

Zevenhuizen, juli 2022

Pestprotocol
CBS De Nessevliet
Versie 2022

1. Het probleem dat pesten heet

Pesten gebeurt vaak en overal.

Maar wat is pesten nu eigenlijk en wat kunnen we er aan doen?

Pesten en plagen:

Er is een verschil tussen pesten en plagen. Het verschil is dat bij plagen de kinderen aan elkaar gewaagd zijn: de ene keer doet de één iets onaardigs, de andere keer is het de andere. Het is een spelletje, niet echt leuk, maar nooit bedreigend. Bij pesten is dat wel het geval, het gebeurt niet zomaar een keer, maar elke dag. Ook zijn de twee partijen niet aan elkaar gewaagd. Er is sprake van een zwakke en een sterke/overheersende partij.

De definitie van pesten:

Pesten op school is het systematisch psychisch en/of fysiek mishandelen van één of meer klasgenoten, die niet in staat zijn zichzelf te verdedigen. Met deze definitie is het verschil tussen pesten en plagen duidelijk aangegeven. Bij plagen is er sprake van incidenten en van een gelijke machtsverhouding, is er geen winnaar of verliezer, is het slachtoffer in staat zichzelf te verdedigen, en loopt het slachtoffer geen (blijvende) psychische en/of fysieke schade op.

Bij pesten kan een onderscheid gemaakt worden tussen incidenteel pesten; een enkele opmerking, een enkele duw, een enkele keer een voet uitsteken en structureel pesten; sommige leerlingen zijn continu het slachtoffer van pesten, wat ze ook doen, wat ze ook zeggen, wat voor kleding ze ook dragen, het is nooit goed. Sommige leerlingen gedragen zich continu als pestkoppen, het lijkt wel of ze geen andere manier van omgaan met medeleerlingen kennen.

De piek van het pestgedrag ligt bij kinderen tussen 10 en 14 jaar. Het komt dus het meest voor in de hogere groepen van de basisschool en de eerste klassen van het voortgezet onderwijs. Dit wil natuurlijk niet zeggen dat er in lagere en hogere leeftijdsgroepen niet wordt gepest.

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

Deze lijst kan nog verder worden uitgebreid: je kunt het zo gek niet bedenken of kinderen 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.

Belangrijk om te weten is, is dat pesten lang niet altijd zichtbaar is, vaak gebeurt het stiekem en uit het zicht van leerkrachten, ouders en verzorgers.

De oorzaken van pesten:

Wat veroorzaakt het pesten? Wat zorgt ervoor dat sommige leerlingen zich 'ontpoppen' tot ware treiteraars en pestkoppen? Uit een groot onderzoek is gebleken dat pesten veelal niet veroorzaakt wordt door de grootte van de klas of school, het falen op school of fysieke afwijkingen/afwijkende kleding. Wat er wel mee samenhangt zijn sociale omstandigheden

- een problematische thuissituatie
- voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen)
- voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt
- voortdurend met elkaar de competitie aangaan
- een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt

De partijen bij pesten en hun kenmerken:

Meestal zijn er bij pesten drie partijen, namelijk:

- De pesters/de pestkop:
 - Dit zijn vaak leerlingen die hun boosheid en woede af moeten reageren en niets anders weten te bedenken dan pesten. Bij deze groep horen de meelopers, die bang zijn uit de gratie te vallen.
 - Pestgedrag komt vaak voort uit eigen onzekerheid. Een pestkop wil vaak eigen onmacht en zwakheid verbloemen. Veel pestkoppen hebben een negatief zelfbeeld dat zij overschreeuwen met bravoure tegenover een leerling die zij als 'zwakker' beschouwen. Op die manier proberen de pestkoppen voor zichzelf een hogere plaats in de groep te verwerven. Het kan ook zijn dat ze andere kinderen pesten om te voorkomen dat ze zelf gepest worden.
- De zondebok(ken), het (de) slachtoffer(s):
 - Zij die het pesten ondergaan/ondergaat.
 - De meeste slachtoffers zijn 'sociaal onhandig': uit verlegenheid of faalangst reageren zij net verkeerd. Daardoor lijkt het wel eens of ze het zelf uitlokken. De meeste slachtoffers hebben (of krijgen als gevolg van het pesten) een negatief zelfbeeld. Anders dan bij pestkoppen het geval is, uiten zij dat niet met bravoure, maar juist door zich terug te trekken en af te sluiten. Waardoor ze nog kwetsbaarder worden. Ook fysiek zwakke kinderen lopen het risico gepest te worden.
- De derde partij:
 - Zij die niets zeggen omdat ze bang zijn zelf het slachtoffer te worden. Deze partij is niet neutraal, want zij neemt ook een standpunt in, namelijk niets doen

De gevolgen van pesten:

Kinderen die worden gepest, houden het probleem vaak heel lang voor zich. Kinderen willen er niet openlijk voor uitkomen dat ze worden gepest. Daarom vertellen ze lang niet altijd wat er aan de hand is en is het voor ouders en leerkrachten moeilijk erachter te komen wat er precies gebeurt.

Boosheid, verdriet, onzekerheid, verongelijkt voelen en vernederd voelen, zijn emoties die overheersen bij kinderen die veel en langdurig worden gepest. Uiteraard hebben deze emoties invloed op het gedrag van kinderen. Door het pesten gaan kinderen zich weerloos en afgewezen voelen. Het kind kan een negatief zelfbeeld krijgen en het zelfrespect neemt af. Dat maakt kinderen machteloos en in veel gevallen eenzaam. De sterke emoties die invloed hebben op het gedrag van de kinderen en de onmogelijkheid het pesten aan te pakken maakt de situatie van deze kinderen vaak uitzichtloos. Kinderen die worden gepest zien vaak geen oplossingen, hetgeen leidt tot angst om naar school te gaan, problemen thuis, waarbij ouders vaak hopeloos worden omdat ze niet weten wat er met hun kind aan de hand is. Verder zien we dat ouders verdrietig zijn, omdat hun kind wordt gepest en niet weten hoe ze hun kind moeten helpen. Ook is er een verhoogde kans op het ontwikkelen van psychische problemen.

2. Pesten op school. Hoe gaan wij daarmee 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.

Zoals bij alles is ook bij pesten voorkomen beter dan genezen.

Voorwaarden voor een duidelijk pestaanpak:

- Het inschakelen van de leerkracht wordt niet gezien als klikken. Je mag niet klikken, maar als je wordt gepest of als je ruzie hebt met een ander en je komt er zelf niet uit dan mag je hulp aan de leerkracht vragen.
- Alle direct betrokkenen zijn/voelen zich mede verantwoordelijk voor het voorkomen en oplossen van pestgedrag. De ouders en leerkrachten, de pester, de gepeste en de medeleerlingen. We zijn samen immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.
- Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt.
- Er zijn duidelijke schoolregels die regelmatig in de groep worden besproken en hangen op een zichtbare plek in elk lokaal. Eventueel worden er met de groep extra afspraken gemaakt m.b.t. pesten.
- Op school is een interne vertrouwenspersoon aangesteld. De vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren.
- 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 wordt van leerkrachten, ouders en de leerlingen niet geaccepteerd. Alle betrokkenen horen duidelijk stelling te nemen tegen dergelijke gedragingen.
- 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 schoolleiding en de leerkrachten hun verantwoordelijkheid samen(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.

Schoolregels

Aan het begin van het schooljaar worden bij de lessen van De Vreedzame School nieuwe regels opgesteld over hoe we met elkaar omgaan. Deze groepsafspraken zijn zichtbaar in de klas opgehangen. De kinderen worden betrokken bij het opstellen van deze afspraken en 'ondertekenen' het document. Gedurende het schooljaar kan er steeds worden terugverwezen naar deze regels en afspraken.

Aanpak van de ruzies en pestgedrag in 4 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.

Stap 2:

Op het moment dat een van de leerlingen er niet uit komt, het onderspit delft, heeft deze het recht en de plicht het probleem aan de leerkracht voor te leggen. Ook medeleerlingen die de pesterijen waarnemen moeten dit melden (dit is geen klikken.)

Stap 3:

De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek.

Met of onder begeleiding van de leerkracht proberen de ruziemakers tot een oplossing te komen en nieuwe afspraken te maken.

Stap 4:

Bij herhaling van soortgelijke situaties neemt de leerkracht heel duidelijk stelling tegen het pestgedrag en wordt een notitie over het pestgedrag toegevoegd aan het dossier van de leerling.

De consequenties die aan het pestgedrag zijn verbonden verlopen volgens een vastgelegd patroon. (Zie ook hoofdstuk consequenties)

- Consequentiefase 1 – Bewustwording en afspraken
- Consequentiefase 2 – Betrekken ouders
- Consequentiefase 3 – Externe hulp/maatregelen
- Consequentiefase 4 – Verwijdering pester

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

Consequenties

(Als stap 1 tot en met 3 geen positief resultaat opleveren.)

De consequenties zijn opgebouwd in 4 fases; afhankelijk hoelang de pester door blijft gaan met zijn/haar pestgedrag en of er verbetering getoond wordt:

Fase 1: Bewustwording en afspraken

- Door gesprek: bewustwording voor wat hij met het gepeste kind uithaalt.
- Een oepsblad of een schriftelijke opdracht zoals een stelopdracht over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem.
- Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komt aan het einde van iedere week(voor een periode) in een kort gesprek aan de orde.
- Indien nodig een lichte straf als b.v. nablijven en het schrijven van de eerder genoemde schriftelijke opdracht.

Fase 2: Betrekken ouders

- Een gesprek met de ouders, als voorgaande acties en eerdere gesprekken met ouders op niets uitgelopen zijn. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. De school heeft het voortraject vastgelegd in het dossier en de school heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.

Fase 3: externe hulp/maatregelen

- Het kind kan worden aangemeld om mee te gaan doen aan een sociale vaardigheidstraining. Deze aanmelding kan door de leerkracht en/of ouders plaatsvinden.
- Er kan ook voor gekozen worden om de leerling die pest tijdelijk in een andere groep, binnen school, te plaatsen.
- Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals de Schoolbegeleidingsdienst, de schoolarts van de GGD of schoolmaatschappelijk werk.

Fase 4: Verwijdering pester

- Het (tijdelijk) plaatsen van de pester op een andere school behoort tot de mogelijkheden.
- In extreme gevallen kan de leerling die pest geschorst of verwijderd worden, hiervoor is een reglement binnen De Vier Windstreken.

Begeleiding van de betrokkenen:

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. Samen zoeken en oefenen van een andere reactie bijvoorbeeld: je niet afzonderen.
- Het gepeste kind in laten zien waarom een kind pest.
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil.
- Sterke kanten van de leerling benadrukken.
- Belonen als de leerling zich anders/beter opstelt.
- Praten met de ouders van de gepeste leerling.
- Het gepeste kind niet overbeschermen. Hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.
- Het kind mee laten doen aan een sociale vaardigheidstraining.

Begeleiding van de pester:

- Praten; zoeken naar de reden van het ruzie maken/ pesten
- 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; straffen als de leerling wel pest en belonen (schouderklopje) als de leerling zich aan de regels houdt.
- De leerling 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?
- Zoeken van een sport of club; waar de leerling kan ervaren dat contact met leeftijdgenoten wel leuk kan zijn.
- Inschakelen van hulp: Sociale vaardigheidstraining laten volgen, huisarts, GGD.

Het is heel belangrijk dat in de begeleiding van de betrokken leerlingen de medeleerlingen niet vergeten worden. Dit kan herhaling of andere incidenten voorkomen.

Adviezen aan de ouders:

Ouders van de gepeste leerling:

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- Stimuleer uw kind tot bijvoorbeeld het beoefenen van een sport.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.

Ouders van de pesters:

- Neem het probleem van uw kind serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed extra aandacht aan uw kind.
- Stimuleer uw kind in het beoefenen van een sport.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
- Probeer samen met de school “op één lijn te zitten.”

Andere ouders:

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus
- 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 zichzelf op te komen.
- Leer uw kind voor anderen op te komen.

Dit pestprotocol heeft als doel:

- Alle leerlingen voelen zich in hun schoolperiode veilig, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen
- Door regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen elkaar aanspreken op deze regels en afspraken, als er zich ongewenste situaties voordoen
- Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met plezier naar school te gaan!