

Inhoudsopgave

- Eisen Ministerie en de Inspectie “sociaal veilige school” p. 2 t/m 5
- Informatie over pesten p. 6
- Preventieve aanpak t.a.v. pesten p. 7-8
- Curatieve aanpak t.a.v. pesten p. 9 t/m 12

Bijlagen:

- Bijlage 1: Achtergrondinformatie omtrent pesten p. 13 t/m 19
- Bijlage 2: Gesprekskaarten steungroepaanpak p. 20 t/m 25
- Bijlage 3: Verslag gesprek met leerling (slachtoffer) p. 26
- Bijlage 4: Verslag steungroep p. 27
- Bijlage 5: Vervolggesprek p. 28
- Bijlage 6: Verslag steungroep (na 2 weken) p. 29-30
- Literatuurlijst p. 31

Anti-pest beleid Basisschool Schinveld

Naast achtergrondinformatie wordt in dit document de preventieve en curatieve aanpak ten aanzien van pesten verwoord.

Het Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap heeft aangegeven te verwachten dat alle scholen in het schooljaar 2015-2016 een anti-pestprogramma heeft dat aan de landelijke criteria voldoet (Dekker, 2013). Staatssecretaris Sander Dekker heeft, januari 2015, met de koepelorganisaties afgesproken dat de anti-pestprogramma's niet verplicht worden. Scholen mogen zelf bepalen hoe ze pesten aanpakken. Er komt geen verplichting om hiervoor door het Ministerie aangewezen anti-pestprogramma's te gebruiken. Wel worden scholen wettelijk verantwoordelijk voor een 'sociaal veilige school'. Ze moeten kunnen aantonen dat hun aanpak van pesten werkt. Dekker gaat daarnaast met scholen en experts in overleg om te zien wat de beste aanpak is. Hij benadrukte dat scholen zelf ruimte moeten houden voor hun eigen aanpak.¹

*"21-01-2015 | Scholen krijgen een wettelijke zorgplicht om zorg te dragen voor sociale veiligheid op school. Monitoring hiervan komt bij de school te liggen. Ter ondersteuning van dit beleid worden taken belegd bij één persoon op school, die coördineert en aanspreekpunt is."*²

Belangrijkste 3 punten uit het wetsvoorstel voor elke school:³

1. Expliciete verantwoordelijkheid voor het voeren van sociaal veiligheidsbeleving.
2. Verplichte monitoring van de veiligheidsbeleving van leerlingen.
3. Beleggen van de volgende taken bij een persoon: een vast aanspreekpunt voor leerlingen en ouders en coördinatie van het anti-pestbeleid.

De **verplichting** bestaat uit het ontwikkelen van een set samenhangende maatregelen, gericht op preventie en het afhandelen van incidenten.

De verwachtingen van de inspectie ten aanzien van sociaal emotionele ontwikkeling en een 'veilige school'. In de laatste kolom staan aanvullingen m.b.t. de werkwijze van Basisschool Schinveld.

Kwaliteitsaspect 2

De aangeboden leerstofinhouden bereiden de leerlingen voor op vervolgonderwijs en samenleving.

Opmerkingen/ aanvullingen m.b.t. onze werkwijzen.

¹ Bron: <http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/veilig-leren-en-werken-in-het-onderwijs/aanpak-pest-en-cyberpesten>

² Bron: http://www.schoolveiligheid.nl/artikel/-/asset_publisher/vD5jULECg2gc/content/scholen-krijgen-wettelijke-zorgplicht-sociale-veiligheid?p_auth=ILSuOZH6&redirect=http%3A%2F%2Fwww.schoolveiligheid.nl%2Fhome%3Fp_id%3D101_INSTANCE_r9zKQISksM5y%26p_lifecycle%3D0%26p_state%3Dnormal%26p_mode%3Dview%26p_col_id%3Dcolumn-4%26p_col_count%3D2

³ Bron: www.schoolveiligheid.nl

2.5	De school heeft een specifiek aanbod om sociale competenties te ontwikkelen.	<p><i>De school zet diverse methodieken in om aan deze voorwaarden te voldoen.</i></p> <p><i>De sociale competenties worden ontwikkeld door de methodiek Kwink (SEO). Deze methode is gericht op preventie en het SEL (Sociaal Emotioneel Leren).</i></p> <p><i>Tevens zijn de onderdelen 'actief burgerschap', 'sociale integratie' en mediawijsheid verwerkt in deze methode. Kwink wordt schoolbreed ingezet.</i></p> <p><i>Daarnaast worden bovenstaande onderdelen ook aangeboden bij de methodieken Blink (WO), Taal op Maat (Taal) en Speelplezier. Door de actuele teksten van Nieuwsbegrip (Begrijpend lezen), het beginnen van de dag met 'De dag vandaag' en het kijken van het jeugdjournaal in de klassen wordt tevens aan dit doel voldaan. Daarnaast wordt er schoolbreed aandacht besteed aan thema's zoals 'week tegen pesten' en 'week van respect'.</i></p>
2.6	De school heeft een aanbod gericht op bevordering van actief burgerschap en sociale integratie, met inbegrip van het overdragen van kennis over en kennismaking met de diversiteit in de samenleving.	<p><i>Daarnaast worden bovenstaande onderdelen ook aangeboden bij de methodieken Blink (WO), Taal op Maat (Taal) en Speelplezier. Door de actuele teksten van Nieuwsbegrip (Begrijpend lezen), het beginnen van de dag met 'De dag vandaag' en het kijken van het jeugdjournaal in de klassen wordt tevens aan dit doel voldaan. Daarnaast wordt er schoolbreed aandacht besteed aan thema's zoals 'week tegen pesten' en 'week van respect'.</i></p>
<p>Kwaliteitsaspect 4</p> <p>Het schoolklimaat wordt gekenmerkt door veiligheid en respectvolle omgangsvormen.</p>		<p><i>Daarnaast worden bovenstaande onderdelen ook aangeboden bij de methodieken Blink (WO), Taal op Maat (Taal) en Speelplezier. Door de actuele teksten van Nieuwsbegrip (Begrijpend lezen), het beginnen van de dag met 'De dag vandaag' en het kijken van het jeugdjournaal in de klassen wordt tevens aan dit doel voldaan. Daarnaast wordt er schoolbreed aandacht besteed aan thema's zoals 'week tegen pesten' en 'week van respect'.</i></p>
4.1	De ouders zijn betrokken bij de school door de activiteiten die de school daartoe onderneemt.	<p><i>Aan het begin van ieder schooljaar krijgen de ouders een overzicht met alle activiteiten voor dat jaar. De ouders kunnen op deze lijst aangeven waar zij kunnen en willen helpen. Daarnaast worden ouders tijdig op de hoogte gebracht van (schoolbrede) activiteiten en/of wijzigingen in het programma.</i></p> <p><i>De ouders worden geïnformeerd middels de nieuwsbrief op Isy. Daarnaast gebruiken de leerkrachten dit programma om ouders op de hoogte te houden van de gebeurtenissen in de groep van hun kind. Mochten er nog activiteiten zijn waarbij ouderhulp gewenst is, wordt dit tevens op Isy geplaatst. Ook speciale weken, zoals de 'week tegen het pesten' en 'de week van respect' worden geagendeerd in de nieuwsbrief. De gedragsverwachtingen (de kwink van de week) worden op een openbare ruimte in de school gevisualiseerd.</i></p>
4.2	De leerlingen voelen zich aantoonbaar veilig op school.	<p><i>In alle groepen worden de ZIEN! Lijsten voor de <u>leerkrachten</u> ingevuld. Dit gebeurt in oktober/november. Bij groep 1 en 2 gebeurt dit enkel voor de risicoleerlingen. Voor de overige leerlingen vullen zij de Groeiwijzer in. Deze lijsten worden na afname middels het analyseformulier geanalyseerd. In februari is deze analyse een onderdeel van de groepsbespreking met de intern begeleider.</i></p> <p><i>In groep 3 en 4 wordt de papieren versie van de <u>leerlingenvragenlijst</u> afgenomen.</i></p> <p><i>Vanaf groep 5 wordt digitaal de <u>leerlingenvragenlijst</u> ingevuld.</i></p> <p><i>Beide leerlingenvragenlijsten worden in november ingevuld. De lijsten geven een duidelijk beeld ten aanzien van de veiligheidsbeleving van de leerlingen. Samen met de leerkrachtlijst is de leerlingenvragenlijst een input voor kindgesprekken en de oudergesprekken.</i></p> <p><i>In groep 7 en 8 worden deze gegevens in maart aangevuld met een <u>vragenlijst leerlingtevredenheid van Vensters PO</u>.</i></p>

4.3	Het personeel voelt zich aantoonbaar veilig op school.	<i>Dit wordt gemeten middels de leerkrachtenquête van Movare. Daarnaast worden gesprekken met de leidinggevende gevoerd. Frequentie van deze gesprekken: jaarlijks, frequentie wordt verhoogd indien gewenst.</i>
4.4	De school heeft inzicht in de veiligheidsbeleving van leerlingen en personeel en in de incidenten die zich op het gebied van sociale veiligheid op de school voordoen.	<i>Fysieke veiligheid wordt wel gemeten vanuit Movare. Incidenten worden genoteerd in het programma ParnaSys.</i>
4.5	De school heeft een veiligheidsbeleid gericht op het voorkomen van incidenten in en om de school.	
4.6	De school heeft een veiligheidsbeleid gericht op de afhandeling van incidenten in en om de school.	
4.7	Het personeel van de school zorgt ervoor dat de leerlingen op een respectvolle manier met elkaar en anderen omgaan.	<i>Leerkrachtgedrag.</i>
Kwaliteitsaspect 9		
De school heeft een systeem voor kwaliteitszorg.		
9.7	De school draagt zorg voor de kwaliteit van het onderwijs gericht op bevordering van actief burgerschap en sociale integratie, met inbegrip van het overdragen van kennis over en kennismaking met de diversiteit van de samenleving.	<i>Naast de methode Kwink wordt dit aspect in meerdere methodieken verwerkt. Denk o.a. aan Taal op Maat, Nieuwsbegrip en Blink. Daarnaast wordt hier aandacht aan geschonken tijdens de vieringen en overige projecten. Hierdoor wordt voldaan aan de kerndoelen.</i>

Bron: 'toezichtkader inspectie PO' http://www.onderwijsinspectie.nl/binaries/content/assets/Actueel_publicaties/2012/brochure-toezichtkader-po-vo-2012.pdf

2. Monitoring

Verplichte monitoring⁴

Het is van belang een meetinstrument te gebruiken dat een actueel en representatief beeld geeft van de veiligheidsbeleving van de leerlingen. Deze monitoring moet drie soorten vragen bevatten:

- Vragen naar het vóórkomen van incidenten op school.
- Vragen over de veiligheidsbeleving van leerlingen.
- Vragen over het welbevinden van leerlingen.

Werkwijze Basisschool Schinveld

Om te voldoen aan dit onderdeel gebruiken we ons SEO- volgsysteem ZIEN!.

In alle groepen worden de vragenlijsten voor de leerkrachten ingevuld. Dit gebeurt in oktober/ november. Bij groep 1 en 2 gebeurt dit enkel voor de risicoleerlingen. Voor de overige leerlingen vullen zij de Groeiwijzer in. Dit volgsysteem hoort bij hun methodiek Speelplezier. Deze lijsten worden na afname middels het analyseformulier geanalyseerd. De graadmeters 'betrokkenheid' en 'welbevinden' staan hierbij centraal. Wanneer een leerling beneden gemiddeld scoort op een van deze onderdelen, zullen er acties volgen.

In de groepen 3 en 4 wordt de papieren versie van de leerlingenvragenlijst afgenomen.

⁴ en ⁶ Bron: www.schoolenveiligheid.nl

Vanaf groep 5 wordt digitaal de leerlingenvragenlijst ingevuld. Beide leerlingenvragenlijsten worden in november ingevuld. De lijsten geven een duidelijk beeld ten aanzien van de veiligheidsbeleving van de leerlingen.

Samen met de leerkrachtlijst is de leerlingenvragenlijst een input voor de kindgesprekken en de oudergesprekken in november. In de groepen 7 en 8 worden deze gegevens in maart aangevuld met een vragenlijst leerlingtevredenheid van Vensters PO.

De groepsleerkracht analyseert deze gegevens op groepsniveau. De gedragsspecialist analyseert op schoolniveau alle lijsten. Deze (school)analyse wordt met de directeur besproken. Het verslag zal gestuurd worden naar de intern begeleiders en de directie. De directeur plaatst ze daarna in een schoolmap.

Eventuele opvallendheden worden met de betreffende leerkracht besproken. In februari is deze analyse een onderdeel van de groepsbespreking met de intern begeleider.

De gegevens ten aanzien van de veiligheidsbeleving (ZIEN!) worden gedeeld met de inspectie. De gegevens van de vragenlijst leerlingtevredenheid van Venster PO worden geplaatst op de site VenstersPO en is openbaar voor iedereen die de gegevens wilt inzien, waaronder de ouders.

3. Coördinator

Vast aanspreekpunt⁵

Binnen elke school is een vast aanspreekpunt voor leerlingen en ouders en een vaste coördinator van het anti-pestbeleid.

Voor ouders en leerlingen is het van belang om een laagdrempelig aanspreekpunt te hebben op school wanneer er gepest wordt. Het wetsvoorstel schrijft daarom voor dat iedere school een persoon aanstelt die het beleid tegen pesten coördineert en fungeert als aanspreekpunt.⁶

Werkwijze Basisschool Schinveld

Op Basisschool Schinveld hebben we twee vertrouwenspersonen (Olga van der Naald en Ron van Wessel). De gedragsspecialist (Wendy Janssen) is de pestcoördinator. Deze gegevens staan vermeld in de schoolgids. Tevens kunnen de ouders altijd terecht bij de groepsleerkracht. Indien nodig verwijzen zij naar de diverse aanspreekpunten.

⁶<http://www.schoolveiligheid.nl/documents/63337/214695/Factsheet+%27Wetsvoorstel+Sociale+veiligheid+op+school%27/a26ebca7-3825-49d5-8e29-d151ebb32eab>

Pesten?

In bijlage 1 wordt achtergrondinformatie gegeven over het onderwerp 'pesten'. De belangrijkste punten en de aanpakken ten aanzien van pesten worden hieronder beschreven.

Definitie van pesten:

"Iemand wordt gepest wanneer hij of zij herhaaldelijk en langdurig wordt blootgesteld aan negatieve handelingen door één of meer personen"

- Dan Olweus, 1996 -

In onze schoolgids en pestprotocol hanteren we de volgende omschrijving:

Onder "pesten" verstaan we het langdurig uitoefenen van geestelijk en/of lichamelijk geweld, door één persoon of groep tegen (meestal) één kind, dat niet in staat is zichzelf te verdedigen.

Wereldwijd wordt gemiddeld 10% van de kinderen gepest.

Pesten kan op verschillende manieren gebeuren:

1. **Verbale pesterijen:** iemand uitschelden of iemand bijnamen geven of kwalijke opmerkingen maken naar de ander.
2. **Relationele pesterijen:** iemand buitensluiten door hem niet mee te laten spelen of door hem niet mee te laten werken in een groepje.
3. **Mentale pesterijen:** iemand bedreigen of dingen laten doen. Dit soort pesterijen vindt vaker na school plaats.
4. **Fysieke pesterijen:** iemand opzettelijk pijn doen door te schoppen, slaan, krabben, duwen of aan haren te trekken, etc.
5. **Materiële pesterijen:** iemands spullen stelen, beschadigen of verstoppen.
6. **Digitaal pesten:** online op internet, via sociale media of de mobiele telefoon.

Preventieve aanpak ten aanzien van pesten

Zowel de school als geheel als iedere leerkracht afzonderlijk probeert pesten te voorkomen. Deze preventieve aanpak op Basisschool Schinveld bestaat o.a. uit:

- Het streven naar een goed pedagogisch klimaat. Het bieden van veiligheid en geborgenheid voor alle leerlingen. Gedurende het schooljaar bieden we groepsvormende activiteiten aan. Door het stimuleren van een positieve groep vanuit onderstaande normen en waarden (het realiseren van een 'wij-gevoel') handelen we preventief ten aanzien van pestgedrag.
 1. Iedereen voelt zich veilig in de groep.
 2. We respecteren elkaar.
 3. We communiceren positief met elkaar.
 4. We werken samen en helpen elkaar.Tevens worden groepen gevormd (in wisselende samenstellingen) met als doel het bevorderen van de samenwerking en het positief omgaan met elkaar.
- Het aanleren/ stimuleren van sociale vaardigheden middels onze methodiek Kwink. Deze methode is een preventieve, groepsbrede aanpak voor sociaal-emotioneel leren, gericht op het aanleren van positief gedrag en het creëren van een veilig groepsklimaat. (zie figuur 1) Hierdoor zouden gedragsproblemen, waaronder pesten, verminderend en/of voorkomen kunnen worden. De lessen zijn gekoppeld aan de verschillende fasen van de groepsvorming. Hierdoor loopt de groepsvorming schoolbreed. Daarnaast staat elke week voor alle groepen dezelfde gedragsverwachting centraal. Hierdoor wordt een doorgaande lijn en een schoolbrede aanpak gewaarborgd.⁸
- Het schoolbreed deelnemen aan diverse projecten zoals “Week van Respect” en “Week tegen Pesten”. In de groepen 5 en 6 wordt dit aangevuld met oefeningen van Rots en Water en het vertellen van gezegdes, anekdoten of verhalen met een moraal met een opvoedkundig of vormend karakter. In de groepen 7 en 8 wordt bovenstaand aanbod aangevuld met de projecten “Samen sociaal online; Safe & Social” (groep 7), project “Training for kidz”(groep 7 & 8) en het project "Spijt"(groep 8).
- Het tijdig signaleren van pestgedrag door de leerkracht. Men probeert zicht te krijgen op de oorzaak, de omvang van het pestgedrag en de mogelijke gevolgen voor het slachtoffer.
- Het duidelijk stelling nemen. Indien de leerkracht onomstotelijk pesten heeft gesignaleerd, geeft hij/zij duidelijk aan dat hij/zij dergelijk gedrag niet accepteert. Men probeert het empathisch vermogen van de pester en de zwiigende middengroep te vergroten.

Om pestgedrag te voorkomen wordt gewerkt aan een houdingsverandering bij de leerlingen en op veranderingen in het pedagogisch klimaat in de klas.

De activiteiten zijn gericht op samenwerking, groepswork, agressie kanaliseren, bespreekbaar maken van frustratie, opstellen van gezamenlijke regels. De manier waarop kinderen met elkaar omgaan wordt niet alleen bepaald door de sociale vaardigheden van het

⁸ De commissie van het NJI oordeelt positief over de theoretische onderbouwing van Kwink. Over de wetenschappelijke onderbouwing van de uitgangspunten, doelen en de uitwerking van het curriculum voor sociaal-emotioneel leren is de beoordelingscommissie enthousiast. (maart 2017).

kind. Er zijn ook andere, buiten het kind liggende, factoren. Deze factoren hebben te maken met het functioneren van de school, het pedagogisch klimaat en de afspraken/regels die gemaakt worden over hoe met elkaar om te gaan.

Daarom:

- Zijn er schoolregels vastgesteld.
- Wordt er oudervoorlichting gegeven (introdectieavonden, publicatie in de schoolgids, overleg met ouders van bepaalde kinderen)
- Wordt er steeds gesurveilleerd op het speelplein. Bij herhaalde klachten gaat de groepsleerkracht een gesprek aan met het kind.
- Wordt regelmatig bekeken wie naast wie zit in de klas en welk effect dat dit heeft op het functioneren van de hele groep.
- Is er aandacht voor de sfeer in de groep.
- Is ook de manier van leiden c.q. begeleiden door de leerkracht mede bepalend voor de wijze waarop men met elkaar omgaat.

	Competentie	Omschrijving
Ik competenties	Besef van jezelf	<ul style="list-style-type: none"> • Kennis van je eigen lichaam • Gevoelens herkennen en benoemen • Zelfvertrouwen
	Zelfmanagement	<ul style="list-style-type: none"> • Heftige emoties controleren • Doelgericht gedrag • Weten wanneer je hulp moet zoeken
Jij competenties	Besef van de ander	<ul style="list-style-type: none"> • Empathie • Je inleven in de ander • Diversiteit waarderen
	Relaties met anderen	<ul style="list-style-type: none"> • Vrienden maken • Vrienden houden • Conflicten voorkomen en oplossen
Wij competenties	Keuzes maken	<ul style="list-style-type: none"> • Eerlijk onderhandelen • Goed zijn voor jezelf en de ander • Zelfreflectie

Figuur 1: 'De vijf competenties van Sociaal Emotioneel Leren' (Kwink).

Curatieve aanpak ten aanzien van pesten

1. Verschil maken tussen pesten en plagen.

Als blijkt dat de signalen niet als pesten geduid kunnen worden, helpt de leerkracht de leerlingen tot een oplossing te komen. Daarbij kijken ze samen hoe ze vervelend gedrag in de toekomst kunnen voorkomen. Daarbij is het ook mogelijk om met de groep (leerlingen plus leerkracht) het voorval te bespreken en te kijken hoe de groep kan helpen om ervoor te zorgen dat vervelende situaties niet weer gebeuren.

2. Wanneer er sprake is van pesten.

Als eerste zal de leerkracht een directe aanpak inzetten. Wanneer blijkt dat deze interventies onvoldoende opleveren zal de leerkracht samen met de gedragspecialist de situatie in kaart brengen. In samenspraak met ouders, leerkracht en/of gedragspecialist zal, indien nodig, de steungroepaanpak worden opgezet. Afhankelijk van de ernst van het probleem kan beroep worden gedaan op andere deskundigen (bv. de schoolarts of Jeugdzorg), de interne begeleider, een ander teamlid, of het probleem bespreken in een gezamenlijk overleg.

Oplossingsgericht aan de slag met de groep

Leerkrachten verspillen soms veel energie aan het achterhalen van de ware toedracht van het pesten. Voor het slachtoffer is dit vaak zeer beschamend. **Straffen** is vaak een belemmering voor het beëindigen van het pesten en het verergert de situatie voor het slachtoffer. Het pestgedrag wordt subtieler en is moeilijker waar te nemen. Strategieën die beginnen bij het slachtoffer en zijn gedrag zijn in de praktijk weinig zinvol gebleken. Is een kind het slachtoffer van pesten dan heeft het beslist al alles gedaan wat in zijn vermogen ligt om het probleem op te lossen. De verantwoordelijkheid ligt bij de leerkracht en de groep! De leidraad voor deze aanpak is de 'No Blame aanpak' (Maines & Robinson; ook wel 'Support Group Method' genoemd)⁹. De stappen zijn aangevuld met de literatuur verkregen van Sue Young "De supportgroep: oplossingsgerichte aanpak bij pestgedrag in school. Van pesten naar samenwerken."¹⁰ "Sue Young heeft met haar steungroepaanpak een effectieve werkwijze beschreven over hoe je een negatieve groeps sfeer kunt ombuigen naar een positiever groeps klimaat."

"Als een school wil bereiken dat er niet of nauwelijks gepest wordt, is het effectiever stappen te ondernemen die zorgen dat er een vriendelijke, veilige en ondersteunende sfeer op school heerst, dan zich te richten op het oplossen van het 'probleem pesten'".

-Sue Young-

Tevens zien we overeenkomsten met de steungroepen van KiVa. Zowel KiVa als de No Blame aanpak zijn uit onderzoek effectieve interventies gebleken. Bij de curatieve aanpak wordt

⁹ **Bronnen:**

<http://www.noblame.nl/NBcursusinfoweb.pdf>

Leidraad No Blame aanpak bij pestsignalen

Op basis van: Robinson, G. & Maines B. (2009). Een schreeuw om hulp. De No-Blame-aanpak bij pesten. Mechelen: Bakermat.

Pesten op school. Adequaat optreden tegen pestgedrag door Dieter en Gita Krowatschek (2008)

¹⁰ Bron: Van pesten naar samenwerken. De supportgroep: oplossingsgerichte aanpak bij pestgedrag in school. (Sue Young)

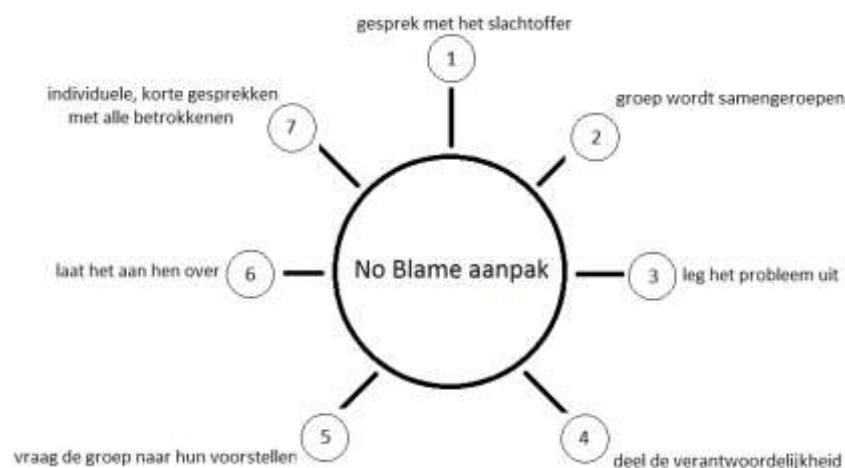
het pesten als groepsaankpak gezien, als onderdeel van het probleem én als oplossing. Onderzoekers zijn het er over eens dat het beïnvloeden van groepsprocessen essentieel is voor effectieve pestinterventies.

De effectiviteit van steungroepen

Onderzoek (50 'gevallen'): Er werd geconstateerd dat het pesten in 47 gevallen (94 %) was afgenomen en in 40 gevallen zelfs onmiddellijk was opgehouden toen er eenmaal een steungroep in het leven was gekomen. In 7 andere gevallen was de steungroep 5 keer na opstart bij elkaar geweest voordat besloten werd dat de interventie succesvol was geweest. In de drie gevallen waarin de problemen bleven was de situatie wel verbeterd. In geen enkele gevallen was het pesten erger geworden. Na het instellen van een steungroep stopte in 80% van de gevallen iedere vorm van pesten direct en 94% binnen 6 weken. Kortom: de aanpak bleek effectief voor de meerderheid van de gevallen en bleek snel te werken. Bovendien bleek het gebruik van een steungroep om het pesten te stoppen gevolgen te hebben op lange termijn. ¹¹

De essentie van de curatieve aanpak

Pesten is vooral een groepsgebeuren. De groep moet in actie komen. De steungroepaanpak is een oplossingsgerichte aanpak tegen pesten die de kinderen actief betreft; er is een gedeelde verantwoordelijkheid. Het gaat uit van een zogenaamde "No-Blame" aanpak, waarbij het probleem niet alleen bij de pester wordt neergelegd maar bij ook bij de hele groep. Deze steungroep bestaat uit een aantal kinderen die allen een verschillende rol aannemen binnen het pestgedrag. De groep bestaat uit de pester(s), meelopers en ook leerlingen van wie men een positieve groepsinvloed kan verwachten. In het onderstaand figuur worden de stappen gevisualiseerd. De uitleg van de stappen wordt vervolgens kort beschreven.



Figuur 2: 'Visualisatie van de stappen'.

¹¹ Bron: Van pesten naar samenwerken. De supportgroep: oplossingsgerichte aanpak bij pestgedrag in school. (Sue Young)

Stap 1: Gesprek met de gepeste leerling.

De begeleider gaat in gesprek met de gepeste leerling. Door dit gesprek krijgt de begeleider een duidelijk beeld van wat er is gebeurd, hoe lang het pesten zich al voordoet en welke kinderen hierbij betrokken zijn. De leerling geeft aan welke leerlingen hij graag in de volgende stap in de steungroep uitgenodigd wil hebben.

- Informatie vragen; vraag naar beleving, gevoelens van de gepeste leerling.
- Uitleg over aanpak, nadruk op niet-bestrafende aspect, vraag toestemming.
- Bespreek samen de namen om de groep samen te stellen.
- Vraag wat je WEL of NIET mag vertellen over de beleving van de gepeste leerling.
- Vraag evt. naar een verhaal of tekening over het gevoel van de gepeste leerling.
- Aangeven dat je steeds bereikbaar blijft voor de gepeste leerling.

Stap 2: Regel een gesprek met de steungroep (6 tot 8 leerlingen).

Uitgenodigd worden de pester(s), meelopers en ook leerlingen van wie men een positieve groepsinvloed kan verwachten. De gepeste leerling is **niet** aanwezig bij dit gesprek.

Stap 3: In het gesprek legt de begeleider het probleem uit aan de steungroep.

De begeleider legt uit dat er een leerling is die zich ongelukkig voelt en dat de aanwezige leerlingen een bijdrage kunnen leveren om de leerling in kwestie te helpen.

- Gebruik evt. het verhaal of de tekening van de gepeste leerling.
- Praat niet over details van gebeurtenissen.
- Beschuldig niemand.
- Maak duidelijk dat er een probleem is dat opgelost moet worden.

Stap 4: Deel de verantwoordelijkheid.

De begeleider vertelt dat in een groep ieder medeverantwoordelijk is dat iedereen zich prettig en veilig voelt. De steungroep is bij elkaar geroepen om te helpen het probleem op te lossen. De bedoeling van deze groep is om empathie op te wekken en kinderen met concrete oplossingen te laten komen om de situatie te verbeteren.

Stap 5: Vraag naar ideeën van elk groepslid.

De begeleider vraagt aan iedere deelnemer om na te denken over manieren om het pesten te stoppen en het voor de gepeste leerling weer aangenaam te maken.

- Alle positieve voorstellen aanvaarden.
- Vraag om het concreet te maken, "Hoe ga je dat doen?" (Schrijf dit ook op).
- Aandacht voor de "ik-taal" (wees niet tevreden met algemene uitspraken.)

Stap 6: Laat het aan de steungroep over.

De leerlingen gaan nu aan het werk. Ze moeten de gelegenheid en de tijd krijgen hun goede voornemens uit te voeren. De begeleider spreekt af dat hij hen na een of twee weken weer zal spreken. Hij/zij bedankt de groep voor alle goede ideeën en de steun.

Stap 7: Gesprek met ieder afzonderlijk na één of twee weken.

De begeleider vraagt aan alle leerlingen van de steungroep afzonderlijk inclusief de gepeste leerling wat er verbeterd is.

- Laat elk lid afzonderlijk vertellen over hun bijdrage.
- Gebruik de kernvragen: hoe is het nu, is het gestopt, ben je tevreden.....
- Indien de gepeste leerling niet helemaal tevreden is, kan de procedure herhaald worden.

Deze stappen zijn uitgewerkt tot gesprekskaarten (zie bijlage 2). In bijlage 3 t/m 6 zijn de (ontworpen) formulieren voor de verslaglegging te vinden.

-> Aanvullend in groep 8: film SPIJT en werkboekje. Deze interventie wordt al op onze school ingezet. Dit is tevens een onderdeel van de PRIMA aanpak (erkend als effectief bewezen anti-pestprogramma).

Bijlage 1: Achtergrondinformatie omtrent pesten¹²

Wereldwijd wordt gemiddeld 10% van de kinderen gepest.

Pesten kan op verschillende manieren gebeuren:

1. **Verbale pesterijen:** iemand uitschelden of iemand bijnamen geven of kwalijke opmerkingen maken naar de ander.
2. **Relationele pesterijen:** iemand buitensluiten door hem niet mee te laten spelen of door hem niet mee te laten werken in een groepje.
3. **Mentale pesterijen:** iemand bedreigen of dingen laten doen. Dit soort pesterijen vindt vaker na school plaats.
4. **Fysieke pesterijen:** iemand opzettelijk pijn doen door te schoppen, slaan, krabben, duwen of aan haren te trekken, etc.
5. **Materiële pesterijen:** iemands spullen stelen, beschadigen of verstoppen.
6. **Digitaal pesten:** online op internet, via sociale media of de mobiele telefoon.

Tips over (cyber)pestgedrag geformuleerd door leerlingen van groep 8.

Tips voor kinderen:

- Geef geen gegevens/je identiteit/telefoonnummer of adres door aan vreemde mensen.
- Ga alleen op betrouwbare sites.
- Niet ingaan op reacties van vreemde mensen.
- Plaats geen vreemde foto's op internet.
- Meteen je ouders raadplegen.

Tips voor ouders:

- Ontdek samen met uw kind het internet. Begin jong en praat erover met uw kind.
- Controleer uw kind wat hij/zij doet op internet.
- Kijk nadat uw kind op de computer is geweest de zoekgeschiedenis na.
- Probeer met uw kind te praten over de gevoelens van een ander.

Tips voor leerkrachten:

- Praat er met de leerlingen over.
- Houd tijdens computertijd de leerlingen in de gaten.
- Let goed op in de klas of er pestgedrag is.
- Les over pesten en erover praten als iets gebeurt.
- Goed opletten.

¹² Bronnen:

- Krowatschak, D. (2005) Pesten op school; adequaat optreden tegen pestgedrag.
- Young, S. (2012) Van pesten naar samenwerken.
- <http://www.schoolveiligheid.nl/thema/pesten/>

Definities en verschijningsvormen

"Iemand wordt gepest wanneer hij of zij herhaaldelijk en langdurig wordt blootgesteld aan negatieve handelingen door één of meer personen"

- Dan Olweus, 1996 -

Deze definitie wordt regelmatig door verschillende bronnen aangevuld met de volgende criteria:

- Er is sprake van een negatieve bedoeling.
- De negatieve handelingen zijn structureel tegen dezelfde persoon gericht.
- Er is sprake van machtsongelijkheid.
- Meestal is er sprake van een specifiek groepscontext waarin het pesten plaatsvindt (van Stigt, Mieke; socioloog en pedagoog).

Pesten is:

- De dagelijkse werkelijkheid voor veel kinderen; één op de vier kinderen zijn slachtoffer van pestgedrag (Nationaal Onderwijsprotocol tegen pesten, Den Haag).
- Geen nieuw fenomeen.
- Vaak geraffineerder en minder direct bij meisjes dan bij de jongens.
- Het systematisch misbruiken van macht.

Verkeerde ideeën over pesten:

- Dat kunnen de kinderen heel goed onder elkaar regelen.
- Dat is toch gewoon kindergedoe.
- Het is een probleem van scholen in grote steden.
- Het is de natuurlijke pikorde.
- Wie anders is, is nu eenmaal een slachtoffer.
- Dat onderwerp is erg in de mode, de problemen worden overdreven.

Hoe ontstaat pesten:

- **Pesten is een proces.** Pesten heeft voor de pestkop alleen positieve consequenties: hij voelt zich stoer en machtig en heeft lol. Hij zal het kind opnieuw lastig vallen; het begin van een vicieuze cirkel.
- **Geweningseffect.** Het pesten van de kind wordt door zijn medescholieren minder erg gevonden, omdat 'ze het altijd al doen'. Ook de leerkrachten kunnen het idee hebben dat het gedrag van de kinderen helemaal niet zo erg is, dat het bij de normale gang van zaken hoort.

Verhoogde kans op pesten

In principe loopt elke leerling in een onveilige omgeving het risico gepest te worden. Er zijn leerlingen die een verhoogde kans hebben om gepest te worden, doordat ze onbedoeld ongeschreven regels overtreden.

- Leerlingen met overgewicht; in onze samenleving is slank zijn het meest geaccepteerd.
- Leerlingen met uiterlijkheden die afwijken van gemiddeld: een bril, rood haar of een ander etnisch milieu.
- Leerlingen die moeite hebben met het interpreteren van sociale situaties, zoals leerlingen met autisme of ADHD.
- Leerlingen die hoogbegaafd en/ of hooggevoelig zijn.
- Leerlingen met fysieke handicaps.
- Leerlingen die uit gezinnen met weinig geld komen.
- Leerlingen met sociale onzekerheid (deze kinderen zijn onhandig, vermijden oogcontact en praten zacht; ze hebben weinig zelfvertrouwen en een negatief zelfbeeld; weinig gevoel van eigenwaarde).

"Een Amerikaans onderzoek (Elliott, M., 1996) bracht aan het licht dat kinderen die hun leven lang gepest werden, enerzijds heel intelligent, gevoelig en creatief waren, maar anderzijds gevoel voor humor misten. Ze zagen 'niets door de vingers' en waren niet in staat ook eens een keer een 'je bekijkt het maar mentaliteit' aan te nemen."

De rol van de leerkracht

De leerkracht heeft een grote invloed op de sfeer in een groep en zorgt voor een balans tussen ruimte geven voor grensverkendend gedrag en grenzen stellen om grensoverschrijdend gedrag te voorkomen. Een groepsproces doorloopt een aantal fases. Bij het innemen van de posities wordt bepaald hoe er met elkaar omgegaan wordt en ontstaan (vaak onuitgesproken) regels (norming en storming). Dat kan gepaard gaan met botsingen in een onrustige sfeer. Wanneer de leerkracht geen leidersrol op zich neemt, zullen leerlingen deze rol op zich nemen en bepalen zij welke normen gelden in de groep. Door niet af te wachten tot de groep normen vaststelt, maar deze in een vroeg stadium samen met de groep te formuleren, heeft de leerkracht de regie en voorkomt hij of zij een onrustige sfeer.

De leerkracht kan de volgende dingen doen om invloed te krijgen op pestgedrag:

- Neem vanaf de eerste les de leiderschapsrol in en stuur in een vroeg stadium de groepsnormering (groepsfasen).
- Neem signalen of klachten van leerlingen of ouders over pesten altijd serieus.
- Vermoed je een pestprobleem: laat betrokkenen weten dat je ziet wat er gebeurt en bied aan te willen helpen. Houd vinger aan de pols, maar grijp niet direct in. Geef leerlingen de kans het zelf op te lossen, eventueel met aanwijzingen.
- Maak het leerlingen makkelijk met vragen over pesten bij je te komen en verlaag de drempel door duidelijk te zijn over hoe je hiermee omgaat.
- Maak leerlingen bewust van hun eigen invloed op de sfeer in de groep en stuur daar ook op.
- Blijf met collega's in gesprek over observaties, gevoelens en incidenten en stem met elkaar af welke interventies geschikt zijn binnen deze groep.

Samenwerken met ouders

Het is belangrijk om goed contact te houden met ouders via samenwerking en afstemming. Ouders en school hebben een gedeelde verantwoordelijkheid voor de ontwikkeling en het

welzijn van de leerling. Daarnaast hebben ouders een enorme invloed op de leerling. Spreek daarom verwachtingen naar elkaar uit. En deel met elkaar wat je verstaat onder pesten, hoe je denkt pesten te voorkomen en hoe je denkt over de aanpak ervan. Het liefst elk jaar aan het begin van het schooljaar, bijvoorbeeld door middel van een ouderavond.

Mogelijke signalen en gevolgen

Omdat pesten vaak stiekem gebeurt is signaleren soms lastig. Vaak merk je aan de sfeer in de groep dat er iets speelt. Ook kan het gedrag van een leerling die gepest wordt een aanleiding zijn om na te gaan of er sprake is van pesten.

Voorbeelden van dergelijk gedrag zijn:

- Vaak betrokken zijn bij opstootjes in de klas of op het schoolplein.
- Vaak met een bijnaam aangesproken en/of gecommandeerd worden door klasgenoten; hij of zij is het doelwit van grappen.
- Vaak klagen over hoofdpijn, buikpijn en andere soortgelijke klachten.
- Plotseling slechtere resultaten halen.
- Regelmatig als laatste gekozen worden bij het indelen van groepjes en/of teams.
- Vaak alleen zijn tijdens pauzes. Liever bij de leerkrachten in de buurt blijven.
- Extreem reageren op kleine plagerijtjes.
- Heeft moeite zich voor de klas te uiten.
- Lijkt onzeker, angstig en verdrietig.
- Komt zeer onregelmatig op school; is een dag aanwezig, blijft twee dagen thuis, is er weer een paar dagen, blijft dan weer weg, enz.

Waarschuwingssignalen voor ouders

- Hij/zij wilt om onduidelijke redenen thuisblijven.
- Hij/zij klaagt over lichamelijke klachten voor schooltijd, zoals hoofdpijn, buikpijn.
- Hij/zij komt thuis van school met vieze of kapotte kleren of rugzak.
- Hij/zij is prikkelbaar en heeft last van wisselende stemmingen.
- Hij/zij is verdrietig, angstig en somber.
- Hij/zij slaapt slecht en/of heeft nachtmerries.
- Hij/zij is vaak alleen; er wordt niet afgesproken met klasgenoten of leeftijdsgenoten.
- Het kind weigert te vertellen hoe het op school gaat.

Gevolgen

- 'Pesten maakt ziek'. Veel kinderen reageren met psychosomatische klachten. Het hebben van hoofd- en buikpijn.
- Het heeft nadelige effecten op de leerresultaten.
- Vanuit onderzoek in Noorwegen is aangetoond dat pestende kinderen zich in vergelijking met leeftijdsgenoten sociaal negatiever ontwikkelen.
- Pestslachtoffers zijn vaak angstig, eenzaam en hebben vaker last van depressies dan kinderen die niet worden gepest.

- Niet alleen slachtoffers, maar ook hun klasgenoten die slechts getuige zijn ondervinden negatieve effecten van het pesten. Zij voelen zich schuldig omdat ze niet hebben ingegrepen. Ook de pesters zelf ondervinden negatieve gevolgen van hun gedrag. Zo is de kans groot dat zij ook in toekomstige situaties agressie zullen gebruiken als zij op jonge leeftijd niet worden gecorrigeerd.

Als niet tijdig wordt ingegrepen kunnen leerlingen die gepest zijn daar veel last van krijgen in hun verdere leven (gevolgen op langere termijn).

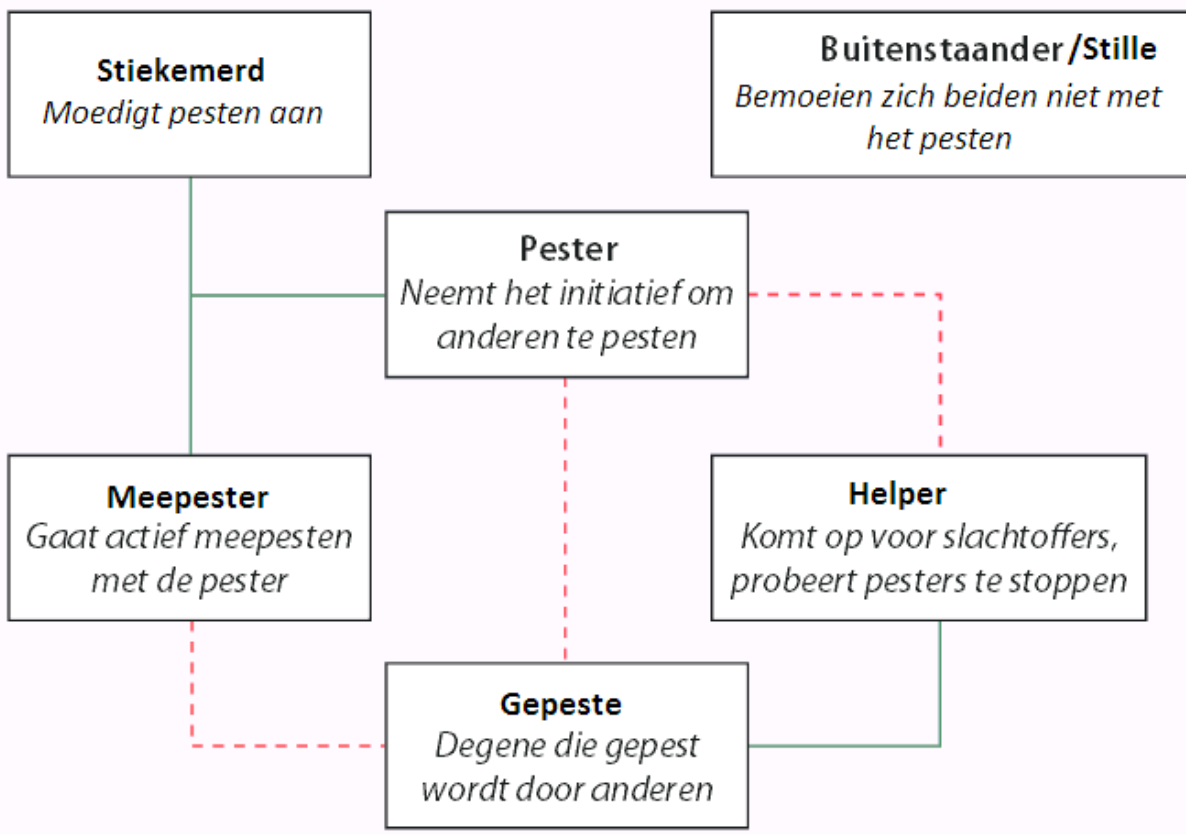
Leerlingen die lange tijd structureel gepest zijn:

- Ontwikkelen een negatief zelfbeeld;
- Hebben geen vertrouwen meer in leeftijdgenoten;
- Hebben ook geen vertrouwen meer in volwassenen; de leerkracht, degene in de klas die in de ogen van leerlingen de wijsheid in pacht heeft, heeft het pesten niet gestopt en geeft daarmee het signaal af dat pesten geaccepteerd wordt.

De verschillende rollen bij pesten

Kinderen nemen vaak allemaal een rol aan in bij pestgedrag.

- **De pester** is vaak onzeker en wilt graag aardig en stoer gevonden worden. Denkt door te pesten dat iedereen hem/haar grappig vindt.
- **De gepeste** voelt zich vaak verdrietig en eenzaam. Durft vaak niets terug te doen of het te vertellen, is bang dan nog meer gepest te worden.
- **De meepester** doet mee met pesten, denkt dat hij/zij er dan bij hoort. Is bang om zelf gepest te worden.
- **De helper** neemt het op voor de gepeste. Vindt het niet goed dat er gepest wordt en is niet bang voor de pester. Helpt graag en is daarom vaak populair.
- **De stiekemer** vindt het goed dat er gepest wordt, maar bemoeit zich er niet mee. Is bang om zelf gepest te worden. Roept anderen erbij om het pesten te steunen.
- **De buitenstaander** denkt dat er in de klas niet gepest wordt en het kan hem/haar ook niets schelen. Zolang hij/zij er zelf maar geen last van heeft.
- **De stille** bemoeit zich er niet mee. Vindt het pesten wel gemeen, maar durft niets te doen of te zeggen, is bang zelf gepest te worden.



Praktische hulp voor het gepeste kind

Door het voeren van een gesprek krijgt de leerkracht een duidelijk beeld van wat er is gebeurd, hoe lang het pesten zich al voordoet en welke kinderen hierbij betrokken zijn. Probeer het kind te helpen:

- Rechtop, zelfverzekerd en met opgeheven hoofd te lopen. Lichaamstaal speelt een essentiële rol bij de keuze van het slachtoffer.
- Door hem in de spiegel te laten kijken en met duidelijke stem 'nee' óf 'laat me met rust' te laten zeggen, terwijl hij naar zichzelf kijkt.
- Door de bedreigende situatie in een rollenspel na te spelen en te oefenen hoe er rustig, maar zelfverzekerd gereageerd kan worden.
- Door het pesten te negeren en net te doen alsof het kind er niet door geraakt wordt. "Draai je om, loop weg en vertel het aan een volwassene".
- Door humor te gebruiken.
- Door te adviseren als het enigszins mogelijk is in een groep met meerdere kinderen te blijven.
- Door het kind te overtuigen van het feit dat pesten zijn schuld niet is.
- Door het kind te vertellen dat hij aardig is. Kinderen die gepest worden, vinden zichzelf vaak niet aardig.
- Door te adviseren bepaalde gewoonten die aanleiding gegeven zouden kunnen hebben tot pesten, niet meer te doen.

- Om respect te krijgen. Het kind kan in de klas een taak krijgen, waardoor zijn aanzien vergroot wordt en de anderen duidelijk maakt dat hij ergens goed in is.
- Er is niets mis met assertiviteitstrainingen. Het aanleren van sociale vaardigheden kan veel leerlingen helpen die moeilijkheden hebben met relaties. Dergelijke initiatieven mogen echter niet rechtstreeks gekoppeld worden aan de toestand van het slachtoffer, enkel aan de algemene ontwikkeling van iedereen.

Praktische hulp voor de pester

De leerkracht voert een gesprek met het kind. Dit gesprek heeft een tweeledig doel. Ten eerste probeert de leerkracht tijdens dit gesprek de 'gevoeligheid' van de pester voor wat hij het gepeste kind heeft aangedaan te vergroten. Ten tweede probeert de leerkracht de oorzaak van het pestgedrag bloot te leggen. Het pestgedrag kan namelijk een vorm van aandacht vragen zijn.

Door het achterhalen van de oorzaak en het bieden van de juiste ondersteuning kan het sociale gedrag van de leerling veranderen. Zo nodig wordt hierbij hulp van professionele instellingen (bijvoorbeeld sociale vaardigheidstrainingen) ingeschakeld.

Bijlage 2: De gesprekskaarten voor de steungroepen

Algemene houdingsaspecten tijdens de gesprekken met de leerlingen.

Een goede houding is het allerbelangrijkste. Het is belangrijk dat een positieve houding wordt aangenomen, waarin kinderen niet worden beschadigd en veroordeeld, maar waarin de blik op de toekomst wordt gericht.

- Heb een positieve houding, waarbij je positieve verwachtingen uitspreekt.
- Bied veiligheid met een ontspannen sfeer en wees open over bedoelingen van een gesprek.
- Accepteer de leerling als persoon, maar laat merken dat bepaald gedrag niet geaccepteerd wordt.
- Laat kinderen de 'ik-taal' gebruiken. Daarmee kan je een moeilijke boodschap makkelijker brengen en toon je eerder respect.
- Toon begrip en benoem gevoelens (Dat lijkt me heel rot voor je...)
- Vraag zoveel mogelijk door naar concreet gedrag. (Wat kun je doen..., Hoe ga je dat doen...)
- Accepteer dat veel kinderen zich niet altijd bewust zijn van hun gedrag. Je kunt ze helpen om inzicht te krijgen in hun gedrag.
- Veranderingen kosten tijd... en ook veel moeite. Zorg ervoor dat een gedragsverandering voldoende oplevert, zoals gezelligheid, een fijnere sfeer, meer leuke activiteiten of meer vrijheid en eigen verantwoordelijkheid.

Basisprincipes:

1. Het moet stoppen.
2. Iedereen is verantwoordelijk.
3. Niemand wordt gestraft.

► Stap 1 Gesprek met de gepeste leerling.

Vorbereiding Stap 1:

Om jezelf voor te bereiden kunnen de volgende vragen een juiste ondersteuning zijn:

- Wat weet je over deze leerling?
- Wat is me opgevallen de laatste tijd m.b.t. deze leerling?
- Is de leerling de laatste weken/maanden veranderd?
- Welke positieve eigenschappen heeft deze leerling?
- Wil ik de ouders inlichten of niet?

Voor de leerlingen is het fijn dat ze worden waargenomen en dat iemand geïnteresseerd is in hun situatie.

Aandachtspunten gesprek met de leerling:

Zorg voor het opbouwen van een relatie en vertrouwen. Kom rustig in gesprek.

1. Het is handig te beginnen met je eigen waarnemingen over wat er gebeurd is. Dit geeft de leerling het gevoel dat je op de hoogte bent en dat hij/zij er niet alleen voor staat.

- *Het is me opgevallen dat je de laatste tijd vaker ziek was.*
- *Je bent een goede voetballer ik zie je de laatste tijd niet meer meedoen.*
- *Het valt me op dat je de laatste tijd alleen speelt op het schoolplein en ik vraag me af of er reden is daarvoor?*
- *Je ouders zijn bezorgd.*

2. Vragen hoe het met de leerling gaat

Het is belangrijk de leerling de mogelijkheid te geven te openen. In deze fase gaat het er niet om wat allemaal precies gebeurd is binnen de peetsituatie maar eerder om contact te krijgen en na te gaan hoe het met hem/haar gaat op school in het algemeen.

- *Ga je graag naar school?*
- *Voel je je hier op je gemak?*
- *Ik heb de indruk dat je de laatste tijd niet op je gemak voelt op school, is dat zo?*

3. Vraag naar de wens om verandering

Waarschijnlijk vertelt het kind dat het niet zo goed gaat, dat er moeilijkheden zijn met andere leerlingen. Dit is een goede gelegenheid te vragen of de leerling graag wil dat het weer goed komt of weer beter gaat worden op school.

Wil je graag dat jouw situatie verandert/verbetert?

- *Ik weet zeker dat ik je kan helpen, wil je dat?*

4. Positief en betrokken zijn

Normaal gesproken willen de slachtoffers dat de situatie beter wordt. Maar omdat het slachtoffer de laatste tijd veel heeft meegemaakt hebben sommige leerlingen er geen vertrouwen meer in dat het weer beter wordt. Daarom is het belangrijk een positieve instelling tegenover het slachtoffer te benadrukken en te laten zien dat je een weg weet uit deze situatie.

- *Ik wil graag dat jij je lekker kan voelen op school.*
- *Jij bent niet de enige die dit overkomt. Dit is ook anderen overkomen. Het is eerder gelukt dit soort situaties te stoppen en ik weet hoe we jouw situatie kunnen veranderen.*
- *Ik ben overtuigd dat jouw situatie gaat verbeteren nadat wij maatregelen hebben genomen. Wat denk je, wil je het proberen?*

5. Uitleg geven over de aanpak

Nadat de leerling heeft aangegeven dat hij/zij graag wil dat de situatie gaat veranderen en jij hebt aangegeven dat jij er alles aan gaat doen dat de situatie gaat veranderen, is het moment gekomen uit te leggen wat je gaat doen.

1. Uitleg geven over de steungroep

- *Ik ga met enkele leerlingen uit je klas praten.*
- *Met hen ga ik overleggen hoe wij jouw situatie en die van de klas kunnen verbeteren.*
- *Er zijn kinderen bij de steungroep die jij leuk vindt maar er zitten ook kinderen bij die niet aardig tegen je deden.*

2. Slachtoffer erbuiten houden

- *Jij hoeft niets te doen – ik ga alles regelen.*
- *Jij hoeft er niet bij te zijn – ik ga het gesprek voeren.*

3. Zekerheid geven

- *Het is belangrijk voor jou te weten dat niemand gestraft wordt en niemand in de problemen komt.*
- *Ik ga niets doen waardoor Bas (pester) nog bozer op je gaat worden. Niemand die meedoet aan het gesprek komt in de problemen.*

6. Leerlingen voor de steungroep kiezen (samen met het slachtoffer)

Uit de praktijk blijkt dat het handig is met medeleerlingen te beginnen die positief bezet zijn.

- *Wie vind je aardig, met wie wil je graag bevriend zijn?*
- *Wie uit de klas is je vriendje/vriendin?*
- *Wie heeft je wel eens geholpen/ wie denk je zal je helpen?*

Het kan soms moeilijk zijn te vragen welke kinderen de problemen veroorzaken want dat zou als klikken kunnen worden beschouwd.

- *Om je te kunnen helpen moet ik weten wie niet aardig/lelijk tegen je doet.*
- *Wie doet naar tegen je (hoofdacteurs)?*
- *Wie doet er nog mee, wie is er verder bij betrokken(meeloper, toeschouwer)?*

7. Vertrouwelijkheid een brief of tekening

Misschien vindt het slachtoffer het leuk om een brief te schrijven aan de steungroep of een tekening te maken om te laten zien of horen hoe het met hem/haar gaat of hoe hij of zij zich voelt door de peestsituatie. Jij legt uit aan de leerling dat jij de brief in de groep gaat voorlezen. Hij/zij hoeft dus verder niets te doen. De rest kan hij/zij aan jou overlaten.

Misschien zijn er dingen besproken die je absoluut niet verder mag vertellen, als dat niet eerder al afgesproken is, is nu het moment hierover afspraken te maken.

Soms wil het slachtoffer niet dat zijn naam genoemd wordt – dat is helaas niet mogelijk. Je kan uitleggen dat je geen details over de omstandigheden hoeft te noemen maar de leerlingen moeten wel weten over wie het gaat.

8. Afspraak maken over nabespreking

Aan het eind van het gesprek maak je een afspraak over de nabespreking over 8 tot 14 dagen.

De leerling zelf hoeft verder niets te doen maar je geeft haar/hem wel opdracht te kijken in hoeverre de situatie is veranderd. Voor het geval dat de leerling heel bang is, is het handig af te spreken dat hij/zij altijd bij jou terecht kan. Ouders worden ook geïnformeerd.

► Stap 2 Regel een gesprek met de steungroep (6 tot 8 leerlingen).

1. Voorbereidingsfase gesprek met de steungroep

Aandachtspunten:

- Het gesprek vindt plaats tijdens lestijd. Er moet dus overleg gepleegd worden met de leerkrachten.
- Het gesprek duurt gemiddeld een half uur.
- De steungroep steunt de leerkracht met het doel de pestsituatie te laten stoppen.
- Tijdens het gesprek staat het verkrijgen van vertrouwen van de groep centraal.

Vorbereiding voor jezelf (houding, instelling)

- Stuur de groep, oordeel niet en blijf waardierend; zorg voor een goede sfeer.
- Geen eigen ideeën inbrengen voor de oplossing.
- Verwijten onderling vriendelijk onderbreken.
- Niet reageren op provocaties of aanvallen tegenover het slachtoffer.
- Leid het gesprek steeds weer naar de toekomst (hoe kan de situatie verbeteren?).
- Begroet ieder kind; blijf oogcontact houden.
- Betrek alle leerlingen van de steungroep bij het gesprek – iedereen is belangrijk voor de oplossing.

2. Organiseer een bijeenkomst met de steungroep

2.1 Inleiding gesprek

In het begin weten de leerlingen nog niet wat hun te wachten staat. Het is daarom handig een positieve insteek te kiezen.

- *Fijn dat jullie hier zijn.*
- *Jullie zijn uit de les gehaald, ik hoop dat is geen probleem voor jullie.*
- *Je kan de groep informeren hoe lang het gesprek gaat duren.*

2.2 Je komt tot het onderwerp

- *Jullie vragen zich zeker af waarvoor jullie hier gekomen zijn.*
- *De reden is dat ik jullie hulp nodig heb.*
- *Met jullie medeleerling (Bas) gaat het niet zo goed; Bas vindt het niet meer leuk op school.*

► Stap 3 Leg het probleem uit en kweek empathie

In het gesprek legt de begeleider het probleem uit. Hij legt uit dat er een leerling is die zich ongelukkig voelt en dat de aanwezige leerlingen een bijdrage kunnen leveren om de leerling te helpen. De begeleider vermijdt iedere vorm van beschuldiging en geeft duidelijk aan dat niemand straf krijgt.

Op dit moment is het belangrijk geen verwijten te maken, in de ik-taal te spreken en te laten zien dat jij je zorgen maakt.

- *Ik maak me zorgen over Bas. Ik wil deze situatie graag verbeteren.*
- *Ik vind het belangrijk dat onze school een veilige plek is voor alle leerlingen. Ik denk dat wij allen een steentje kunnen bijdragen dat niemand bang hoeft te zijn op school. Daarom heb ik jullie uitgenodigd om jullie te vragen wat wij met zijn allen zouden kunnen doen dat Bas zich weer veilig voelt op school.*

Voor het geval dat het slachtoffer een tekening heeft gemaakt of een brief heeft geschreven kan jij die nu aan de groep voorlezen of laten zien. Aan het einde van deze fase is het iedereen in de groep duidelijk wat het probleem is.

Belangrijk: Vertel geen details en/of feiten m.b.t. de pestsituatie. Ook het woord 'pesten' wordt niet gebruikt. Het gaat over de gevoelens van het slachtoffer.

► Stap 4 Deel de verantwoordelijkheid.

1. Vertel dat iedereen er medeverantwoordelijk voor is dat anderen zich prettig en veilig voelen. De steungroep is bij elkaar geroepen om te helpen het probleem op te lossen.

2. Nadat het probleem is uitgelegd voelen sommige kinderen zich misschien ongemakkelijk. Nu is het belangrijk duidelijk te maken aan de groep dat het hier niet om straf of schuld gaat maar dat wij hier met zijn allen zijn om de situatie te verbeteren.

3. Voor het geval dat leerlingen uit de steungroep beginnen met verwijten of iemand gaan beschuldigen is het handig niet op de verwijt in te gaan maar naar de toekomst te kijken.

- *Het is niet belangrijk voor mij uit te zoeken wie wat gedaan heeft maar hoe wij het probleem kunnen oplossen en wat wij kunnen doen dat Bas weer graag naar school gaat.*
- *Er zijn een hoop dingen gebeurd die niet leuk zijn. Het verleden kunnen wij niet meer veranderen. Maar wij kunnen met zijn allen kijken hoe het in de toekomst beter kan worden.*

4. Nadat de leerlingen hebben gehoord wat het probleem is vragen zij zich soms af waarom zij erbij zitten. De leerlingen willen dan vaak weten waarom zij zijn uitgenodigd om te helpen. Het is dus handig tegenover iedere leerling een reden te kunnen noemen waarom hij/zij erbij zijn.

- *Ik heb jullie uitgenodigd omdat jullie volgens mij de juiste leerlingen zijn die mij kunnen helpen.*
- *Jullie kennen Bas en jullie klas het best.*
- *Ik heb jou (naam) uitgenodigd omdat het mij al vaker opviel dat jij goede ideeën hebt hoe je iemand kan helpen.*
- *Jij (naam) hebt een goed contact met de meeste leerlingen uit de klas. Het is makkelijk voor jou anderen dingen uit te leggen die voor de klas belangrijk zijn.*
- *Jouw juf heeft mij verteld dat jij (naam) altijd heel betrokken bent als het met iemand niet goed gaat.*

► Stap 5 Vraag naar ideeën van elk groepslid.

De begeleider vraagt aan iedere deelnemer om na te denken over manieren om het pesten te stoppen en het voor de gepeste leerling weer aangenaam te maken. Hij vraagt aan de leerlingen om hun ideeën zo concreet mogelijk te maken door hun zinnen te beginnen met "ik". Het belang van de suggesties wordt nog eens versterkt door ze op te schrijven met de naam van degene die er mee kwam en door diens letterlijke bewoording te gebruiken.

- *Hebben jullie een idee wat ieder van jullie zou kunnen doen?*
- *Wat zouden jullie leuk vinden als jullie in deze situatie waren?*

Het is belangrijk de verzamelde ideeën vast te houden en ieder idee aan een leerling te koppelen

- *Wil jij (naam) Bas het huiswerk thuis langsbrengen?*
- *Wil jij (naam) met Bas op het schoolplein spelen?*
- *Wil jij (naam) met Bas een keer afspreken om te spelen?*

► Stap 6 Laat het aan de steungroep over.

De leerlingen gaan nu aan het werk. Ze moeten de gelegenheid en de tijd krijgen hun goede voornemens uit te voeren. De begeleider spreekt wel af dat hij hen na een of twee weken weer zal spreken. Je bedankt de steungroep voor al die goede ideeën en de steun. Je geeft de verdere oplossing in hun handen.

- *Ik wil jullie bedanken voor jullie hulp*
- *Jullie hebben veel ideeën verzameld en ik weet zeker dat het voor Bas zo weer mogelijk wordt om zich goed te voelen. Ik denk dat het voor de hele klas fijn is als de sfeer weer beter wordt.*

- *Ik vertrouw op jullie steun en ben overtuigd dat jullie dat voor elkaar krijgen.*

Nabespreking afspreken

Aan het eind van het gesprek met de steungroep maak jij een afspraak voor een nabespreking.

- *Over 10 tot 14 dagen wil ik graag nog eens met jullie praten om te horen hoe het is gegaan.*

Afscheid met handslag (sommige leerkrachten werken met briefjes waarop de hulpopdrachten van het enkele kind staan en die zij het kind meegeven).

► Stap 7 Gesprek met ieder afzonderlijk na één of twee weken.

1. Met het slachtoffer:

- *Hoe ging het de laatste weken?*
- *Hoe voel je je nu?*
- *Wat is er verbeterd?*
- *Wat heb je verder nog nodig, wat wil je nog graag anders?*
- *Is er nog iets dat ik voor je kan doen?*

2. Afsluiting

Als de situatie verbeterd is:

- *Als de situatie weer slechter gaat worden – laat het me a.u.b. snel weten.*

Als de situatie niet voldoende is verbeterd:

- *Ik ga nogmaals met jouw medeleerlingen praten en dan opnieuw met jou overleggen wat wij het beste verder kunnen doen. Nieuwe afspraken maken. (extra ronde gesprek(ken)).*

3. Met de steungroepleden (apart)

Met ieder lid van de steungroep voer je een apart gesprek. Door de leerling apart te spreken heeft deze de mogelijkheid eerlijker te zijn wat tot een beter begrip kan leiden. Ook hier is het belangrijk waardering te tonen voor de bijdrage van ieder leerling van de steungroep. De gesprekken duren tussen 5 tot 10 minuten.

3.1 Opbouw gesprek:

- *Wij hadden afgesproken dat ik iedereen nog eens zou aanspreken hoe het nu gaat met Bas. Ik ben benieuwd hoe jij de situatie nu inschat en of jij vindt dat de situatie verbeterd is.*

3.2 Aansluitend vraag jij de leerling over de situatie:

- *Wat heb jij waargenomen? Wat is verbeterd?*
- *Wat denk jij hoe het nu gaat met Bas?*
- *Wat denk jij zou moeten gebeuren dat Bas zich beter voelt in de klas?*
- *Hoe vond jij de steungroep?*

4. Afsluiting

Als de situatie is verbeterd bedank je de leerling voor de steun en hulp.

Als de situatie niet voldoende is verbeterd dan geef jij aan dat er nog een bijeenkomst met de groep zal plaatsvinden en dank jij de leerling voor de hulp.

Bijlage 3: Verslag van een gesprek met de leerling (slachtoffer)

Naam:

Datum:

Vorbereiding/ voorkennis. Wie heeft gesprek aangevraagd?

Reden van het gesprek (vanuit de leerling en/of ouders)

Gewenste toekomst

Leerlingen voor de steungroep (met onderbouwing keuze)

Brief/Tekening?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nee
------------------------	------------------------------------	-------------------------------------

Afronding
Gemaakte afspraken

Vervolgafpraak		
Ouders geïnformeerd?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nee

Bijlage 4: Verslag steungroep

Datum:

Leerling die hulp nodig heeft: Korte omschrijving reden van het gesprek:	
Verslag van het gesprek	
Naam	Suggestie
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	

Afronding
Gemaakte afspraken
Vervolgafpraak

Bijlage 5: Vervolggesprek (na 1 á 2 weken)

Naam:

Datum:

Wat gaat er beter? Wat is er veranderd?

Rol van de supportgroep?

Wat heb je verder nog nodig/ Wat wil je graag nog anders?

Is er nog iets dat ik voor je kan doen?

Afronding

Afsluiting

Ja

Nee

Vervolgafspraak?

Ja

Nee

Datum:

Afspraken:

Bijlage 6: Verslag steungroep (na 2 weken)

Datum:

Verslag van het gesprek	
Naam	Suggestie
1.	
Wat heb jij waargenomen? Wat heb jij gedaan om dit te bereiken? Ervaringen steungroep?	
Naam	Suggestie
2.	
Wat heb jij waargenomen? Wat heb jij gedaan om dit te bereiken? Ervaringen steungroep?	
Naam	Suggestie
3.	
Wat heb jij waargenomen? Wat heb jij gedaan om dit te bereiken? Ervaringen steungroep?	
4.	
Wat heb jij waargenomen? Wat heb jij gedaan om dit te bereiken? Ervaringen steungroep?	

5.	
Wat heb jij waargenomen? Wat heb jij gedaan om dit te bereiken? Ervaringen steungroep?	
6.	
Wat heb jij waargenomen? Wat heb jij gedaan om dit te bereiken? Ervaringen steungroep?	
7.	
Wat heb jij waargenomen? Wat heb jij gedaan om dit te bereiken? Ervaringen steungroep?	
8.	
Wat heb jij waargenomen? Wat heb jij gedaan om dit te bereiken? Ervaringen steungroep?	

Afronding (denk aan het bedanken voor de bijdrage)		
Afsluiting	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nee
Vervolgafspraken?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nee
Datum:		
Afspraken:		

Literatuurlijst

- Dassen, J. (2013). *Fontys Flash, workshop over pesten*. Sittard: Fontys Hogeschool Pedagogiek.
- Kaukiainen, A., & Salmivalli, C. (2009). *KiVa School: Gids voor ouders*. Opgehaald, 29 Maart, 2014
<https://www.kivaschool.nl/ouders/>
- Krowatschek G. & D. (2008) *Pesten op school. Adequaat optreden tegen pestgedrag*
- Maines B. (2009) *Een schreeuw om hulp. De No-Blame-aanpak bij pesten*. Mechelen: Bakermat. *Leidraad No Blame aanpak bij pestsignalen*.
<http://www.noblame.nl/NBcursusinfoweb.pdf>
- Orthopedagogiek info., (2010). *Pestsignalen*. Opgehaald, 29 Maart, 2014
<http://www.orthopedagogiek.com/pestsignalen.htm>
- Pestprotocol Basisschool de Regenboog. Opgehaald, 5 Mei, 2014
<http://www.onzeregenboog.nl/pestprotocol.pdf>
- Pestprotocol De Boog. Opgehaald, 5 mei, 2014
<http://www.pestweb.nl/documents/133438/421234/Pestprotocol+De+Boog/>
- Pestweb (2014). *Over Pesten*. Opgehaald, 23 Maart, 2014
www.pestweb.nl
- SOL-Identiteitsbegeleiders, Nijmegen-Tilburg. *De steungroepaanpak tegen pesten*. Opgehaald, 18 Mei, 2014
<http://www.sol-identiteitsbegeleiders.nl/Sol%20Nieuwsbrieven/0410%20De%20Steungroepaanpak%20tegen%20pesten%20SOL.pdf>
- Veenstra, R., Huitsing, G. (2012). *Signaleren van pesten: Het belang ervan voor de algemeen kinderarts*. Opgehaald, 29 Maart, 2014
http://www.rug.nl/staff/g.e.huitsing/veenstra_huitsing_praktischediatrie_2012.pdf
- Young, S. (2013) *Van pesten naar samenwerken. De supportgroep: oplossingsgerichte aanpak bij pestgedrag in school*.

Documenten basisschool (werkplek):

- Basisschool Schinveld. *Gedragscode*. Opgehaald, 24 Mei, 2014
<http://bsschinveld.nl/images/documenten/onderwijs/Gedragscode%20BS%20Schinveld.pdf>
- Basisschool Schinveld. *Schoolgids*.

Diverse websites

- <http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/veilig-leren-en-werken-in-het-onderwijs/aanpak-pest-en-cyberpesten>
- http://www.schoolenveiligheid.nl/artikel/-/asset_publisher/yD5jULEG2gc/content/scholen-krijgen-wettelijke-zorgplicht-sociale-veiligheid?p_auth=ILSuOZH6&redirect=http%3A%2F%2Fwww.schoolenveiligheid.nl%20Fhome%3Fp_id%3D101_INSTANCE_r9zKQISksM5y%26p_lifecycle%3D0%26p_state%3Dnormal%26p_mode%3Dview%26p_col_id%3Dcolumn-4%26p_col_count%3D2
- www.schoolenveiligheid.nl
- http://www.onderwijsinspectie.nl/binaries/content/assets/Actueel_publicaties/2012/brochure-toezichtkader-po-vo-2012.pdf
- <http://archieff.veiligleefbaar.nl/tool/thermometer-veiligheid-primair-onderwijs>
- <http://www.schoolenveiligheid.nl/documents/63337/214695/Factsheet+%27Wetsvoorstel+Social+veiligheid+op+school%27/a26ebca7-3825-49d5-8e29-d151ebb32eab>
- <http://www.schoolenveiligheid.nl/thema/pesten/>