Pestprotocol.

Wanneer spreken we over pesten of plagen?

|  |  |
| --- | --- |
| Plagen:* is spontaan, grappig bedoeld, en niet tégen de ander gericht
* is eenmalig of tijdelijk
* speelt zich af tussen ‘gelijken’
* is meestal wel te verdragen en soms grappig (maar kan ook onbedoeld kwetsend zijn)
* wie plaagt ligt niet vast, de partijen wisselen

Pesten:* is berekenend: de pester wil iemand kleineren of kwetsen, wil zijn eigen status verhogen
* systematisch en langdurig
* ongelijke strijd tussen machtige pestkop en vaak vriendelijk slachtoffer
* pesten doet pijn, is kwetsend en ook als zodanig bedoeld
* meestal een groep (pestkop, meelopers en supporters) tegenover één geïsoleerd slachtoffer
* vaak een vaste structuur: wie pest en wie het slachtoffer is staat vaak van te voren vast, de pester heeft vaak medestanders
 |  |

Dit pestprotocol heeft als doel:

***“ Alle kinderen moeten zich in hun schoolperiode veilig kunnen voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen”***

Door regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken.

Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met plezier naar school te gaan!

Pesten op school

Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Pestgedrag in een groep kan iets zeggen over het functioneren van de groep. In een negatieve groep wordt dan een zondebok gezocht en als bliksemafleider gebruikt om frustraties op af te reageren. Het pesten van de zondebok geeft dan aan de overige leden van de groep de beste garantie om niet zelf gepest te worden. Soms is er sprake van meerdere zondebokken in een groep. Pesten is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aan willen pakken.

Helaas wordt pesten vaak pas bemerkt wanneer het al in volle gang is. Pesten gebeurt stiekem en het slachtoffer durft dit meestal niet te melden. De angst om te ‘klikken’, het teleurstellen van de ouders/opvoeders en schaamte zijn de grootste obstakels. Hierdoor wordt pesten meestal te laat gemeld. Een preventieve opstelling is daardoor niet altijd gemakkelijk, maar wel wenselijk. Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden, namelijk:

* Pesten moet als probleem worden gezien van alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders;
* De school moet proberen pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar zijn en blijven, samen met de kinderen worden regels vastgesteld;
* Als pesten zich voordoet, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen tegen het pesten;
* Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet de school beschikken over een directe aanpak;
* Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan is de inschakeling van een vertrouwenspersoon nodig. De interne vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren;
* Op iedere school is een vertrouwenspersoon aangesteld. Op de website van school: [www.so4-dewindroos.nl](http://www.so4-dewindroos.nl), kunt u zien wie dat op onze school is.

Signalen van pesterijen kunnen o.a. zijn:

* zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot;
* een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven;
* briefjes doorgeven;
* beledigen;
* opmerkingen maken over kleding;
* isoleren en negeren;
* buiten school opwachten, slaan of schoppen;
* op weg naar huis achterna rijden;
* naar het huis van de gepeste gaan;
* bezittingen afpakken;
* schelden of schreeuwen;
* altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen;

Hoe gaan wij op SO4 De Windroos met pesten om?

Leerkrachten en ouders moeten alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen de norm overschrijden. Binnen school wordt een sfeer neergezet waarin pesten door iedereen als ongewenst gedrag wordt aangemerkt. Het pesten moet op een voor alle betrokkenen veilige manier worden opgelost. Kinderen (en volwassenen) dienen te leren om op een andere manier om te gaan met conflicten. Uitgangspunt is de gedachte dat het probleem samen opgelost dient te worden, pesten is een groepsproces. Een gepest kind is net zo ‘anders’ als alle andere kinderen. Om te weten waarom een kind gepest wordt moeten we dan ook naar de pester kijken en weten wat pesten is. Voor zowel het slachtoffer als de dader dient hulp te worden geboden, ook de toeschouwers en “medeweters” die op hun manier een rol vervullen worden in het oplossende proces betrokken. De kinderen en de groep merken dat zij niet in de kou staan en dat zij steun en hulp mogen en kunnen verwachten. Het is school er alles aan gelegen om het pesten te stoppen. Dit doen we onder andere door:

* Een effectieve manier om pesten te stoppen of binnen de perken te houden, is het afspreken van regels met elkaar;
* Aan het begin van elk schooljaar wordt er extra aandacht besteed aan de regels en afspraken en aan het pestprotocol;
* Dit pestprotocol wordt door alle kinderen uit de groep ondertekend;
* Op school willen we regelmatig een onderwerp in de kring aan de orde stellen;
* Onderwerpen als veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in een groep, aanpak van ruzies etc. kunnen aan de orde komen. Andere werkvormen zijn ook denkbaar, zoals; spreekbeurten, rollenspelen, regels met elkaar afspreken over omgaan met elkaar en groepsopdrachten;
* Het voorbeeld van de leerkrachten en de ouders is van groot belang. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar verschillen worden aanvaard en waar ruzies niet met geweld worden opgelost maar uitgesproken. Agressief gedrag van leerkrachten, ouders en de leerlingen wordt niet geaccepteerd. Leerkrachten, ouders en leerlingen horen duidelijk stelling te nemen tegen dergelijke gedragingen;
* Met behulp van de methode ‘Leefstijl’ werkt de leerkracht er het hele jaar aan om de groep positief te laten functioneren. Eigenlijk zijn alle leefstijllessen *impliciet* een weerbaarheidstraining tegen pesten. Tijdens thema vijf van de methode Leefstijl “Iedereen anders, allemaal gelijk”, “cyberpesten” en “jij mag niet meedoen” wordt er *expliciet* aandacht besteed aan pestgedrag. Kinderen worden zich bewust van het feit dat ze allemaal verschillend zijn en leren die verschillen te waarderen. We benadrukken daarnaast dat ieder kind gelijkwaardig is. Ook omgaan met conflicten, voor jezelf opkomen en weerstand bieden aan groepsdruk komen aan de orde.

 Belangrijke regels bij het hanteren van het pestprotocol.

 REGEL 1:

Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken. Vanaf de jongste groep brengen we kinderen dit al bij:

*“Je mag niet klikken, maar……als je wordt gepest of als je ruzie met een ander hebt en je komt er zelf  niet uit dan mag je hulp aan de leerkracht vragen. Dit wordt niet gezien als klikken, maar als hulp vragen.”*

Deze regel geldt natuurlijk ook voor de ouders van alle kinderen.

 REGEL 2:

Een tweede stelregel is dat een medeleerling ook de verantwoordelijkheid heeft om het pestprobleem bij de leerkracht aan te kaarten. Alle leerlingen zijn immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.

REGEL 3:

Samenwerken zonder bemoeienissen:

School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Samen met de leerkracht(en) wordt naar een oplossing gezocht en wordt actie ondernomen.

Onze regels op SO4 De Windroos

1. Iedereen wordt met respect behandeld;
2. Er wordt naar elkaar geluisterd;
3. We blijven van elkaar en van elkaars spullen af;
4. Een ieder wordt in zijn of haar waarde gelaten;
5. Iedereen gedraagt zich beleefd;
6. Iedereen hoort erbij, spelen en werken doen we samen;
7. We denken goed na voor we iets doen;
8. Een ander wordt niet iets aangedaan wat we zelf ook niet prettig vinden;
9. We helpen elkaar;
10. en houden rekening met elkaar.

**Deze regels gelden op school en daarbuiten.**

Toevoeging: Kinderen mogen in hun eigen groep een aanvulling geven op deze vastgestelde schoolregels, in overleg met de leerkracht.

Die aanvulling wordt opgesteld door en met de groep, dit zijn de zgn. groepsregels

De groepsregels zijn zichtbaar in de klas opgehangen.

**De 10 regels worden op een centrale plaats in de school opgehangen.**

Het is school er alles aan gelegen om pestgedrag te voorkomen of te doen stoppen. Daarom zijn er afspraken gemaakt over mogelijke handelingen die ingezet kunnen worden op het moment dat er sprake is van een (dreigende) pestsituatie op school. De genoemde handelingen hoeven niet per se allemaal of in de genoemde volgorde uitgevoerd te worden. Dit is afhankelijk van de concrete situatie. In iedere situatie wordt steeds opnieuw een goede afweging gemaakt wat er op welk moment nodig is.

**Wat doen we als er gesignaleerd wordt (door gepeste leerling zelf, ouders, andere leerling of leerkracht) dat een leerling wordt gepest?**

* De leerkracht brengt de betrokken leerlingen bij elkaar voor een verhelderend gesprek en probeert samen met hen de pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken;
* Bij pestgedrag worden de ouders (van pester en gepeste) op de hoogte gebracht van het pestgedrag. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing;
* Bij herhaaldelijk pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een gesprek met de leerling die pest waarin duidelijk de grenzen en consequenties aan zijn of haar gedrag worden aangegeven, er wordt een incidentformulier ingevuld;
* Indien nodig worden individuele afspraken met kinderen gemaakt en op papier gezet;
* de leerkracht is extra alert op signalen die wijzen op pestgedrag en handelt preventief om verder pesten te voorkomen;
* De leerkracht is extra alert op eventueel pestgedrag en evalueert met betrokken kinderen na een week hoe het loopt. Dit wordt zolang als nodig herhaald. De evaluatie kan individueel of met alle partijen tegelijk worden gedaan.
* Leden van de Commissie van Begeleiding (CvB) ondersteunen het proces door middel van advies en, indien noodzakelijk of wenselijk, het onderzoeken van mogelijkheden om de betrokken kinderen en eventueel hun ouders extra ondersteuning te bieden.
* Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan is de inschakeling van een vertrouwenspersoon mogelijk. De interne vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken en deskundigen raadplegen en adviseren.

Wat doen we als de leerkracht het idee heeft dat er sprake is van onderhuids pesten?

In dit geval stelt de leerkracht een algemeen probleem aan de orde om langs die weg bij het probleem in de klas te komen. Na twee weken volgt een korte herhaling om te toetsen of er nog sprake is van een probleem en om de kinderen alert te houden. Indien er geen sprake meer is van pestgedrag wordt de groep in zijn geheel en naar inzicht van de leerkracht beloond. **De leerkracht biedt altijd hulp aan de gepeste en begeleidt de pester en waar mogelijk in overleg met de ouders.**

Hoe begeleiden we vanuit school:

 **De gepeste leerling:**

* we tonen medeleven en luisteren en vragen hoe en door wie er wordt gepest;
* we gaan na hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten;
* we leggen uit aan de leerling dat je soms ook op een andere manier kunt reageren;
* we gaan na welke oplossing het kind zelf wil;
* we benadrukken de sterke kanten van het kind;
* we stimuleren het dat de leerling zich anders/beter opstelt;
* we praten met de ouders van het kind (en de ouders van de pester);
* we plaatsen het kind niet in een uitzonderingspositie door het over te beschermen;
* we bieden alle kinderen gedurende hun schoolloopbaan SEO aan.

**De pester:**

* we praten met de pester: we geven duidelijk de grenzen en consequenties op zijn of haar gedrag aan en we zoeken naar de reden van het pesten;
* we laten inzien wat het effect van zijn/ haar gedrag is voor de gepeste;
* we laten *altijd* excuses aanbieden;
* we bieden handelingsalternatieven aan en zorgen voor een klimaat waarin de pester kan en gaat oefenen met ander gedrag;
* we spreken bij herhaling van het pestgedrag de pester er weer op aan;
* bij herhaaldelijk en bedreigend pestgedrag, kan een time-out, schorsing of verwijdering van onze school plaats vinden;
* we bieden alle kinderen gedurende hun schoolloopbaan SEO aan.

**De grote groep:**

* we maken het probleem expliciet bespreekbaar in de groep;
* we bespreken met de leerlingen dat meegaan in het pestgedrag meestal kan leiden tot verergering van het probleem;
* kinderen worden bewust gemaakt van het feit dat zij een eigen standpunt kunnen innemen en samen verantwoordelijk zijn voor het welzijn van alle leden van de groep;
* We geven inzicht in het ontstaan van pestgedrag en bieden ieder kind de mogelijkheid om een zich een positieve plek te verwerven in de groep als volwaardig, verantwoordelijk en leuk groepslid;
* we bieden alle kinderen gedurende hun schoolloopbaan SEO aan.

Adviezen aan die vanuit school gegeven kunnen worden aan:

 **De ouders van de gepeste kinderen:**

Voor een ouder kan het soms best lastig zijn om te praten over pesten. Vooral wanneer het probleem van pesten zich al echt voordoet, en hun zoon of dochter thuis komt met een groot probleem, is het lastig te bedenken wat zij kunnen antwoorden op zijn of haar vragen. Wat moet de ouder doen, hoe kan de ouder reageren op de pester, en hoe pakken we dit probleem aan? Van belang hierbij is ook om te bedenken wat een ouder liever niet zou moeten zeggen. Hoewel sommige van de direct hieronder genoemde voorbeelden klinken alsof ze enig nut hebben, kunnen ze de zaak voor het kind vaak alleen nog maar verslechteren. Het is de bedoeling dat de ouder zijn of haar kind het idee geeft dat hij of zij de zaak serieus neemt, en dat hij of zij niet alleen snelle oplossingen biedt om snel van het probleem af te zijn. Pesten vraagt om een strategie, een actieplan tegen pesten dat de ouder samen met zijn of haar kind en school op kan stellen.

Hoewel vanuit uiterst goede en zorgzame intenties gedaan, blijken de volgende uitspraken waak een negatief effect te hebben:
- Negeer ze maar gewoon. Dan gaat het vanzelf over.

- Ze zijn gewoon jaloers, omdat je zo bijzonder bent.
- Sla maar eens goed terug, als ze je iets doen. Dan weten ze met wie ze te maken hebben.
- Het is maar een fase, over een poosje is er niks meer aan de hand.

Wat de ouder wel kan zeggen:
Wat fijn dat je me dit toevertrouwt. Het zal best lastig geweest zijn om dit aan me te vertellen. We gaan samen kijken naar een oplossing en gaan iemand zoeken die ons kan helpen. Samen maken we een plan om het pesten te stoppen.
Ook zal de ouder zijn of haar kind moeten uitleggen dat zoeken naar hulp anders is dan klikken, en het pesten helemaal niet erger wordt wanneer hij of zij zich als ouder er mee gaat bemoeien. Kinderen zijn hier vaak bang voor, omdat het dan lijkt alsof ze de situatie zelf niet aan kunnen.
Ouders kunnen hun kind bedanken voor het vertrouwen, en ervoor zorgen dat hij of zij weet dat er echt serieus naar het probleem wordt gekeken. Op deze manier kunnen we samen dit probleem bevechten.

Tips voor de ouder in het algemeen:

* Houd het onderwerp bespreekbaar, blijf in gesprek met uw kind en informeer regelmatig hoe het nu gaat;
* Laat uw kind iets opschrijven of tekenen als hij of zij het moeilijk onder woorden kan brengen;
* Laat uw kind af en toe eens ‘stoom afblazen’, dit kan een opgelucht gevoel geven;
* Pesten kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken;
* Steun uw kind steeds in het idee dat er een einde aan het pesten komt, leg uit dat het niet altijd meteen helemaal ophoudt als er beter wordt opgelet;
* Stimuleer uw kind om naar de leerkracht te gaan;
* Neem niet het heft in eigen hand, dat heeft vaak een averechts effect;
* Zoek geen contact met de pester, maar houd regelmatig contact met de leerkracht om goed af te stemmen en de juiste informatie te krijgen.

**De ouders van pesters:**

De ouder/verzorger kent zijn of haar kind als beste. Het zal hen misschien verbazen dat juist hun kind als voornaamste pester wordt genoemd. Toch is dit niet ondenkbaar omdat het gedrag van een kind binnen de groep totaal anders kan zijn dan wanneer het alleen is. Zo is het ook mogelijk dat hun kind helemaal niet wil pesten maar dat het niet de kans krijgt om hiermee te stoppen.

Tips voor de ouder in het algemeen:

* Neem het probleem van uw kind serieus;
* Maak uw kind duidelijk dat u pesten afkeurt;
* Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen, overleg met school hoe zij kunnen helpen;
* Laat uw kind iets opschrijven als hij of zij het moeilijk onder woorden kan brengen;
* Maak uw kind gevoelig voor wat pestgedrag bij een ander teweeg kan brengen;
* Ben voorzichtig met straffen, soms kan een kind dat pest hiervoor wraak nemen op het gepeste kind waardoor het probleem groter kan worden;
* Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind, help uw kind om andere oplossingen of omgangswijzen te vinden;
* Bied ondersteuning en hulp aan uw kind dat moet gaan oefenen om zich anders op te stellen; motiveer uw kind door bijvoorbeeld uw waardering naar uw kind uit te spreken op de dagen dat het goed is gegaan;
* Maak uw kind duidelijk dat u achter de aanpak van school staat;
* Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden. Uw kind heeft nog te weinig levenservaring om volledig te beseffen wat hij/zij een ander aandoet.

**De ouders van alle kinderen**:

Tips voor de ouder in het algemeen:

* houdt rekening met de gevoelens van de ouders van zowel het gepeste kind als ook de gevoelens van de ouders van de pester;
* 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.

Cyberpesten:

Maakt de leerling regelmatig gebruik van internet en sociale media? Dan kan het te maken krijgen met cyberpesten (digitaal pesten). Bij cyberpesten gebruiken kinderen media om een ander te pesten of gegevens te misbruiken.

Cyberpesten is pesten via internet en sociale media.

Bijvoorbeeld:

* Gemene berichten sturen via WhatsApp of
* iemand buitensluiten in WhatsApp-groepen.
* Iemand uitschelden of belachelijk maken op Facebook of in chats.
* Haattweets.
* Dreigberichten of dreigmails sturen.
* Een wachtwoord stelen of een nep-account aanmaken.
* Foto's of filmpjes van iemand anders op internet zetten, bijvoorbeeld [intieme foto's](https://www.opvoeden.nl/internet-en-seks-277/).

Het gaat pas om pesten als dit soort dingen regelmatig gebeuren en als 'de pester' het met opzet doet. Het kan voorkomen dat kinderen wel last hebben van dit soort gedrag, maar dat ze het zelf niet als pesten benoemen. Soms gebeurt digitaal pesten anoniem. De leerling weet dan niet wie het bericht gestuurd heeft.

Kinderen die weten van de gevaren op internet lopen minder kans om gepest te worden. Het is dus belangrijk om dit onderwerp de leerlingen te bespreken. Andere tips om dit te voorkomen:

* Vertel dat niet alle vriendschapsverzoeken geaccepteerd hoeven worden. Een onbekende kun je beter niet accepteren.
* Leg uit dat het niet verstandig is om gevoelige of persoonlijke informatie te delen op het internet (naam, telefoonnummer etc.).
* Vertel dat je altijd moet overleggen als het toch ergens de gegevens wil achterlaten.
* Laat tot slot weten dat het kind altijd alles mag bespreken met jou of andere vertrouwenspersonen.

Heeft de leerling weinig [zelfvertrouwen](https://www.opvoeden.nl/zelfvertrouwen-502/)? Help dan het zelfvertrouwen te vergroten. Dan groeit ook de [weerbaarheid](https://www.opvoeden.nl/weerbaarheid-80/). Een kind durft dan beter voor zichzelf op te komen en durft sneller hulp te zoeken.

Geef zelf het goede voorbeeld. Ook op sociale media. Leer het kind om respectvol om te gaan met anderen op het internet.

Praat regelmatig met de leerlingen over sociale media. Bespreek ook ervaringen waar je leerling boos van werd en wat de reactie was. Leg uit dat iemand uitschelden, kleineren of vernederen pesten is.

Bespreek de [gevolgen](https://www.opvoeden.nl/gevolgen-van-pesten-2410/) die pesten (of nare grappen) kan hebben voor een slachtoffer.

Hoe herken je digitaal pesten?

Online gepest worden is voor kinderen net zo erg als gepest worden in de buurt of op [school](https://www.opvoeden.nl/pesten-op-school-484/). Kinderen vertellen het misschien niet snel, daarom is het belangrijk dat je let op [signalen van pesten](https://www.opvoeden.nl/mijn-kind-wordt-gepest-483/). Als je vermoedens hebt van het pesten, is het belangrijk dat je [op tijd ingrijpt](https://www.opvoeden.nl/aanpak-cyberpesten-5785/).

Meer informatie:

Kijk voor meer informatie over cyberpesten op [Stoppesten.nu](https://www.stoppestennu.nl/cyberpesten-online-pesten-online-gevaren-jongeren). Voor kinderen is er de website [Pestweb.nl](https://www.pestweb.nl/)

De kenmerken van cyberpesten zijn:

* Cyberpesten gebeurt vaak [anoniem](http://nl.wikipedia.org/wiki/Anoniem).
* De pesters voelen zich veilig, ongenaakbaar en onherkenbaar, waardoor ze weinig terughoudend zijn.

Cyberpesten is ernstiger dan "gewoon" pesten, omdat dader en slachtoffer niet in direct contact met elkaar staan, maar enkel via de [computer](http://nl.wikipedia.org/wiki/Computer) verbonden zijn. Hierdoor worden grenzen verlegd en gaat de pester verder dan hij of zij zou doen in een rechtstreeks contact. De pester voelt zich niet geremd en meerdere mensen (via internet) kunnen het te weten komen.

De pester voelt zich vaak machtiger dan het slachtoffer en denkt dan 'veilig achter de computer' zijn slag te mogen slaan.

De impact van cyberpesten kan groter zijn dan bij gewoon pesten, want er zijn veel meer toeschouwers door het [medium](http://nl.wikipedia.org/wiki/Medium_%28communicatiewetenschappen%29) internet.

Cyberpesten is niet terug te draaien – vaak blijven de gegevens op internet gewoon bestaan, zodat het slachtoffer er jaren nadien nog mee geconfronteerd kan worden.

Wat te doen als er wordt gepest?

* Laat de leerlingen uitloggen of blokkeer de persoon die naar tegen uw kind doet;
* Laat het kind de pest-mails negeren, geen antwoord geven en vertel uw kind dat terugpesten niet de oplossing is;
* Vraag hen om ‘bewijsmateriaal’ te verzamelen door een printje te maken van de conversatie, mail of ‘rare site’;
* Probeer het pesten op technische manieren te stoppen;
* Informeer altijd de ouders.

De school besteedt elk jaar een project aan dit onderwerp