

Openbare Basisschool



De Kring

Zorg voor jezelf,

Zorg voor de ander,

Zorg voor de omgeving!

Pestprotocol obs De Kring

Inhoudsopgave:

Blz. 2	Inhoudsopgave
Blz. 3	Omschrijving doel pestprotocol. Definitie plagen of pesten.
Blz. 4	Preventie aanpak.
Blz. 5-6	SCOL – de procedure, gedragscategorieën en scores. Interpreteren / begrijpen.
Blz. 7-9	Informatie over de Kanjertraining
Blz. 10	Anti pest afspraken en gevolgen.
Blz. 11	Cyber pesten
Blz. 12-13	Bijlage: Definitie van pesten uit het veiligheidsplan.

Pestprotocol Obs De Kring

Dit pestprotocol heeft als doel, dat elk kind zich in de basisschoolperiode veilig voelt en met plezier naar school gaat, zodat kinderen zich optimaal kunnen ontwikkelen. Door heldere afspraken en door deze zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze afspraken.

Pesten is een maatschappelijk probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aanpakken. Hoe wij dit preventief en curatief doen wordt hieronder beschreven.

Obs De Kring heeft als uitgangspunt : Zorg voor jezelf, Zorg voor de ander en Zorg voor je omgeving.

Om deze uitgangspunten in de praktijk waar te maken hebben kinderen en volwassenen handvatten nodig. Obs De Kring werkt daarbij met behulp van verschillende bewezen effectieve methodes, zowel preventief als curatief.

De bijlage bij dit protocol beschrijft de omschrijving van pestgedrag uit het veiligheidsplan. Obs De Kring heeft passend bij haar uitgangspunten gekozen om uit te gaan van de visie op pesten van de Kanjertraining, deze wordt hieronder beschreven.

Plagen of pesten:

Wanneer is er nu sprake van plagen en wanneer is er sprake van pestgedrag? Het is belangrijk om het verschil duidelijk te hebben, ook voor de kinderen zelf. Het meest eenvoudig onderscheid is deze:

Plagen gebeurt in het zicht van de leerkrachten. Pesten gebeurt achter de rug van leerkrachten.

Daarom weet een leerkracht zelden uit zichzelf wat er zich precies afspeelt tussen de kinderen onderling. De leerkracht moet hierover worden geïnformeerd door de leerlingen zelf. De leerkracht heeft eveneens de ouders nodig om tips te krijgen over hetgeen zich kennelijk afspeelt tussen de leerlingen onderling. Om die reden is het van belang dat ouders en leerkrachten goed samenwerken om een goede sfeer in de klas te behouden. Een belangrijke stelregel is dat kinderen hun zorgen leren delen met iemand die zij vertrouwen, zoals hun vader, moeder of leerkracht. Vanaf de kleutergroep leren de kinderen het verschil tussen vertellen en klikken. Als er sprake is van pesterijen, dan is het belangrijk dat kinderen dat vertellen aan hun vader, moeder of leerkracht.

Preventie:

Met behulp van de SCOL, Kinderen en hun Sociale Talenten en de Kanjeraanpak doen wij aan preventie.

Kernpunten in de aanpak:

1. De afspraken, Zorg voor jezelf, Zorg voor de ander, Zorg voor je omgeving.
2. Pieker niet in je uppie, maar deel je zorgen met de ander, bij voorkeur met je ouders.
3. Denk oplossingsgericht
4. Geef op een nette manier je mening en doe je voordeel met kritiek die je krijgt
5. De school maakt onderscheid tussen onvermogen en onwil.
 - 5a. Is er sprake van onvermogen, dan mag deze leerling erop vertrouwen dat hiermee rekening wordt gehouden. Deze leerling heeft veel te leren in een moeizaam proces. De omgeving heeft daar begrip voor.
 - 5b. Is er sprake van onwil, dan krijgt deze leerling een grens gesteld, ook als dat samengaat met onvermogen. Bij onwil kan geen beroep meer worden gedaan op begrip vanuit de omgeving. Die rek is eruit. Het kan namelijk niet zo zijn dat de omgeving overal rekening mee moet houden, en dat het onwillige kind om wat voor reden dan ook "de eigen gang" mag gaan.
6. Hulp in de vorm van een maatje/buddy/tutor (bemiddeling), extra begeleidingsgesprekken.
7. Duidelijk schoolbeleid en handhaving ervan.

SCOL

Obs De Kring maakt gebruik van de SCOL- Sociale Competentie Observatielijst, als preventief signaleringsapparaat.

De procedure:

De SCOL is een scorelijst die twee keer per jaar per leerling door de leerkracht wordt ingevuld, een keer rond de herfstvakantie, de tweede keer in het voorjaar.

Observeren:

Leerkrachten observeren hun leerlingen, gedurende het gehele schooljaar en werken bewust aan de verschillende gedragscategorieën. Het observeren gebeurt in het dagelijkse werk en in verschillende leer-en spelsituaties. De leerkracht let op:

- Gedraagt deze leerling zich in deze situatie sociaal competent gelet op de leeftijd?
- Doet de leerling dit uit zichzelf of heeft deze aansporing nodig?
- Welke kenmerken heeft de situatie? Vrij of gestructureerd? Met volwassenen of leeftijdgenoten, vertrouwd of onbekend, gelijke of tegengestelde belangen, verhouding tot andere personen?
- Zorgt deze leerling voor zichzelf, de ander en de omgeving?

Het invullen:

De leerkracht vult de scorelijst in op basis van de observaties en op basis van hoe de leerkracht het kind kent.

De scores:

De SCOL heeft een positieve invalshoek, de vragen gaan over wat een leerling wel kan. De leerkracht vult de onderstaande gedragscategorieën in

1. [Ervaringen delen](#)
2. [Aardig doen](#)
3. [Samen spelen en werken](#)
4. [Een taak uitvoeren](#)
5. [Jezelf presenteren](#)
6. [Een keuze maken](#)
7. [Opkomen voor jezelf](#)
8. [Omgaan met ruzie](#)

1. Ervaringen delen.

Deelt de leerling met anderen wat hem bezighoudt, zowel de positieve als de negatieve ervaringen? Heeft hij plezier met andere kinderen?

2. Aardig doen.

Benadert de leerling andere leerlingen op een positieve manier en draagt hij zorg voor anderen?

3. Samen spelen en werken.

Kan de leerling met anderen iets tot stand brengen: overleggen, afspraken maken en ideeën inbrengen?

4. Een taak uitvoeren.

Hoe gaat de leerling om met opdrachten? Denk hierbij niet alleen aan schoolse taken, maar ook aan andere taken, zoals de planten water geven, het bord schoonmaken, de klas opruimen en dergelijke.

5. Jezelf presenteren.

Hoe beweegt de leerling zich onder de mensen; hoe gemakkelijk maakt hij zich kenbaar?

6. Een keuze maken.

Gaat de leerling impulsief te werk? Blijft hij bij een beslissing? Hoe gemakkelijk hakt hij een knoop door? In hoeverre beslist de leerling zelf en in hoeverre laat hij zich leiden door anderen?

7. Opkomen voor jezelf.

Hoe gaat de leerling om met weerstand? Kan hij voor zichzelf zorgen? Vraagt hij op tijd om hulp?

8. Omgaan met ruzie.

Kan de leerling een verschil van mening of een belangentegenstelling oplossen, zonder dat het leidt tot een knallende ruzie?

De resultaten

De score van de SCOL werkt met een 5-puntsschaal zoals Cito deze hanteert van I-V. na het invoeren biedt het programma van SCOL de leerkracht een voorstel tot groepsindeling.

Kinderen die bepaalde sociaal-emotionele doelen / gedragscategorieën nog niet passend bij hun leeftijd beheersen dienen hierop onderwezen te worden.

Met behulp van de methode Kinderen en hun Sociale Talenten bieden de leerkrachten lessen aan passend bij de 8 gedragscategorieën.

Leerlingenscol

In het schooljaar 2014-2015 is de school gestart met de leerlingenscol. Leerlingen van de groepen 6-8 kunnen zelf een leerlingenvragenlijst invoeren. De uitkomsten kunnen vergeleken worden met de uitkomsten van de leerkracht.

Interpreteren/begrijpen

Als de leerkracht en leerling de uitkomsten vergelijken, kunnen zij samen bespreken wat de leerling nodig heeft om de doelen te kunnen behalen.

Daarnaast proberen leerkrachten, leerlingen zoveel mogelijk in echte, betekenisvolle situaties in het dagelijkse leven in de klas te leren wat gewenst sociaal gedrag is.

Preventief Kanjertaining – gedragsspecialist

Sinds het schooljaar 2014-2015 is de school gestart met het inzetten van een gedragsspecialist. Deze gedragsspecialist bekijkt de uitkomsten van de SCOL, maakt hiervan een overzicht en analyse. De uitdraai van de uitkomsten, de analyse en het voorstel groepsindeling van de SCOL worden besproken met de directie en de ib-ers. Leerkrachten krijgen het voorstel groepsindeling vanuit de SCOL, zij gebruiken dit om sociale vaardigheden aan te leren, in eerste instantie klassikaal met (extra) aandacht voor de leerlingen die extra begeleiding nodig hebben. Waar nodig/gewenst kunnen zij handelingsadviezen vragen aan de ib-ers of gedragsspecialist.

De gedragsspecialist zit bij leerling besprekingen, in oktober, maart en juni. Samen met de leerkracht en ib-er wordt er gekeken naar wat de zorgleerlingen nodig hebben. Waar nodig komt de gedragsspecialist observeren, en schuift aan bij groepsbesprekingen, SOT-overleg of HIA besprekingen.

Vertrouwenspersoon

De gedragsspecialist fungeert binnen de school als vertrouwenspersoon voor de leerlingen van obs De Kring.

Kanjer coördinator / Anti pest coördinator

De gedragsspecialist heeft licentie A, de basislicentie om in de school te handelen als Kanjer coördinator /Antipest coördinator. Na 2 jaar moet de volgende licentie behaald worden.

Achtergrond informatie Kanjertaining

De Kanjertaining is een bewezen effectief anti-pest programma waarmee pesten kan worden aangepakt en het zelfvertrouwen kan worden verbeterd.

De Kanjertaining maakt een onderscheid in de 'wereld van vertrouwen' waarin de mensen elkaar recht willen doen. En 'de wereld van angst en wantrouwen'. De Kanjertaining hanteert de vuistregel dat zo'n 20 % van de kinderen de neiging heeft angstig en/of wantrouwend naar anderen te kijken. Deze manier van kijken naar anderen (wantrouwend, of juist niet), maakt een verschil in de wijze waarop deze kinderen sociale conflicten veroorzaken en denken op te lossen. De Kanjertaining kiest voor de wereld van vertrouwen en hanteert de vuistregel bij conflicten: zoek een oplossing die in de toekomst houdbaar is en doe elkaar recht.

Aanpak.

a. Het rollenspel

De Kanjertaining richt zich op meer dan pesten alleen. Kinderen leren om te gaan met vervelend gedrag van een ander. Kinderen die zich misdragen worden aangesproken op hun verantwoordelijkheid en hun verlangen het goede te doen. De meeste kinderen bedoelen het goed, maar "het kan er behoorlijk brutaal uitkomen." Daarin wijkt een kind

niet af van veel volwassenen. Als zoiets zich voordoet, dan is het goed dat het kind wordt gecorrigeerd.

Omdat leerkrachten (en) ouders niet alles zien, is het van belang dat kinderen zelf ook enige zelfredzaamheid vertonen. Kinderen kunnen best aan elkaar vertellen dat ze last hebben van bepaald gedrag. Omdat kinderen, op een enkeling na, niet vervelend willen doen, zijn op dit niveau de meeste problemen op te lossen.

In de Kanjertraining wordt expliciet geoefend in rollenspelen hoe je kunt reageren op vervelend gedrag. Dit gebeurt met gedragsrollen met behulp van verschillende petten. Kinderen leren rechtop te staan, de ander aan te kijken en te zeggen: "Ik vind dit vervelend, wil je ermee stoppen?" Vervolgens lopen ze naar een andere leerling die ze kunnen vertrouwen (een "maatje", een "buddy"). Daar gaat de leerling niet zeuren, maar gaat samen met de buddy/maatje iets anders doen. Als het op deze manier niet oplost, dan gaat de leerling samen met zijn maatje naar de juf of meester. Tijdens dit rollenspel hebben medeklasgenoten de neiging om te giechelen om het grensoverschrijdend gedrag van de uitdager. Aan deze leerlingen wordt duidelijk gemaakt dat dit giechelgedrag het pestgedrag van de uitdager versterkt. Ze geven als het ware "benzine" aan een vervelend lopend motortje. De leerlingen leren geen voeding (benzine) meer te geven aan vervelend gedrag. Zo oefent niet alleen de gepeste, maar ook de omstander.

Wat betekent dit voor obs De Kring?

Voor obs De Kring betekent dit dat alle kinderen van de groepen 1-8 via verhalen en gesprekken en rollenspellen kennis maken met de uitgangspunten en principes van de Kanjertraining.

De groepen 1-4 worden intensiever begeleid door de gedragsspecialist en leerkrachten. De groepen 5-8 zijn op de hoogte van de Kanjer afspraken, leerkrachten zullen hen op deze wijze benaderen.

In de school is dit terug te zien aan de Kanjerposters die in de verschillende units hangen passend bij het niveau van de kinderen.

Petten

Om in gesprek te gaan over gedrag bij kinderen maakt de Kanjertraining gebruik van petjes met vier verschillende kleuren. Wanneer er zich een probleem of stressvolle situatie voordoet hebben we een keuze om verschillend te reageren. Binnen de psychologie wordt dit coping genoemd. Zolang je handelt vanuit vertrouwen en op basis van wederzijds respect zijn deze verschillen tussen mensen goed en waardevol. Wanneer je zo handelt noemen we dat binnen de Kanjertraining dat je een drager bent van de witte pet. Je durft jezelf te zijn, je bent zelf te vertrouwen en durft ook anderen te vertrouwen. Kortom je bent een kanjer. Je kunt een kanjer zijn op verschillende manieren. Je kunt jezelf zijn in combinatie met de zwarte pet. Dan reageer je op een stoere manier. Je vertoont leiderschapsgedrag. Je kunt je grenzen aangeven. Je durft plannetjes te maken en bent ondernemend. Zolang naast de zwarte pet ook de witte pet van het vertrouwen aanwezig is, zullen deze kinderen zich op een hele positieve en krachtige wijze gedragen.

Je kunt ook een kanjer zijn in combinatie met de rode pet. Dan ben je vol levenslust. Je hebt een goed gevoel voor humor. Je bent optimistisch en je verstaat de kunst van het relativeren. Zolang naast de rode pet ook de witte pet van het vertrouwen aanwezig is, zullen deze kinderen op een hele positieve en opgewekte manier weten te reageren.

Je kunt ook een kanjer zijn in combinatie met een gele pet. Dan ben je vriendelijk, bescheiden en aardig. Zolang naast de gele pet ook de witte pet van het vertrouwen aanwezig is, zullen deze kinderen op een hele positieve en rustige manier weten te reageren.



Uiteraard zijn er ook verschillende combinaties van petten mogelijk. Belangrijk gegeven is dat het hierbij gaat om coping. De petten zijn hulpmiddelen om op een respectvolle wijze over gedrag te kunnen praten. Kinderen zijn niet het gedrag van de pet, maar de petten staan voor de keuzes die de kinderen kunnen maken. Kinderen wordt daarmee geleerd dat ze zelf verantwoordelijkheid dragen voor de gedragskeuzes die ze maken. Zolang je drager bent van de witte pet van vertrouwen kun je ook niet zeggen dat de ene combinatie beter is dan de andere combinatie van petten.

Wanneer ontstaan de echte problemen? Dat is wanneer de witte pet van het vertrouwen wegvalt. We vervallen dan in reacties die niet meer passen bij de cultuur van wederzijds respect. Het recht van de sterkste begint te gelden. Voor de zojuist genoemde positieve eigenschappen komt dan het woordje 'te' te staan. Kinderen reageren dan te krachtig, te stoer en smeden plannen die ten koste gaan van anderen. De vrolijke kinderen reageren nu te lollig met humor dat ten koste gaan van een ander en/of zichzelf. Het gedrag is onvoorspelbaar onbetrouwbaar, niet serieus te nemen en beledigend. De vriendelijke en bescheiden kinderen reageren nu angstig en te lief. Deze kinderen cijferen zichzelf helemaal weg en worden als het ware onzichtbaar. De eerste mept van de weeromstuit van zich af, de tweede maakt er een grap van en de derde geeft het op. Als het onderling vertrouwen wegvalt in een groep, dan is de kans groot dat verschillende kinderen zich depressief ontwikkelen.

Daders en slachtoffers

De opvatting bestaat dat kinderen zijn in te delen in pesters en gepesten (of in daders en slachtoffers). Deze eenzijdige kijk op pesten maakt de problemen groter en is niet de wijze van oplossen die de Kanjertraining voorstaat. Pesten is een complex probleem waarbij daders en slachtoffer lang niet altijd zo eenvoudig zijn te scheiden en soms een en dezelfde persoon is. Kanjertraining richt zich daarom niet alleen op de pester of op de gepeste, maar op de gehele groep. De aanpak moet zo zijn dat alle kinderen er baat bij hebben. **Kern van de Kanjeraanpak is: Zet het onderling vertrouwen terug in de groep.** Zoek met elkaar oplossingen die ook in de toekomst houdbaar zijn. Zowel kinderen, leerkrachten als ouders worden bij de aanpak betrokken. De Kanjertraining heeft veel oefeningen, zowel preventief als curatief om het vertrouwen en de respectvolle omgang met elkaar te bewerkstelligen. De petjes zijn hierbij een hulpmiddel en helpen om een duidelijk onderscheid te maken tussen 'de wereld van vertrouwen' en 'de wereld van wantrouwen'.

Anti-pest afspraken

De kinderen op De Kring leren al in groep 1-2 te zeggen: Stop, hou op! Zij proberen in eerste instantie zelf een ruzie op te lossen, lukt het niet dan halen zij een maatje erbij of gaan naar de leerkracht.

Alle kinderen wordt vanaf groep 1-2 al goed het verschil geleerd tussen klikken of pestgedrag melden. Het inschakelen van de leerkracht wordt niet opgevat als klikken. Medeleerlingen hebben ook de verantwoordelijkheid om ongewenst gedrag aan te pakken of bij de leerkracht te melden.

Om kinderen te leren vanuit vertrouwen te handelen wordt hen ook geleerd om niet “zielig” te doen.

Alle kinderen zijn met elkaar verantwoordelijk voor de sfeer in de klas.

Als er ondanks de preventieve aanpak pest gedrag plaats vindt, wordt er als volgt gehandeld:

1. Er eerst zelf (en samen met medeleerlingen) proberen uit te komen via de “Kanjermanier” .
2. Komen de leerlingen er niet uit dan halen zij de leerkracht erbij. De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek, de leerkracht benoemt het gedrag met gebruik van het benoemen van de kleuren van de Kanjerpetten. En probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen. De leerkracht probeert hierbij “witte petten kinderen” in te schakelen om de “gepeste” en “pester” te helpen bij het vertrouwen van elkaar en het goed met elkaar omgaan. De leerkracht kan het gedrag ook bespreken (middenbouw/bovenbouw) met behulp van de SCOL-gedragscategorieën.
3. De leerkracht betreft naar eigen inschatting van de zwaarte van het incident, of in overleg met collega’s (of ib-er, managementteam, gedragspecialist) de ouders op de hoogte. Ouders worden in een vroeg stadium op de hoogte gesteld om hun kind in de thuissituatie te helpen met het op de juiste manier omgaan met zichzelf en de ander. Waar nodig geeft de school hulp, informatie of adviezen vanuit de SCOL en de Kanjertraining.
4. Als de stappen 1-3 geen effect hebben en het pest gedrag houdt aan, krijgen pester en gepeste intensievere begeleiding van de leerkracht en waar mogelijk van de gedragspecialist. Ouders worden ingeschakeld en betrokken bij de aanpak. De intensievere aanpak bestaat bij voorkeur uit een Kanjeraanpak met de gehele klas en aparte gesprekjes met de pester en gepeste met als doel het achterhalen van de reden van het pesten en vervolgens werken aan de sociale competenties die een kind nog moet verwerven zoals bijv. een beter zelfbeeld. De methode Kinderen en hun Sociale Talenten wordt hierbij ingezet, lessen worden in de groep aangeboden gericht op bijv. beter opkomen voor jezelf.
5. Als de stappen 1-4 nog niet tot het gewenste resultaat leiden wordt er gekeken of kinderen externe hulp nodig hebben of dat de school externe deskundigen in moet schakelen. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing.
6. Om de veiligheid voor iedereen in de school te bewaken kan in uiterste gevallen over worden gegaan tot schorsing / verwijdering. (zie punt 6.8 blz. 29 van onze schoolgids).
7. Voor ouders/verzorgers die niet tevreden zijn over onze aanpak, verwijzen wij naar de klachtenregeling, deze vindt u in de schoolgids bij punt 6.5 blz. 28.

Aparte informatie over cyber pesten.

Hulp voor kinderen tegen cyberpesten

Veel jongeren zijn slachtoffer van cyberpesten. Een op de vijf jongeren in Nederland is het slachtoffer van cyberpesten, bleek onlangs nog uit onderzoek. Het onderzoek geeft ook aan dat digitaal pesten steeds vaker voorkomt en dat de impact op het leven van gepeste scholieren vele malen groter is dan 'gewoon' pesten. Door de anonimiteit van het internet worden de grenzen van de pester verlegd. Cyberpesten gaat verder, daar waar gewoon pesten ophoudt.

Online platform

Op het platform tegen cyberpesten is er voor leerlingen een forum ingericht om met andere jongeren over hun ervaringen te kunnen praten. Ook is er een functie waarmee je direct hulp kunt krijgen om het online pesten te stoppen. Staatssecretaris Dekker: "Pesten is onacceptabel, in elke situatie. Kinderen die online gepest worden, moeten weten dat ze er niet alleen voor staan. Het platform tegen cyberpesten biedt kinderen een helpende hand." Ouders en leraren zijn zich vaak minder bewust van de manier waarop kinderen elkaar via social media pesten. Cyberpesten is niet direct zichtbaar. Ouders en leraren vinden op het platform informatie, goede voorbeelden en tips over het tegengaan van digitaal pesten.

Digitaalpesten.nl biedt hulp aan kinderen en jongeren die digitaal worden gepest. Ook ouders en leraren kunnen op deze website terecht. Digitaalpesten.nl is een platform tegen cyberpesten met:

- een forum om met andere kinderen en jongeren ervaringen met cyberpesten te delen;
- directe hulp om zelf het online pesten te stoppen;
- informatie voor ouders en leraren over digitaal pesten;
- goede voorbeelden om cyberpesten tegen te gaan.

Bijlage uit Primo veiligheidsplan

Pesten onder de leerlingen

Het onderscheid tussen plagen en pesten wordt doorgaans als volgt beschreven:

Plagen is wederkerig. De ene keer plaagt iemand jou, de andere keer plaag je terug. Je kunt er samen vrolijk om lachen. Het blijft voor allebei echt leuk. Meerwaarde van plagen is dat kinderen door plagen leren om met conflicten om te gaan. Pesten is een ander bewust hinderen of pijn doen. Pesters pakken meestal één persoon:

- Ze doen dat niet één keer, maar herhalen het vaak;
- Ze zijn meestal sterker, met meer of ouder;
- Het slachtoffer kan zich niet verdedigen en kan hetzelfde niet terugdoen;
- De pesters en de omstanders kunnen er wel om lachen;
- Maar degene die gepest wordt heeft er hinder, verdriet en pijn van.

Pesten is een vorm van agressie. Het is dus herhaaldelijk negatief gedrag tegen een bepaalde leerling of collega. Het slachtoffer is meestal niet in staat om zich te verdedigen. Er is vaak sprake van machtsverschil tussen de dader(s) en het slachtoffer. Het gepeste kind of collega kan zich vaak niet verweren.

Bij pesten kan het gaan om geestelijk en/of lichamelijk geweld. Voorbeelden van geestelijk geweld zijn vernederen of negeren. Bij fysieke vormen van pesten gaat het bijvoorbeeld om slaan, schoppen of spullen vernielen.

Er zijn verschillende vormen van pesten. Doorgaans worden de volgende vormen onderscheiden:

- **Verbaal**
De verbale vorm van pesten komt het meest voor. Het is vorm die het minst opvalt en het makkelijkst uit te voeren is. Deze vorm heeft grote gevolgen. Wanneer iemand vaak uitgescholden, vernederd of bedreigd wordt, dan wordt het gepeste kind of de collega erg onzeker en gaat zelfs geloven wat anderen steeds tegen hem of haar zeggen. Ook pesten via de e-mail, de computer of de telefoon zijn verbale vormen. Digitaal pesten is een verbale vorm van pesten. Veel basisscholen maken zich zorgen over digitaal pesten. In het speciaal basisonderwijs en op de basisscholen in de grote steden komt digitaal pesten nog meer voor. Voorbeelden zijn MSN-bommen, virussen versturen, anonieme e-mail sturen, iemand uitschelden, bedreigen of zwart maken via e-mail of MSN of foto's van iemand zonder diens medeweten op internet zetten.
- **Lichamelijk**
Bij de lichamelijke vorm is sprake van bijvoorbeeld schoppen of duwen. Vaak is het een combinatie van schoppen, schelden, bedreigen en spullen stelen of vernielen.
- **Achtervolging**
Door achtervolging wordt het gepeste kind of collega vaak bang op straat. Pesters spreken af waar ze het gepeste kind op gaan wachten.
- **Uitsluiting**

Bij uitsluiting mag het gepeste kind of de collega nergens aan mee doen. Het kind of collega wordt genegeerd. Het kind staat tijdens de pauzes alleen en heeft geen vriendjes of vriendinnetjes.

- Stelen of vernielen van bezittingen
Pennen, tassen, kleding en andere spullen worden vernield of meegenomen.
- Afpersing
Bij afpersing wordt het kind of collega gedwongen om iets te doen wat hij/zij eigenlijk niet wilt.
Bijvoorbeeld geld stelen of snoep meebrengen.

Een effectieve methode om pesten binnen de perken te houden, te stoppen of te voorkomen, is het vaststellen van regels voor leerlingen door de leerkrachten (groep 1 t/m 4) of door leerlingen onderling (groep 5 t/m 8 basisonderwijs).

In het HANDBOEK behorende bij het ARBOBELEIDSPLAN en het VEILIGHEIDSPLAN zijn gedragsregels (voor onder- en bovenbouw) en gedragscodes opgenomen.