

Polderstraat 110
4844 BK Terheijden
tel. 076-5938126
fax. 076 -5938127
e-mail'info@zonzeel.nl'



Pesten
vademecum

Pestprotocol basisschool

Pesten op school

Hoe ga je er mee om?

Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aan willen pakken. Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden:

VOORWAARDEN

Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep **of: de getuigen, zij zwijgen niet allemaal, zie verderop**), leerkrachten en de ouders/ verzorgers (hierna genoemd: ouders) **plus de directie**.

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 worden gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld.

Als pesten optreedt, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen **Het signaleren is niet altijd makkelijk, omdat het vaak onderhuids gebeurt**.

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 vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren.

Op iedere school is een vertrouwenspersoon aangesteld. **Naam vertrouwenspersoon: (ook: Ivo van Groesen?)**

HET PROBLEEM DAT PESTEN HEET:

- ❖ De piek van het pesten ligt tussen 10 en 14 jaar, maar ook in lagere en hogere groepen wordt er gepest.
- ❖ Een pestproject alleen is niet voldoende om een eind te maken aan het pest-probleem. Het is beter om het onderwerp regelmatig aan de orde te laten komen, zodat het ook preventief kan werken.
- ❖ Pesten komt ook steeds meer voor in de digitale wereld. Daardoor wordt het nog ongrijpbaarder en belangrijker om de communicatie open te houden. Kinderen moeten het vertrouwen hebben bij de leerkracht/ hun ouders/ de vertrouwenspersoon terecht te kunnen.

HOE WILLEN WIJ DAAR MEE OMGAAN?

- ❖ Op school willen we wekelijks een onderwerp in de kring aan de orde stellen. *Willen of doen?*
- ❖ Onderwerpen als veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in een groep, aanpak van ruzies, *respectvol omgaan met elkaar in de digitale wereld, veilig internetten* 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 thuis 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 horen duidelijk stelling te nemen tegen dergelijke gedragingen. *Wat betekent dat precies? Wat zijn de afspraken hierover op school?*
- ❖ Een effectieve methode om pesten te stoppen of binnen de perken te houden, is het afspreken van regels voor de leerlingen. *De leerlingen zouden een contract kunnen tekenen tegen pesten. Als dit op een zichtbare plaats in het klaslokaal gehangen wordt, kan dit effectief werken, zeker wanneer er consequent naar terug verwezen wordt. Door er een handtekening onder te zetten, wordt het iets van de klas, iets waar de klas samen aan werkt.*

Signalen van pesterijen kunnen o.a. zijn:

- ❖ *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*

- ❖ 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
- ❖ Een kind wordt nerveus als het met zijn telefoon/ computer bezig is. (kan duiden op digitaal pesten)
- ❖ Een kind krijgt buikpijn/ slaapt slecht/ is kortaf, etc.
- ❖ Een kind wil niet meer naar school.

Deze lijst kan nog verder worden uitgebreid: je kunt het zo gek niet bedenken of volwassenen en dus ook leerlingen hebben het bedacht. Leerkrachten en ouders moeten daarom alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.

REGEL 1:

Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken. Vanaf de kleutergroep 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 je er zelf niet uit dan mag je hulp aan de leerkracht vragen. Dit wordt niet gezien als klikken. *Het is denk ik goed om hiervan uit te gaan, dit als zodanig te bespreken, maar in de praktijk zal het niet altijd gewaardeerd worden.*

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. *Een heel goed punt. Ook hiervoor kunnen zij een overeenkomst tekenen.*

REGEL 3:

Samenwerken zonder bemoeienissen:

School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Dit neemt niet weg dat iedere partij moet waken over haar eigen grenzen. Het is bijvoorbeeld niet de bedoeling dat ouders naar school komen om eigenhandig een probleem voor hun kind op te komen lossen. Bij problemen van pesten zullen de directie en de leerkrachten hun verantwoordelijkheid (moeten) nemen en indien nodig overleg voeren met de ouders. De inbreng van de ouders blijft bij voorkeur beperkt tot het aanreiken van informatie, tot het geven van suggesties en tot het ondersteunen van de aanpak van de school. *Omdat ouders vanuit hun emotie kunnen reageren, kan dit lastig zijn. Geen enkele ouder wordt er blij van als hun kind een ander blijkt te pesten. Het is inderdaad zeer belangrijk om grenzen te stellen, maar wel ook met oog voor de achtergrond van de ouders. Daarmee wordt ook*

weerstand vanuit de ouders weggenomen en komt er meer ruimte voor een prettige manier van communiceren.

REGELS DIE GELDEN IN ALLE GROEPEN:

1. Doe niets bij een ander kind, wat jezelf ook niet prettig zou vinden Goed uitgangspunt, zolang duidelijk wordt dat wat jij leuk vindt, een ander niet leuk hoeft te vinden. ("Het was maar een grapje, jij moet niet zo moeilijk doen" ligt op de loer, ipv: Ik bedoelde het anders dan jij het opvatte, jij geeft mij de grens aan en ik respecteer hem)
2. Kom niet aan een ander als de ander dat niet wil.
3. We noemen elkaar bij de voornaam en gebruiken geen scheldwoorden
4. Als je kwaad bent ga je niet slaan, schoppen, krabben (je komt niet aan de ander). Probeer eerst samen te praten. Ga anders naar de meester of de juf.
5. Niet: zomaar klikken. Wel: aan de juf of meester vertellen als er iets gebeurt wat je niet prettig of gevaarlijk vindt. Ik kan me voorstellen dat dit niet duidelijk is. Wat is klikken, wanneer wordt het wel en wanneer niet geaccepteerd? Er lijkt een dubbele boodschap in te zitten.
6. Vertel de meester of de juf wanneer jezelf of iemand anders wordt gepest.
7. Blijft de pester doorgaan dan aan de meester of juf vertellen. <i>Kinderen die pesten zitten zelf in de nesten !</i>
8. Word je gepest praat er thuis ook over, je moet het niet geheim houden. Dit is een hele goede tip, mits duidelijk is dat veel kinderen dit niet doen, bijvoorbeeld om ouders niet bezorgd te maken, zeker als er thuis al van alles speelt.
9. Utlachen, roddelen en dingen afpakken of kinderen buitensluiten vinden we niet goed. Ook niet via internet.
10. Niet aan spullen van een ander zitten
11. Luisteren naar elkaar
12. Iemand niet op het uiterlijk beoordelen of beoordeeld worden 'Beoordeeld worden' ligt niet in de eigen macht.
13. Nieuwe kinderen willen we goed ontvangen en opvangen. Zij zijn ook welkom op onze school.
14. Opzettelijk iemand pijn doen, opwachten buiten school, achterna zitten om te pesten is beslist niet toegestaan.
15. Probeer ook zelf een ruzie met praten op te lossen. Na het uitpraten kunnen we ook weer vergeven en vergeten.
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. Heel goed om hen hierbij te betrekken. Als de regels uit de groep zelf komen, zullen ze beter worden nageleefd.

Die aanvulling wordt opgesteld, door en met de groep, dit zijn de zgn groepsregels. Zowel schoolregels als groepsregels zijn zichtbaar in de klas opgehangen.

We bieden alle regels tegelijk aan en iedere groep kiest een regel van de week en hangt deze goed zichtbaar op in het lokaal. *Ook kunnen we een regel, goed zichtbaar, in gangen van de school ophangen.*

AANPAK VAN DE RUZIES EN PESTGEDRAG IN VIER STAPPEN:

Wanneer leerlingen ruzie met elkaar hebben en/of elkaar pesten proberen zij en wij:

STAP 1:

Er eerst zelf (en samen) uit te komen. *Goed om eerst uit te gaan van de kracht van het kind.*

STAP 2:

Op het moment dat een van de leerlingen er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) heeft deze het recht en de plicht het probleem aan de meester of juf voor te leggen. *De 'plicht' lijkt mij een onhandig gekozen woord. Een kind moet het ook durven/ willen. Ik denk dat je moet uitgaan van 'het recht' en ook hier weer: het creëren van een sfeer van vertrouwen, waarin open gecommuniceerd KAN worden.*

STAP 3:

De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. Bij herhaling van pesterijen / ruzies tussen dezelfde leerlingen volgen sancties (zie bij consequenties). *Hoe kom je erachter dat er herhaling optreedt? Hier kunnen afspraken over gemaakt worden. Bv: in het begin, na de escalatie elke dag even kort een gesprekje plannen, vragen naar hoe het gegaan is. (ook los van elkaar, dus niet steeds de pester en de gepeste bij elkaar zetten) Dit afbouwen.*

STAP 4:

Bij herhaaldelijke ruzie/ pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest /ruzie maakt. De fases van bestraffen treden in werking (zie bij consequenties). *Bestrafen is goed, er moeten grenzen gesteld worden, maar: belangrijk is ook om te achterhalen waar het pestgedrag vandaan komt. Zit het kind in de problemen? Gaat het thuis niet goed, etc. Pesten is vaak een symptoom van iets anders.*

Ook wordt de naam van de ruziemaken/ pester in de "Dit-kan-niet" map genoteerd. Bij iedere melding in de map omschrijft de leerkracht 'de toedracht'. Bij de derde melding in de map worden de ouders op de hoogte gebracht van het ruzie-pestgedrag. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing. *Heel goed om ouders inderdaad te betrekken. De manier waarop is heel belangrijk. Niet beschuldigend, maar samen het probleem oplossend.*

De leerkracht biedt altijd hulp aan de gepeste en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.

CONSEQUENTIES

De leerkracht heeft het idee dat er sprake is van onderhuids pesten:

In zo'n geval stelt de leerkracht een algemeen probleem aan de orde om langs die weg bij het probleem in de klas te komen.

De leerkracht ziet dat een leerling wordt gepest
(of de gepeste of medeleerlingen komen het bij hem melden)
En vervolgens leveren stap 1 tm 4 geen positief resultaat op voor de gepeste.

De leerkracht neemt duidelijk een stelling in.

De straf is opgebouwd in 5 fases; afhankelijk hoelang de pester door blijft gaan met zijn/ haar pestgedrag en geen verbetering vertoond in zijn / haar gedrag:

FASE 1:

- ❖ Een of meerdere pauzes binnen blijven
- ❖ Nablijven tot alle kinderen naar huis vertrokken zijn
- ❖ Een schriftelijke opdracht zoals een stelopdracht over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem
- ❖ Door gesprek: bewustwording voor wat hij met het gepeste kind uithaalt
- ❖ Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komen aan het einde van iedere week (voor een periode) in een kort gesprek aan de orde.

FASE 2:

- ❖ Een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. De school heeft alle activiteiten vastgelegd in de 'Dit-kan-niet' map en de school heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.

FASE 3:

- ❖ Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals de Schoolbegeleidingsdienst, de schoolarts van de GGD of schoolmaatschappelijk werk. **Het CJG is hierin tegenwoordig een belangrijke partner.**

Fase 4:

- ❖ Bij aanhoudend pestgedrag kan er voor gekozen worden om een leerling tijdelijk in een andere groep te plaatsen, binnen de school. Ook het (tijdelijk) plaatsen op een andere school behoort tot de mogelijkheden.

Fase 5:

- ❖ In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden.

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 in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren.
☐	Zoeken en oefenen van een andere reactie bijvoorbeeld je niet afzonderen Hiervoor de schoolmaatschappelijk werker inschakelen.
☐	Het gepeste kind in laten zien waarom een kind pest.
☐	Nagaan welke oplossing het kind zelf wil Samen bespreken wat hierbij haalbaar is en wat niet. Het kind begeleiden in het opstellen van een realistisch plan van aanpak.
☐	Sterke kanten van de leerling benadrukken Dit is een heel belangrijk punt, het kind heeft zelfvertrouwen nodig en het is belangrijk om te voorkomen dat het kind in een slachtofferrol schiet en daar niet meer uit komt. (of het gedrag als het ware gaat uitlokken) Een kind in de slachtofferrol gaat geloven dat het er niet meer uitkomt, waardoor het probleem niet oplost. De sterke kanten moeten nog sterker gemaakt worden. Daarbij: nooit het pesten bagatelliseren, maar het kind heel serieus nemen.
☐	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 bijvoorbeeld naar school brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen'. Hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.

BEGELEIDING VAN DE PESTER:

☐	Praten; zoeken naar de reden van het ruzie maken/ pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen) (problemen thuis, zoeken naar een uitlaatklep, niet weten hoe hij op een 'normale' manier vrienden kan maken, zich afreageren, een verkeerd voorbeeld van thuis mee krijgen, een gebrek aan empathie hebben)
☐	Laten inzien wat het effect van zijn/ haar gedrag is voor de gepeste. En hier steeds heel consequent in zijn.
☐	Excuses aan laten bieden Dit heeft mijns inziens vanaf een bepaalde leeftijd alleen zin als er ook daadwerkelijk sprake van (enige vorm van) spijt is. Door gericht door te vragen op de achtergrond van het gedrag en de pester bewust te maken van de mogelijke gevolgen van pesten kan hier een ingang gevonden worden.
☐	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 (schouderklopje) 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? * Dit is een heel belangrijk punt ,wat vaak vergeten wordt. Het pesten komt ergens vandaan. Degene die pest, vindt dat zelf vaak ook vervelend. Het is vaak een teken van onmacht.
☐	Zoeken van een sport of club; waar het kind kan ervaren dat contact met andere kinderen wel leuk kan zijn.
☐	Inschakelen hulp; sociale vaardigheidstrainingen ; Jeugdgezondheidszorg; huisarts; GGD CJG

Begeleiding van de getuigen

☐	Maak het onderwerp bespreekbaar
☐	Bespreek het belang van de rol van de getuige: kinderen beseffen dit vaak niet, voelen zich onmachtig. Inzicht geven in de kracht van de getuigen (samen) is daarom heel belangrijk.
☐	Er zijn verschillende soorten getuigen:
☐	Meelopers die er zelf beter van denken te worden (krijgen status)
☐	Meelopers die bang zijn zelf gepest te worden

○ Kinderen die niet mee pesten, maar ook niet durven ingrijpen. ○ Kinderen die er weleens wat van zeggen (zij hebben vaak een hoge status in de groep) ○ Kinderen die niet door hebben wat er gebeurt.
○ Als de middengroep een statement tegen pesten maakt, is dat vaak een heel effectieve manier om het pesten tegen te gaan. De pester krijgt een spiegel en een halt toegeroepen uit de eigen groep.
○ Kinderen moeten leren nee zeggen.
○ Kinderen moeten leren elkaar te helpen, ook bij nee zeggen/ opkomen tegen pesten
○ Kinderen onderschatten soms hoe waardevol het voor het slachtoffer is als zij hem duidelijk maken het heel vervelend te vinden dat er gepest wordt. Hierop moeten zijn gewezen worden.

* Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn:

- ❖ Een problematische thuissituatie (dan is het een uitlaatklep, manier van afreageren of schreeuw om aandacht)
- ❖ Voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen)
- ❖ Voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt
- ❖ Voortdurend met elkaar de competitie aan gaan
- ❖ Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt
- ❖ Zelf slachtoffer van pesten zijn geweest, angst dat het opnieuw gebeurt en daarom overgaan tot de aanval.
- ❖ Een manier om grappig gevonden te worden.