders/verzorgers van onze leerlingen;
 - Beschikbaarheid van unitmedewerkers, contactpersonen, klachtenprocedure en de vertrouwenspersoon;
 - Beschikbaar stellen van toegankelijke en goede informatie over het probleem pesten, voor leerlingen, unitmedewerkers en ouders/verzorgers;
 - Gerichte professionalisering van onze medewerkers, zoals studiedagen (ortho)pedagogische opdracht, leerlijn sociaal-emotionele ontwikkeling, aanschaf boeken en materialen gericht op dit thema.

Definitie en aspecten van pesten

In deze richtlijn wordt de volgende definitie van pesten gehanteerd:

“Kinderen worden gepest als ze door één of meer leeftijdsgenoten bewust en stelselmatig worden beschadigd door negatieve acties waarbij de macht ongelijk verdeeld is en het slachtoffer zich meestal niet kan verdedigen. Het is een negatieve actie als iemand opzettelijk iets of ongerief aanbrengt of probeert aan te brengen bij de ander”.

Vormen

We maken onderscheid in de volgende vormen van pesten:

- Direct pesten – ook wel fysiek en verbaal pesten genoemd
Dit zijn openlijke aanvallen op het slachtoffer, zoals slaan, uitschelden, obscene gebaren maken, seksueel getinte opmerkingen roepen, eigendommen afpakken of beschadigen, uitlachen, fysieke of verbale intimidatie, en 'grapjes' met het slachtoffer uithalen.
- Indirect pesten – ook wel relationeel pesten genoemd
Dit zijn aanvallen in de vorm van sociale isolatie, zoals bewust buiten de groep sluiten, roddelen, negeren, persoon voor schut zetten of beledigen, afpersing en voortdurend kritiek uitoefenen.
- Cyberpesten/digipesten – ook wel digitaal pesten genoemd
Dit gebeurt via de computer of de (mobiele) telefoon, zoals negatieve berichten rondsturen over een persoon, per app, sms of e-mail, opbellen en lastig vallen, kwetsende of bedreigende e-mails sturen, bedreigingen of lastig vallen via chatprogramma's, beledigende gegevens of foto's van het slachtoffer op internet plaatsen.

Cyberpesten verschilt van traditioneel pesten. Het is vaak anoniem en de cyberpesters zien de emotionele reactie van het slachtoffer niet. Anonieme cyberpesters zijn moeilijk te identificeren en daardoor is de kans op straf voor hen klein, waardoor ze mogelijk meer en heftiger pesten. Cyberpesten kan de hele dag doorgaan, ook bij het slachtoffer thuis, terwijl traditioneel pesten vaak (maar niet uitsluitend) gebonden is aan school. Cyberpesten staat niet op zichzelf. Cyberslachtoffers zijn bijna altijd in de klas ook slachtoffer op een traditionele manier. Vaak ook van dezelfde leerlingen.

Pesten kan worden gezien als een groepsproces. Veel kinderen zijn niet actief betrokken bij pesten, maar zijn wel getuige van pestgedrag en hun reactie daarop is bepalend voor wat er gebeurt. Zij handelen zodanig, dat pesten in stand wordt gehouden en niet wordt ontmoedigd. Pesten bij kinderen onder de leeftijd van 4 jaar komt weinig voor en leidt zelden tot specifieke hulp- of zorgvragen. Buitensporig agressief gedrag bij kinderen jonger dan 4 jaar geeft waarschijnlijk een grotere kans op pestgedrag op latere leeftijd. Ook een autoritaire opvoedstijl van ouders/verzorgers (met veel straffen en al dan niet met agressief handelen) bij kinderen jonger dan 4 jaar geeft een grotere kans op pestgedrag van deze kinderen op latere leeftijd.

De preventieve aanpak

De Wijnberg hanteert een preventieve aanpak om pesten zoveel mogelijk tegen te gaan. Deze bestaat uit het behandelen van het onderwerp in de units gedurende het schooljaar. Daarnaast stellen we binnen elke unit de gedragsregels vast. Meer informatie hierover is te vinden in het Plan voor Veiligheid, Gezondheid en Milieu.

De school hanteert duidelijke regels voor een goede omgang en de 'Puntjes van de Week' komen aan de orde binnen elke unit. De 'Puntjes van de Week' zijn opgesteld vanuit de leerlijn sociaal-emotionele ontwikkeling.

Als pesten desondanks toch optreedt, verwachten we dat de unitmedewerkers of (mede)leerlingen dit signaleren en hierop adequate actie ondernemen. Wanneer pesten, ondanks alle inspanningen, toch weer de kop opsteekt, beschikt onze school over een directe aanpak (curatief).

Wanneer de Wijnberg het probleem niet of niet op de gewenste manier aanpakt of als dit op een ineffectieve of onjuiste wijze gebeurt of ervaren wordt, dan kunnen de leerlingen en ouders/verzorgers de locatieleider inschakelen.

Wanneer de ouders/verzorgers alsnog een klacht hebben, kunnen zij hun klacht via de klachtenprocedure indienen of contact opnemen met de (externe) vertrouwenspersoon. Informatie hierover is voor alle ouders/verzorgers beschikbaar gesteld via de schoolgids en de website.

In alle units vinden de volgende activiteiten plaats:

Binnen de units van het SO

1. Bespreken van de schoolregels en -afspraken met de klassen.
2. Opstellen klassenregels/-afspraken met de leerlingen.
3. Bij oudergesprekken, via de website en schoolgids wordt aandacht besteed aan pesten en wordt voorlichting gegeven over het Wijnbergbeleid om pesten tegen te gaan.
4. Aandacht voor hetgeen wat wij als Wijnberg doen en wat ouders/verzorgers kunnen doen.
5. In de betrokken- en tevredenheidsonderzoeken worden vragen gesteld over dit thema.
6. In de jaarlijkse monitoring sociale veiligheid wordt de veiligheidsbeleving van onze leerlingen (bovenbouw SO – leerjaar 7 en 8) onderzocht.

Binnen de unit van het VSO

1. Leraren nemen met hun klas de gedragsregels door met de leerlingen.
2. Leraren van alle klassen binnen de unit VSO besteden middels lessen sociale vaardigheden en inzet van de methode burgerschap aandacht aan het thema pesten.
3. Leraren stellen met hun klas een klassencontract op met de belangrijkste omgangsregels en laten leerlingen dit ondertekenen.
4. De unitmedewerkers informeren ouders/verzorgers tijdens de informatieavond hoe zij kunnen handelen wanneer hun kind gepest wordt, andere kinderen pest of behoort tot de 'zwijgende' middengroep.
5. Leraren leveren ouders/verzorgers (individuele) adviezen of verwijzen naar de bepaalde websites met adviezen.
6. In de betrokken- en tevredenheidsonderzoeken worden vragen gesteld over dit thema.
7. In de jaarlijkse monitoring sociale veiligheid wordt de veiligheidsbeleving van onze leerlingen (voor het VSO betreft dit alle leerjaren) onderzocht.

De directe (curatieve) aanpak

Actiepunten bij pesten

De unitmedewerker ziet dat een leerling wordt gepest of de gepeste of medeleerlingen komen het bij hem/haar melden. De volgende actiepunten zetten we in:

1. Er zelf en samen uit proberen te komen. De (gepeste) leerling eerst rechtstreeks terug laten geven aan de pester dat hij het niet leuk vindt en er direct mee moet stoppen. Aanwezige leerlingen ondersteunen de gepeste leerling hierin. De leraar spreekt uit dat pestgedrag niet geaccepteerd wordt binnen de Wijnberg.
2. Als het pesten niet stopt legt de leraar het probleem voor aan een van de unitmedewerkers. Het kan ook zijn dat de medeleerling deze melding doet bij de unitmedewerker. De behandelgroep wordt geïnformeerd.
3. De leraar voert (indien nodig met een collega uit de unit) een gesprek met de leerling die gepest wordt en met de pester. Het is afhankelijk van de situatie of dit met beide leerlingen samen wordt gedaan of dat er met de leerlingen apart wordt gesproken.
4. Bij herhaaldelijke ruzie of pestgedrag neemt de unitmedewerker opnieuw duidelijk stelling en houdt een breder gesprek met beide partijen. Behandelgroep en behandelcoördinator worden geïnformeerd.

Het breder gesprek

In dit gesprek zoekt de leraar (waar mogelijk samen met de behandelgroep), met de pester en de gepeste leerling, uit wat er precies gebeurd is. De pester en de gepeste leerling krijgen beiden de kans hun verhaal te doen. Als blijkt dat de klacht terecht is, maakt de leraar met de beide partijen de volgende afspraken:

- Het gedrag moet direct stoppen;
- De leerlingen maken onderling afspraken over het omgaan met elkaar;
- Eventuele mede-pesters worden door de pester aangesproken om te stoppen.

De leraar brengt de ouders/verzorgers van de pester (telefonisch of face-to-face) op de hoogte van het gesprek, de afspraken en de consequenties bij herhaling. De leraar brengt ook de ouders/verzorgers van de gepeste leerling (telefonisch of face-to-face) op de hoogte van de afspraken. De leraar maakt een notitie in het cliëntvolgsysteem van onderwijs en zorg (Care4) en brengt de overige unitmedewerkers op de hoogte van de gemaakte afspraken.

Na twee tot drie weken voert de leraar een vervolggesprek met pester en gepeste om te zien of iedereen zich aan de gemaakte afspraken gehouden heeft en of het pesten gestopt is. Er wordt opnieuw contact opgenomen met ouders/verzorgers om hen te informeren; indien het pesten niet gestopt is worden ouders/verzorgers van de gepeste leerlingen en ouders/verzorgers van de pester op verschillende momenten op school uitgenodigd voor een gesprek.

Begeleiding van de gepeste leerling

- Medeleven tonen, 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 in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren;
- Zoeken en oefenen van een andere reactie, bijvoorbeeld je niet afzonderen;
- De gepeste leerling in laten zien waarom een kind pest;
- Nagaan welke oplossing de leerling zelf wil;
- Sterke kanten van de leerling benadrukken;
- Belonen en benoemen als de leerling zich anders/beter opstelt;
- Praten met de ouders/verzorgers van de gepeste leerling en de ouders/verzorgers van de pester(s);
- Het gepeste kind niet 'over'beschermen. Hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie, waardoor het pesten zelfs toe kan nemen.

Begeleiding van de pestende leerling

- Praten; zoeken naar de reden van het ruzie maken of pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen);

- Laten inzien 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;
- Kind leren om niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de 'stop-eerst-nadenken-houding' of een andere manier van gedrag aanleren;
- Contact tussen ouders/verzorgers en school; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind; wat is de oorzaak van het pesten?;
- Zoeken van een sport of club; waar het kind kan ervaren dat contact met andere kinderen wel leuk kan zijn;
- Inschakelen hulp; Mutsaersstichting, sociale vaardigheidstrainingen, jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.

Indien de melding binnen komt via ouder/verzorger

- Ouders/verzorgers die zich zorgen maken serieus nemen en uitnodigen voor een gesprek;
- Ouders/verzorgers informeren over peestsituaties, over pesten en over manieren om pesten aan te pakken en te voorkomen en ons beleid hierop;
- Met ouders/verzorgers overleggen over manieren om peestsituaties aan te pakken en welke rol wij als school hier in nemen. Er wordt per situatie ingeschat wat er nodig is, dit wordt afgestemd met het aanspreekpunt pesten.

Adviezen aan ouders/verzorgers van gepeste leerling

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> a) Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind b) Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders/verzorgers van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken c) Pesten op school kunt u het beste direct met de leraar bespreken d) Door positieve stimulering kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen e) Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport f) Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt |
|---|

Adviezen aan ouders/verzorgers van pestende leerling

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> a) Neem het probleem van uw kind serieus b) Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden c) Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen d) Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet e) Besteed extra aandacht aan uw kind f) Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport g) Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind h) Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat |
|--|

Adviezen alle andere ouders/verzorgers

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> a) Neem de ouders/verzorgers van het gepeste kind serieus b) Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan c) Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag. d) Geef zelf het goede voorbeeld e) Leer uw kind voor anderen op te komen f) Leer uw kind voor zichzelf op te komen |
|--|

Achtergrondinformatie

Gevolgen van pesten

De volgende gevolgen van gepest worden zijn bekend:

- Internaliserende problemen zoals depressie, angst, en teruggetrokkenheid;
- Psychosomatische klachten, zoals hoofdpijn, buikpijn, rugpijn, bedplassen, slechte eetlust en slaapproblemen;
- Suïcidedgedachten en suïcidepogingen (met name bij meisjes);
- Een lager zelfvertrouwen;
- Minder plezier in school, vaker afwezig zijn en minder goede schoolprestaties.

De volgende gevolgen en lange termijn effecten bij pesters zijn bekend:

- Ontwikkeling van een antisociale persoonlijkheidsstoornis;
- Psychosomatische klachten zoals hoofdpijn, buikpijn, rugpijn, bedplassen, slechte eetlust, en slaapproblemen;
- Suïcidedgedachten en suïcidepogingen.

Belangrijk is te beseffen dat de invloed van pesten sterk individueel bepaald is. Het ene kind ondervindt meer gevolgen van een bepaalde hoeveelheid en ernst van pesten dan het andere. Suïcidedgedachten en -pogingen in relatie tot pesten en gepest worden, komen pas voor tijdens de middelbare schoolleeftijd. Bij ernstige gevallen van pesten kan sprake zijn van crimineel geweld dat bij de slachtoffers kan leiden tot noodzaak van behandeling voor posttraumatische stressstoornis, en bij de daders mogelijk kan leiden tot justitieel ingrijpen.

Risicofactoren voor pesten

Voor de preventie en signalering van pestgedrag is het van belang om de risicofactoren – van zowel gepeste als pestende kinderen – goed te kennen. Bij de volgende risicogroepen (bewezen d.m.v. wetenschappelijk onderzoek) is het van belang om extra alert te zijn op pestgedrag:

- Angstige, depressieve, of teruggetrokken en verlegen kinderen
- Kinderen met overgewicht of obesitas
- Kinderen met ADHD
- Motorisch onhandige kinderen
- Kinderen die stotteren
- Kinderen met een stoornis in het autistisch spectrum
- Homoseksuele jongeren
- Daarnaast lopen kinderen die afwijken van het gemiddelde, opvallen of kwetsbaar lijken (sociaal kwetsbare kinderen) meer risico om gepest te worden.

Uit de literatuur zijn ook een aantal beschermende factoren bekend. Het hebben van vrienden, warmte binnen het gezin en een positieve thuissituatie kunnen een beschermende werking hebben tegen de negatieve emotionele gevolgen bij kinderen die worden gepest.

Signalen bij pesten

- Altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- Briefjes doorgeven
- Beledigen
- Opmerkingen maken over kleding, uiterlijk, kapsel
- Isoleren
- Buiten school opwachten, slaan of schoppen
- Op weg naar huis achterna rijden
- Naar het huis van het slachtoffer gaan
- Bezittingen afpakken
- Schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer

De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dat kan met hun

uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen te maken hebben. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties. Leerlingen die gepest worden doen vaak andere dingen of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten: ze bespelen een ander instrument, doen een andere sport, zijn heel goed in bepaalde vakken of juist niet.

Een kind dat wordt gepest, praat er thuis niet altijd over. Redenen hiervoor kunnen zijn:

- Schaamte
- Angst dat de ouders/verzorgers met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt
- Het probleem lijkt onoplosbaar
- Het idee dat het niet mag klikken.

De pestende leerling

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Zij zijn of lijken populair maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken. Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig want het slachtoffer vraagt er immers om gepest te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken.
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas
- Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school; een docent is autoritair en laat op een onprettige wijze blijken dat hij de baas is. Dergelijke spanningen kunnen op een zondebok worden afgereageerd.
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau)
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid).

De meelopers en andere leerlingen

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar 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. De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen.

Bronvermelding

Deze richtlijn is tot stand gekomen met behulp van informatie vanuit de volgende instanties:

- Europees expertisecentrum voor veiligheid (E2V2)
- Werkmodel de Vijfsporenaanpak, drs. B. van der Meer
- VO Raad
- PO Raad
- Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ)
- Nederlands Jeugd Instituut (NJI)
- Pestweb
- Pesten.net