



Pestprotocol

Inhoudsopgave

Pagina 1	Voorpagina
Pagina 2	Inhoudsopgave
Pagina 3	Voorwoord
Pagina 4	Doel van dit pestprotocol
Pagina 5	Voorwaarden
Pagina 6	Begripsomschrijvingen <i>Pesten en plagen</i>
Pagina 7	Begripsomschrijvingen <i>Manieren van pesten</i>
Pagina 8	Begripsomschrijvingen <i>Signalen die (kunnen) duiden op pesten</i> <i>Gevolgen van pesten</i>
Pagina 9	Begripsomschrijvingen <i>Gevolgen van pesten</i>
Pagina 10	Voorkomen van pesten <i>Kinderen bewust maken van pesten</i>
Pagina 11	Voorkomen van pesten <i>Toezicht tijdens de pauzes</i> <i>Omgangsregels</i>
Pagina 12	Voorkomen van pesten <i>Omgangsregels</i> <i>De stopmethode</i>
Pagina 13	Voorkomen van pesten <i>De stopmethode</i> <i>Literatuur of websites die men kan raadplegen</i> <i>Lees- en voorleesboeken over pesten</i>
Pagina 14	Aanpak <i>Vijfsporenaanpak</i>
Pagina 15	Aanpak <i>Vijfsporenaanpak</i>
Pagina 16	Aanpak <i>Vijfsporenaanpak</i>
Pagina 17	Literatuurlijst

Voorwoord.

Basisschool Triangel wil haar kinderen een veilig pedagogisch klimaat bieden, waarin zij zich harmonieus en op een prettige en positieve wijze kunnen ontwikkelen. Het is dus belangrijk dat kinderen zich veilig voelen en respectvol met elkaar omgaan.

Maar helaas komt pesten op iedere school voor, dus ook bij ons. Pestgedrag is vervelend voor alle betrokkenen en heeft een negatieve uitwerking op het pedagogisch klimaat in de school, en beïnvloedt de totale ontwikkeling van kinderen negatief.

Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus willen aanpakken. Vandaar dat basisschool Triangel er voor gekozen heeft om een pestprotocol te ontwikkelen. Dit is een programma waarin staat welke maatregelen de school neemt om pesten te voorkomen en aan te pakken. Het is belangrijk om een duidelijk en helder beleid te hebben wat betrokkenen houvast biedt bij hoe te handelen bij pestproblematiek.

Doel van dit Pestprotocol:

- Alle leerlingen moeten zich in hun basisschoolperiode veilig voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen
- Leerlingen steunen elkaar en tonen wederzijds respect, waardoor we alle leerlingen in de gelegenheid stellen om met veel plezier naar school te gaan
- Leerlingen begrijpen de negatieve effecten van pesten
- De leerkrachten kunnen het pestgedrag signaleren en onderkennen
- Met dit pestprotocol kan de school samen met de leerlingen en ouders een positieve en effectieve bijdrage leveren aan het voorkomen en bestrijden van pestgedrag

Voorwaarden

- Alle leerkrachten houden zich aan de regels van het pestprotocol
- We beginnen vanuit een nul-situatie (oud zeer moet weg)
- Problemen van ouders en/of kinderen worden ten alle tijden serieus genomen
- Een veilig pedagogisch klimaat op school
- Communicatie met educatieve partners

Begripsomschrijvingen

Pesten en Plagen.

Wat is nu eigenlijk precies het verschil tussen pesten en plagen?

Bij plagen kan er niet echt gesproken worden van een slachtoffer en een dader. Plagen zie je vaak bij mensen die elkaar wel mogen. De plager heeft warme gevoelens ten opzichte van de geplaagde en dat is wederzijds. Het kan zelfs de onderlinge band versterken.

Plagen is een manier om grenzen te verkennen, het verduidelijkt iemands sterke en zwakkere kanten. Plagen is een spelletje, het hoort erbij en humor staat hierbij centraal. De plager heeft niet de intentie om de geplaagde te beschadigen.

Plagen is niet altijd leuk, maar nooit echt bedreigend.

Pesten daarentegen, is dat wel. Definities over pesten:

“Pesten is (psychisch, fysiek of seksueel) systematisch geweld van een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer klasgenoten, die niet meer in staat is/ zijn zichzelf te verdedigen.” (Meer, van der. pestpsycholoog en pestdeskundige, 1997)

“Iemand wordt getreiterd of is het mikpunt van pesterijen als hij of zij herhaaldelijk en langdurig blootstaat aan negatieve handelingen verricht door één of meerdere personen” (Olweus, onderzoeker van het pestprobleem, 1992)

Bij pesten is er een duidelijke slachtofferrol en een daderrol. Er is sprake van een ongelijke machtsverhouding. Bij pesten is het ene kind altijd sterker dan het andere; de zogenoemde pestkop misbruikt zijn macht. Het slachtoffer heeft moeite zichzelf te verdedigen. Bij pesten voelt de pestkop geen warmte voor zijn slachtoffer, en heeft ook geen respect voor hem of haar.

Meestal gebeurt pesten niet zomaar een keer. Meestal is een kind dat gepest wordt, langdurig het mikpunt.

Door zo nu en dan een beetje geplaagd te worden en te plagen zal de sociale weerbaarheid van een kind vergroot worden. Het is goed voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind.

Pesten is zeer slecht voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van het slachtoffer. Het slachtoffer kan volledig getraumatiseerd worden.

Pesten is ook slecht voor de pestkop, want ook hij ontwikkelt een manier van omgaan met andere mensen, die ervoor zorgt dat hij meer kans heeft om in de criminaliteit terecht te komen.

Plagen	Pesten
Is onschuldig en gebeurt onbezonnen en spontaan. Gaat vaak gepaard met humor.	Gebeurt berekenend (leerlingen weten vooraf goed, wie, hoe en wanneer ze gaan pesten). Ze willen bewust iemand kwetsen of kleineren.
Is van korte duur of gebeurt slechts tijdelijk.	Is duurzaam: het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig. (stopt niet vanzelf en na korte tijd).
Speelt zich af tussen gelijken.	Ongelijke strijd. De onmachtsgevoelens van de gepeste staan tegenover de machtsgevoelens van de pestkop.
Is meestal te verdragen of zelfs leuk, maar kan ook kwetsend zijn.	De pestkop heeft geen positieve bedoelingen en wil pijn doen, vernielen of kwetsen.
Degenen die elkaar plagen, wisselen keer op keer.	Er bestaat een neiging tot een vaste structuur. De pestkoppen zijn meestal dezelfde, net zoals de slachtoffers (mogelijk wisselend door omstandigheden)

Manieren van pesten:

Direct pesten:

Is open en zichtbaar pesten. Hieronder verstaan we onder andere: slaan, vechten, duwen, aan de haren trekken, vervelende gebaren maken, schelden, uitlachen dreigen met geweld, opsluiten, geld of cadeautjes eisen, chanteren, de ander voor "slaaf" laten spelen, bezittingen verstoppen of kapot maken.

Indirect pesten:

Meestal niet zichtbaar pesten, en komt veel voor bij meisjes. Hieronder verstaan we onder andere: het gepeste kind buiten sluiten, over het kind fluisteren en roddelen, er niet mee praten, het niet uitnodigen voor feestjes en niet mee laten doen aan spelletjes en andere gezamenlijke activiteiten.

Cyberpesten:

Een steeds meer voorkomend verschijnsel van pesten is cyberpesten. Cyberpesten gebeurt via internet of telefoon. Het pesten zelf is meestal niet anders dan bij het traditionele pesten; ook bij cyberpesten gaat het vaak om uitschelden, belachelijk maken en buitensluiten. Maar toch heeft dit een andere impact dan bij het traditionele pesten, vaak worden kinderen via telefoon of internet anoniem gepest. En juist dit onbekende maakt het pesten via e-mail, chat, sms en telefoon zo vervelend. Ook wordt informatie (bijvoorbeeld opnames of foto's) via internet snel verplaatst en is het vaak onmogelijk om deze informatie ongedaan te maken.

Deze vorm van pesten gebeurt vaak buiten de school. Toch heeft de school er veel last van, want de pesterijen kunnen ook op school gewoon doorgaan. Ook kunnen de schoolresultaten eronder lijden doordat de kinderen minder goed kunnen leren. Er ontstaat een onveilig klimaat, want ook cyberpesten heeft effect op het schoolklimaat.

Signalen die (kunnen) duiden op pesten:

- Alleen staan in de pauze.
- In de pauze steeds contact zoeken met de pleinwacht.
- Het kind wil niet graag naar buiten.
- Niet mee mogen doen (een ander kind mag wel mee doen).
- Niemand wil naast het kind zitten.
- Er wordt niet naar het kind geluisterd, of er wordt gezucht en gepiept door andere kinderen als het kind iets zegt.
- Als kinderen negatiever reageren op een fout van het desbetreffende kind, dan bij een ander kind.
- Er wordt over het kind geroddeld, het kind wordt belachelijk gemaakt, er worden grapjes over het kind gemaakt, het kind wordt uitgescholden, uitgelachen, gediscrimineerd of bedreigd.
- Het kind wordt geduwd, geschopt, geslagen of de hele tijd aangeraakt.
- Men vindt alles wat het kind doet stom.
- Andere kinderen laten zich negatief uit over het kind of zijn/haar familie zonder dat dit echt reëel is.
- Het kind wil niet meer naar school en klaagt bijvoorbeeld regelmatig over hoofdpijn en buikpijn, terwijl in de vakanties deze pijnen verdwijnen.
- Het kind heeft last van nachtmerries en/of bedplassen.
- Het kind wordt nooit uitgenodigd voor feestjes.
- Als het kind, de ouder(s), en/of andere kinderen aangeven, dat er gepest wordt.

Deze signalen kunnen ook op “iets anders” duiden. Ga in ieder geval in gesprek met het kind en negeer de signalen niet.

Gevolgen van pesten.

Pesten heeft gevolgen voor de gepeste, de pestkop en voor de rest van de klas.

Als er gepest wordt, zijn bijna alle kinderen van de groep er op de een of andere manier bij betrokken. Dat houdt in dat ze ook bijna allemaal slachtoffer zijn.

Relaties tussen kinderen, en vooral vriendschapsrelaties, zijn van groot belang voor de ontwikkeling van het kind. Spelend en lerend oefenen ze omgangsvormen met elkaar.

Pesten verstoort dat proces op een genadeloze manier. Daarom moet pesten zo snel mogelijk gestopt worden.

Kinderen die gepest worden.

Pesten is zeer slecht voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van het slachtoffer. Het slachtoffer kan volledig getraumatiseerd worden.

Kinderen die gepest worden zijn gekwetste kinderen. Hoe langer de pesterijen duren, hoe groter de kans dat de angst en onzekerheid van deze kinderen bij hun gedragspatroon gaat horen. De schade die dat aanricht, is ingrijpend, en het herstel duurt meestal lang.

Kinderen die gepest worden lopen het gevaar een minderwaardigheidsgevoel te ontwikkelen en het aanwezige zelfvertrouwen te verliezen. Dit komt doordat de gepeste kinderen op den duur zelf gaan geloven in dat wat de pestkop over hen zegt, waar is.

Gepeste kinderen kunnen zich soms heel alleen en somber voelen. De kans op depressie bestaat, tot denken over zelfmoord toe!

Bij gepeste kinderen ontbreekt niet alleen het zelfvertrouwen, ook het wantrouwen tegenover anderen is groot. Gepeste kinderen hebben vaak geleerd te leven met leugens en smoesjes. Ze verzinnen uitvluchten waardoor de kans om met anderen te leren omgaan vermeden wordt. Het sociale isolement dreigt in een neerwaartse spiraal te raken.

Ook school heeft er vaak onder te lijden; het gaat minder goed op school en het gepeste kind is soms bang om naar school te gaan, waardoor het liever niet naar school gaat.

De pestkop.

Ook pestkoppen zijn uiteindelijk slachtoffer, maar dat blijkt later pas. Want op het begin voelen ze zich sterk en machtig. Het is niet moeilijk voor de pestkop om “vrienden” om zich heen te verzamelen. Uit onderzoek (Baeten & Hest, 2002) blijkt overigens dat die “vrienden” nauwelijks waardering voor de pestkop hebben. De vriendschappen zijn namelijk vaak gebaseerd op angst. Als kinderen de manier van verdelen en heersen gaan doorzien van de pestkop, krijgen ze een hekel aan de pestkop, waardoor de pestkop in een isolement terecht kan komen.

Net zoals de kinderen die gepest werden, kunnen ook pestkoppen nog lang last houden van hun gedrag dat ooit begon met het treiteren van klasgenoten. Pestkoppen hebben moeite met het in stand houden van relaties zowel privé als op het werk. Dit komt met name doordat ze zichzelf slecht kennen. Ze hebben een slachtoffer nodig, om te bewijzen dat ze iemand zijn. Ook hebben pestkoppen over het algemeen een gebrek aan zelfvertrouwen, ze zijn bang om te worden afgewezen. Het is bewezen dat pestkoppen, omdat ze niet weten hoe het anders moet, langer doorgaan met agressief gedrag dan andere kinderen. Ze zijn sociaal onvaardig, ze weten niet hoe ze normaal met andere mensen om moeten gaan. Daardoor komen ze eerder in aanraking met de politie, door bijvoorbeeld alcoholmisbruik en/of crimineel gedrag.

Vandaar dat het belangrijk is, om naast de gepeste, ook de pestkop te helpen!

Gevolgen voor de rest van de klas.

Als er in een groep wordt gepest, hangt er een ongezellige sfeer. Je moet namelijk op je hoede zijn, want het klimaat is niet veilig. Er worden vaak groepjes gevormd en binnen die groepjes zoekt iedereen veiligheid. De spanningen die tussen de groepjes ontstaan, kunnen hoog oplopen.

Niemand vertrouwt elkaar meer, en kinderen die buiten de groepjes vallen, hebben het extra moeilijk omdat ze steeds de kans lopen om slachtoffer te worden van pesterijen.

Als er gepest wordt in een klas, hebben kinderen minder zin om naar school te gaan doordat het groepswerk en het samenspelen niet meer leuk is. Het gevolg hiervan is weer dat leerlingen slechtere resultaten behalen.

Ook kunnen klasgenoten schuldgevoelens gaan ontwikkelen, doordat ze vinden dat ze iets tegen het pesten zouden moeten doen, maar het niet durven omdat ze bang zijn om zelf gepest te worden. Ook kan het zijn dat het pesten gaat wennen, waardoor kinderen die toekijken de kans lopen om agressie steeds vanzelfsprekender te gaan vinden.

Omdat deze gevolgen veel invloed hebben op de ontwikkeling van kinderen en op het pedagogische klimaat in de school, voelt basisschool Triangel zich genoodzaakt om pestgedrag te voorkomen, en indien er toch sprake is van pesten, dit tijdig aan te pakken.

Auteur niet bekend (datum niet bekend). *Gevolgen van pesten*. Bron: <http://www.pestweb.nl/>

Baeten, M. & Hest, van J. (2002). *Kinderen en ingrijpende situaties*. Hilversum: Uitgeverij Kwintessens

Feldman, S. (2009). *Ontwikkelingspsychologie*. Pearson Education Benelux

Klungers, T. (januari 2002). *Van pesten naar een wij-gevoel*. Posicom

Voorkomen van pesten

Kinderen bewust maken van pesten.

Belangrijk bij het voorkomen van pesten is dat kinderen zich ervan bewust worden wat pesten is (en ook het verschil tussen pesten en plagen) en wat de gevolgen van pesten zijn (voor zowel de gepeste en de pestkop). Hierbij is het belangrijk dat het onderwerp “pesten” geregeld bespreekbaar gemaakt wordt in de klas. Wij doen dit door iedere vrijdagmorgen (ingående vanaf 20 januari 2012) in iedere klas een “sociaal kringgesprek” te plannen, waarin de volgende werkvormen aan bod kunnen komen:

- Voorlezen van een verhaal waarin pesten het onderwerp is, daarna wordt dit verhaal met de leerlingen besproken.
Doel:
 - Kinderen worden zich ervan bewust wat pesten is
 - Kinderen leren zich in te leven in kinderen die worden gepest en verdiepen ze zich in hun situatie.
- Iedere klas krijgt een “brievenbus”. Hier mogen de kinderen post in doen. Zo kunnen ze een anonieme melding maken als hun iets dwars zit, en van mogelijke pesterijen. Kleuters kunnen dit doen door middel van een tekening.
Omdat het anoniem gebeurt, durven de leerlingen sneller hun probleem kenbaar te maken. Deze post kan dan besproken worden in het sociale kringgesprek, zonder dat het concreet gericht wordt op een kind uit de groep. De leerlingen mogen hierbij ook zelf nadenken over een mogelijke oplossing die past bij de probleembrieven. Zo leren ze dat pesten te verhelpen is, worden ze gestimuleerd om na te denken en te praten over pesten, en leren ze zich te verplaatsen in een ander.
Doel:
 - de leerlingen durven sneller een melding te maken van een pesterij, doordat zij dit anoniem kunnen melden.
 - de leerkracht krijgt meer zicht op pesterijen in de klas.
- Leerlingen van groep 6, 7 en 8 vullen om de 3 maanden anoniem de Pesttest in.
Zo kan het pestklimaat van de school in kaart worden gebracht en ontstaat er een klassikaal beeld van hoe leerlingen met elkaar omgaan. De leerkracht krijg zo meer zicht op mogelijke pesterijen.
De uitslag van deze test wordt klassikaal besproken. De kinderen krijgen zo de mogelijkheid om na te denken over hun eigen gedrag rondom pesten en raken hierover met elkaar in gesprek. Ook wordt er aan de hand van de uitkomst van de test samen besproken wat goed gaat of wat er beter kan.
Doordat de leerlingen steeds opnieuw de test invullen, maakt het hen bewust van het feit dat ze zelf verantwoordelijk zijn voor het klimaat in de klas.

Toezicht tijdens de pauzes.

Uit onderzoek (Baeten & Hest, 2002) blijkt dat het meest gepest wordt tijdens de pauzes en het overblijven, omdat er vaak onvoldoende toezicht is van volwassenen voor wie de leerlingen respect hebben. Vandaar dat wij iedere pauze op het schoolplein van de onderbouw 1 leerkracht ter beschikking stellen en op het schoolplein van de bovenbouw 2 leerkrachten, om buiten toezicht te houden en om mogelijk in te grijpen als er gepest of gevochten wordt. In de onderbouw is er maar 1 leerkracht die toezicht houdt op het schoolplein, omdat er minder leerlingen zijn dan op het schoolplein van de bovenbouw.

Omgangsregels.

Goed omgaan met elkaar heeft te maken met regels en afspraken. Het vastleggen van zogeheten omgangsregels, schept veel duidelijkheid. Dit zijn de algemene regels die voor de gehele school gelden:

- Voor groot en klein, zullen we aardig zijn
- Samen spelen, samen delen, elkaar niet vervelen
- Doe niets bij een ander kind, wat je zelf niet prettig vind
- Kom niet aan een ander, als een ander dat niet wil
- Slaan of schoppen! Daar moet je snel mee stoppen
- Als de ander praat ben je stil, dan hoor je wat die zeggen wil
- Ik, jij, hij of zij. Iedereen hoort erbij
- We noemen elkaar bij de voornaam en gebruiken geen scheldwoorden
- Als je wilt dat een ander stopt met iets wat jij niet wil, dan zeg je stop (stopmethode)
- Als een ander stop zegt, stop dan (stopmethode)
- Pesten is nooit goed. Zorg dat je aardig doet
- Een bijnaam krijgen is niet fijn, want een bijnaam doet vaak pijn
- Met lachen is niks mis, zolang het maar niet om een ander is
- Noemt iemand jou vaak stom of suf, zeg dit dan tegen de meester of juf

Subregels die hier bij horen zijn:

- Maak gebruik van de stopregel als jij dit nodig vindt.
- Ga als de school uit is rustig naar buiten.
- Zorg er voor dat alle kinderen, ouders en leerkrachten het fijn hebben op school.
- We noemen elkaar bij de voornaam en gebruiken geen scheldwoorden. Vertel aan de juf of meester als er iets gebeurt wat je niet prettig of gevaarlijk vindt.
- Blijft de pestkop doorgaan dan aan de meester of juf vertellen.
- Word je gepest, praat er thuis ook over; je moet het niet geheim houden.
- Uitlachen, roddelen, en dingen afpakken of kinderen buitensluiten vinden wij niet goed.
- Niet aan spullen van een ander zitten.
- Iemand niet op het uiterlijk beoordelen.
- Nieuwe kinderen zijn ook welkom op onze school.
- Opzettelijk iemand pijn doen, opwachten buiten school, achterna zitten om te pesten, is beslist niet toegestaan

Per klas worden ook omgangsregels opgesteld, die voor die klas gelden. De regels worden altijd positief geformuleerd. Positieve formuleringen komen namelijk voort uit positieve gedachten, en stimuleren in de gewenste richting. De leerlingen worden nauw betrokken bij het opstellen van de omgangsregels in de klas.

Doel:

- de leerlingen gaan zich verantwoordelijk voelen voor de sfeer in de klas, omdat zij zelf (mede) de regels mogen opstellen.
- de leerlingen beseffen dat er regels nodig zijn om pesten te voorkomen en/of te stoppen, en doordat zij hier zelf inspraak aan hebben verbinden zij zich aan deze regels.

De stopmethode. (Klungers, 1999)

De stopmethode is te gebruiken als noodstopmaatregel, maar ook als preventiemethode.

Als je wilt dat een ander stopt met "iets" wat jij niet wilt, dan zeg je "stop", de ander stopt dan meteen

Zowel het kind, als de leerkracht kan met de stopregel duidelijk zijn of haar grens aangeven.

Voordeel van de stopmethode is dat kinderen leren een probleem grotendeels zelf op te lossen, en zo de nodige vaardigheden die ze daarbij nodig hebben ontwikkelen. De leerkracht komt alleen in beeld, als toehoorder bij jonge kinderen, of als beide partijen er niet uit komen.

Tevens is er geen misvatting meer mogelijk over wanneer een kind over de grens van een ander gaat, stop=stop.

De gehele methode gaat uit van een win/win strategie, en de vooronderstelling dat iedereen er mag zijn.

Als een kind "door de stop van een ander kind heen gaat" doorlopen we de volgende procedure:

1. De benadeelde meldt zich bij de leerkracht met de klacht.
2. De leerkracht laat het kind, dat door de stop heen ging, bij zich komen.
3. De leerkracht geeft de kinderen de opdracht om hun probleem uit te praten, en als dat gelukt is, om dat even te melden. Ze hoeven verder niet te zeggen hoe ze het opgelost hebben, of wat het probleem was.
4. De kinderen komen weer bij de leerkracht en melden, dat ze er uit gekomen zijn, of dat ze er niet uitkomen. Als het ene kind meldt, dat ze er uit gekomen zijn, dan vraagt de leerkracht nog aan het andere kind of hij het probleem ook opgelost vindt. Zo ja, dan kunnen de kinderen weer gaan spelen, en als het andere kind het probleem nog niet opgelost vindt, dan moeten ze weer gaan praten. Indien de kinderen aangeven, dat ze er niet uitkomen, dan volgt punt 5.
5. Indien de kinderen er niet uitkomen, dan komt de leerkracht erbij en vraagt: "Wanneer is het probleem opgelost voor jou?" Dit vraagt de leerkracht aan beide kinderen (om de beurt). De leerkracht vraagt in dit stadium dus niet: "Wat is er gebeurd?" Vaak is het probleem nu opgelost.
6. Indien het probleem niet opgelost wordt, wordt er een afspraak voor een uitvoerig gesprek gemaakt op een daarvoor geschikt tijdstip.

Kinderen die ervaren zijn met de stopmethode, doorlopen meestal de punten 1 t/m 4, waarbij ze zich afmelden, omdat het probleem is opgelost. Dit bespaart enorm veel leerkrachtijd, want die hoeft in feite niets te doen en de kinderen worden sociaal vaardiger en leren hun eigen problemen oplossen!

De stopmethode is niet alleen handig bij het “uitpraten van een probleem”.
Met de stopmethode kun je zaken aan het licht brengen en geweld voorkomen:

- Een kind dat heel vaak stop zegt, wordt wellicht gepest
- Een kind, dat vaak door een stop van andere kinderen heen gaat, moet beter leren, dat stop betekent dat je moet stoppen.
- Een kind dat veel het woordje “stop” te horen krijgt, terwijl u bij herhaling het kind niets bijzonders ziet doen, wordt wellicht in de groep onvoldoende geaccepteerd en gepest.
- Stop zeggen is eigenlijk het zelfde als nee zeggen. Als een kind geen stop durft te zeggen, durft het wellicht ook geen nee te zeggen. Het aangeven van grenzen is heel belangrijk, dus is het belangrijk om te weten of het kind zijn of haar grenzen durft aan te geven.
- Met de stopmethode wordt voor een groot deel geweld voorkomen. Kinderen gebruiken soms geweld, omdat ze zich willen laten doen gelden, of omdat ze zich heel erg irriteren en ontploffen. Voordat ze zo boos worden, kunnen ze tegen diegene zeggen, die irriteert: “stop”.

Literatuur of websites die men kan raadplegen:

Baeten, M. & Hest, van J. (2002). *Kinderen en ingrijpende situaties*. Hilversum: Uitgeverij Kwintessens
Klungers, T. (januari 2002). *Van pesten naar een wij-gevoel*. Posicom
Snoek, C. & Maier, R. (2002). *Kinderen en schoolplein, speelplaats*. Hilversum: Uitgeverij Kwintessens
Meer, van der B. (1999). *Lees- en voorleesboeken over pesten*. Uitgeverij Algemeen Pedagogisch Studiecentrum. (Dit boek geeft leerkrachten van basisschool een overzicht van bestaande boeken over het onderwerp pesten. De titels zijn onderverdeeld naar leeftijd: 4 tot 7 jaar, 8 tot 11 jaar en 12 jaar (en ouder)).
<http://www.pestweb.nl/>
<http://www.omgaanmetpesten.nl/>

Lees- en voorleesboeken over pesten:

ONDERBOUW

Beentjes, M. & Posthuma, S. (1997). *Ik en mijn moeder*. Uitgeverij Lemniscaat
Fuchshuber, A. (1999). *Lotje is lief*. Uitgeverij De Vries Brouwers
Genechten, van G. (1999). *Rikki*. Uitgeverij Clavis
Green, J. (2000). *Ze pesten me!*. Uitgeverij Kwintessens

MIDDENBOUW

Bel, de M. (1999). *Hippo*. Uitgeverij Zwijsen
Kirkegaard, Lind O. (1989). *Pudding Tarzan*. Uitgeverij Van Goor
Leeuwes, C. (2000). *Onweer in je hoofd*. Uitgeverij Sjaloom
Slee, C (1991). *Kaatje Knal en de biefstukbende*. Uitgeverij Prometheus

BOVENBOUW

Chambers, A. (1985). *Tirannen*. Uitgeverij Querido
Coolwijk, van de M. (2000). *Ik ben niet bom*. Uitgeverij Fontein
Oldenhav, M. (1999). *Donna Lisa*. Uitgeverij Van Holkema & Warendorf
Slee, C. (1993). *Spijt*. Uitgeverij Prometheus
Tonen, G. (2000). *De jongen die nooit meer uit zijn hol wilde komen*. Uitgeverij Leopold

Aanpak

Er is gekozen voor de Vijfsporenaanpak (B. van der Meer). Deze methode is bedacht door de Noor Olweus. Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat dit één van de weinige effectieve manieren is om pesten aan te pakken, vooral door het effect op de lange termijn.

Deze aanpak is gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn bij pesten; het gepeste kind, het kind dat pest, de ouders, de klasgenoten en de leerkrachten. Wij als school vinden het belangrijk dat aan al deze betrokkenen steun geboden wordt en wij zijn er van overtuigd dat pesten het meest effectief bestreden kan worden als men alle betrokkene partijen ook bij de aanpak betreft.

1. Steun bieden aan het kind dat gepest wordt:

- Als een kind aangeeft dat het gepest wordt, geloof dit dan. Het is belangrijk dat deze mededeling serieus genomen wordt, omdat het voor het kind een grote stap is om dit te melden.
- Het is belangrijk dat er naar het kind geluisterd wordt, en dat er verhelderingvragen gesteld worden (hoe, hoe vaak en door wie wordt het kind gepest?).
- Hoe reageert het kind zelf op de situatie? (hullen en boos worden is vaak een reactie die de pestkop wil uitlokken, dus is het belangrijk dat het kind leert om op een andere manier te reageren).
- Met het kind overleggen over mogelijke oplossingen (wat wil het kind zelf?).
- Samen met het kind werken aan de oplossingen.
- Sterke kanten van het kind benoemen.
- Vervolg gesprekken met het kind voeren over het verloop van de aanpak.
- Het kind belonen als de aanpak werkt (zich anders opstelt).
- Ten alle tijden wordt er contact opgenomen met de ouders van het gepeste kind. Indien het pesten al langer duurt en ernstige vormen aangenomen heeft, worden bovenstaande punten in overleg met de ouders en het kind behandeld. School houdt de ouders op de hoogte van de situatie (dit gebeurt in overleg met de ouders).
- Zo nodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt.

2. Steun bieden aan het kind dat zelf pest:

- Praten met het kind (wat is de reden van het pesten/ruzie maken?).
- Met het kind bespreken wat pesten voor een ander betekent.
- Het kind zijn of haar excuses laten aanbieden aan het gepeste kind.
- Consequentie verbinden aan het pestgedrag, dit wordt niet getolereerd op onze school.
- Het kind helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.
- Het kind helpen om zich aan regels en afspraken te houden (grenzen en consequenties duidelijk maken voor het kind).
- Vervolg gesprekken met het kind voeren om te kijken hoe het met de afspraken en regels om gaat.

- Belonen als het kind zich aan de afspraken en regels houdt, straffen als het de afspraken en regels overtreedt.
- De ouders van het kind dat pest worden op de hoogte gesteld. School en ouders overleggen en informeren elkaar. Men leeft zich in in het kind, waarom pest het kind? Vervolgens worden er afspraken gemaakt over de aanpak op school en thuis. Deze aanpakken worden op elkaar afgestemd. Ouders en school houden elkaar op de hoogte over deze aanpak (in overleg).

3. De ouders van het gepeste en van het pestende kind steunen:

- Ouders die zich zorgen maken over pesten serieus nemen.
- Ouders worden op de hoogte gehouden van peestsituaties.
- Ouders informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt:

Tips voor ouders van het kind dat gepest wordt:

- Neem uw kind serieus. Geef uw kind steun en begrip, kinderen vinden het moeilijk om te vertellen dat ze gepest worden.
- Probeer uw mening voor u zelf te houden.
- Blijf doorvragen over hoe het kan dat uw kind gepest wordt en hoe het kind in die situatie gehandeld heeft.
- Onderzoek samen met u kind wat het zelf kan doen om uit zo'n situatie te komen. Geef uw kind steun en vertrouwen.
- Neem zelf - alleen in overleg met uw kind - actie.
- Als het pesten op school plaats vind, kunt u dit het beste direct met de leerkracht van uw kind bespreken.
School kan samen met u het pestprobleem aanpakken. Zowel op school als vanuit de thuissituatie.
- Als het pesten buiten school om gebeurt, kunt u contact zoeken met de ouders van het kind dat uw kind pest.
- Geef uw kind zelfvertrouwen door complimenten te geven. Kijk waar uw kind goed in is en moedig hem of haar hierin aan.
- Geef het kind steun in het idee dat er een einde aan het pesten komt.

Tips voor ouders van het kind dat pest:

- Neem het probleem van uw kind serieus (ontken niet meteen wat uw kind doet, het kan zijn dat het verschillend gedrag laat zien in verschillende situaties)
- Beschuldig het gepeste kind niet
- Praat met uw kind over wat er gebeurt is, probeer achter de mogelijke oorzaak van het gedrag van uw kind te komen.
- Praat met uw kind over de gevolgen van pesten, maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aan doet.
- Laat uw kind merken dat u het pesten serieus neemt en dat u vindt dat pesten niet mag.
- Besteed extra aandacht aan uw kind, corrigeer ongewenst gedrag en benoem ook het goede gedrag van uw kind.
- Het kan moeilijk worden voor uw kind om een andere rol te krijgen in de klas. Het kan soms helpen om uw kind aan te melden bij een vereniging of sportclub.
- Neem ten alle tijden contact op met school. Bespreek dit van te voren met uw kind, zodat het kind weet dat school er ook van op de hoogte is.

De school kan samen met u het pestprobleem aanpakken. Zowel op school als vanuit de thuissituatie.

- Zo nodig ouders doorverwijzen naar deskundige ondersteuning.

4. De klas betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem:

Deze punten komen allemaal aan de orde in de sociale kringgesprekken die minimaal een keer per week in de klas plaatsvinden.

- Met de kinderen praten over pesten en over hun eigen rol daarbij.
- Met de kinderen overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.
- Samen met de kinderen werken aan de oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.

5. De algemene verantwoordelijkheid van de school:

- De school zorgt dat de directie, de mentoren en de docenten voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten in de eigen groep en de eigen school.
- De school neemt stelling tegen het pesten.
- De school werkt aan een goed beleid rond pesten en veiligheid van leerlingen waar de hele school bij betrokken is.

Literatuurlijst

Baeten, M. & Hest, van J. (2002). *Kinderen en ingrijpende situaties*. Hilversum: Uitgeverij Kwintessens

Feldman, S. (2009). *Ontwikkelingspsychologie*. Pearson Education Benelux

Groot, de C. (2004). *Pestprotocol, een voorbeeld*. Uitgeverij: Eduforce

Klungers, T. (januari 2002). *Van pesten naar een wij-gevoel*. Posicom

Meer, van der B. (datum niet bekend). *Vijfsporenaanpak*. Verkregen op 3 januari 2012 via <http://www.bobvandermeer.info/>

Ouders en co. (maart 2010). Tien tips voor het ontwikkelen van een pestprotocol. Verkregen op 30 december 2011 via www.ouders.net

Voets, J. (2010). *Pesten*. Verkregen op 30 december 2011 via <http://www.orthopedagogiek.com/>

Auteur niet bekend (datum niet bekend). *Gevolgen van pesten*. Verkregen op 30 december 2011 via <http://www.pestweb.nl/>

Auteur niet bekend (datum niet bekend). *Vijfsporenaanpak*. Verkregen op 30 december 2011 via <http://www.pestweb.nl/>

Auteur niet bekend (datum niet bekend). *Wat kan ik doen als mijn kind gepest wordt*. Verkregen op 3 januari 2012 via <http://www.pestweb.nl/>

Auteur niet bekend (datum niet bekend). *Mijn kind pest*. Verkregen op 3 januari 2012 via <http://www.pestweb.nl/>