

Pestprotocol OBS de Bienekebolders

Dit PESTPROTOCOL heeft als doel:

“ Alle kinderen moeten zich in hun basisschoolperiode veilig kunnen voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen”

Door regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken

Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

Pesten op school

Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aan willen pakken.

Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden:

- Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders.
- De school moet proberen pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld.
- Als pesten zich voordoet, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen.
- Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet de school beschikken over een directe aanpak.
- Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan is de inschakeling van een vertrouwenspersoon nodig. De vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren.
- Op onze school zijn twee ICP – ers (intern contact persoon) aangesteld. Dit zijn Yvonne Trommelen (leerkracht) en Frauke Bullens (leerkracht).

Signalen van pesterijen kunnen o.a. zijn:

- Altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen.
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot.
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven.
- Briefjes doorgeven.
- Beledigen.
- Opmerkingen maken over kleding.
- Isoleren en negeren.
- Buiten school opwachten, slaan of schoppen.
- Op weg naar huis achterna rijden.
- Naar het huis van de gepeste gaan.
- Bezittingen afpakken.
- Schelden of schreeuwen.
- Pesten via msn.
- Jennen.
- Constant opbellen.

Signalen die er op kunnen wijzen dat een kind wordt gepest:

- Hij heeft blauwe plekken of schrammen, besmeurde of gescheurde kleren, beschadigde boeken, en “verliest” sportspullen, zijn bril, boeken,... Let zeker op als het kind voordien niet slordig was, of regelmatige problemen heeft. Ook als het “niet weet” hoe de signalen er gekomen zijn, of excuses zoekt, is er misschien meer aan de hand.
- Hij maakt zich liefst onzichtbaar. Zelfs zonder zichtbare aanleiding gedraagt het zich als een geslagen hondje. Het is vaak verdrietig of neerslachtig, of heeft onverwachte stemmingswisselingen met driftbuien.
- In sommige gevallen is hij onhandelbaar, agressief en overspannen.
- Hij staat dikwijls alleen op de speelplaats; er komen geen vriendjes spelen thuis, en het wordt zelf ook niet uitgenodigd om te komen spelen, voor feestjes, voor logeerpartijen.
- Hij zoekt het veilige gezelschap op van onderwijzer of leider.
- Als er groepjes worden gekozen, wordt hij als laatste gekozen of blijft over.
- Zijn schoolresultaten worden opeens veel slechter.
- Hij is vaak afwezig, letterlijk of figuurlijk. Het vlucht weg in fantasie, zorgt er voor dat het zo nipt mogelijk op school toekomt, en is meteen na de bel weer weg. Op zondagavond, of voor het naar de club moet, is het bijzonde gestrest, en zoekt redenen om niet naar school of club te moeten.
- Hij slaapt onrustig.
- Hij vraagt of steelt geld of snoep (als zoethouder voor de pestkoppen) en wil daarover geen uitleg geven.

Signalen waaraan je een mogelijke pestkop herkent:

- Hij heeft blauwe plekken of schrammen, en besmeurde of gescheurde kleren, van slachtoffers die zich hebben verdedigd.
- In de schoolagenda staan opmerkingen over schermutselingen op school; of leider, trainer, .. vertelt er je iets over.
- Zijn vriendjes zijn volgzaam meelopers, die wachten op “instructies” van het kind bij het spelen. Het kind heeft het moeilijk om samen te spelen of te werken: het wil altijd baas spelen. Het verdraagt het slecht om afhankelijk te zijn van het toeval, of de (on)bekwaamheid van anderen. Het verdraagt geen kritiek. Het wordt boos als zijn positieve beeld van zichzelf in de vraag wordt gesteld, zelfs al is dat maar door een grapje.
- Zijn vriendjes zijn gelijkgezinden. Ze spreken vaak negatief of kleinerend over bepaalde kinderen. Wie niet bij hun groep hoort, is een vijand of een zwakkeling. Ze kiezen agressieve idolen uit sport, muziek of film
- De pestkop is regelmatig brutaal tegenover een zwakker gezinslid. Dit kan ook een ouder zijn!
- De pestkop kan zich moeilijk inleven in de gevoelens van een ander, en heeft weinig of geen schuldgevoelens.
- Het kind kan moeilijk grenzen aanvaarden die door anderen worden opgelegd, en verdraagt geen kritiek.
- Je krijgt de indruk dat het kind een dubbelleven leidt: thuis of tegenover de leraar is het volgzzaam en braaf, maar jij hoort klachten over zijn gedrag in onbewaakte momenten.

Leerkrachten en ouders moeten alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.

Hoe gaan wij op de Bienekebolders met pesten om?

- Een effectieve manier om pesten te stoppen of binnen de perken te houden, is het afspreken van regels voor de leerlingen.
- Aan het begin van elk schooljaar wordt er extra aandacht besteed aan de regels en afspraken en aan het pestprotocol.
- Aan het begin van het jaar nemen we een sociogram af, om een beeld te krijgen van de relaties in de groep.
- Op school willen we regelmatig een onderwerp in de kring aan de orde stellen.
- Onderwerpen als veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in een groep, aanpak van ruzies etc. kunnen aan de orde komen. Andere werkvormen zijn ook denkbaar, zoals; spreekbeurten, rollenspelen, regels met elkaar afspreken over omgaan met elkaar en groepsopdrachten.
- Het voorbeeld van de leerkrachten en de ouders is van groot belang. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar verschillen worden aanvaard en waar ruzies niet met geweld worden opgelost maar uitgesproken. Agressief gedrag van leerkrachten, ouders en de leerlingen wordt niet geaccepteerd. Leerkrachten, ouders en leerlingen horen duidelijk stelling te nemen tegen dergelijke gedragingen.

Belangrijke regels bij het hanteren van het pestprotocol:

REGEL 1:

Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken.

“Je mag niet klikken, maar.....als je wordt gepest of als je ruzie met een ander hebt en je komt er zelf niet uit dan mag je hulp aan de leerkracht vragen. Dit wordt niet gezien als klikken”.

Deze regel geldt natuurlijk ook voor de ouders van alle kinderen.

REGEL 2:

Een tweede stelregel is dat een medeleerling ook de verantwoordelijkheid heeft om het pestprobleem bij de leerkracht aan te kaarten. Alle leerlingen zijn immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.

REGEL 3:

Samenwerken zonder bemoeienissen:

School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Dit neemt niet weg dat iedere partij moet waken over haar eigen grenzen. Het is bijvoorbeeld niet de bedoeling dat ouders naar school komen om eigenhandig een probleem voor hun kind op te lossen. Samen met de leerkracht(en) wordt naar een oplossing gezocht en wordt actie ondernomen.

De regels op onze school:

1. Je doet een ander geen pijn, ook niet met woorden. (respect hebben voor een ander)
2. Je vraagt een ander of je mee kunt doen en accepteert het antwoord. (Vriendelijk zijn naar elkaar)
3. Je ruimt op wat je hebt gebruikt, en maakt dit schoon als het nodig is. (Zorgen voor andermans spullen)
4. Je laat alles heel. (Je verbonden voelen met alles om je heen)
5. Tijdens het stil werken, kun je in de klas overleggen. In de hal werk je zo stil en rustig mogelijk. Buiten kun je rennen en schreeuwen. (Elkaar de kans geven om je te kunnen concentreren)

Deze regels gelden op school en daarbuiten.

Toevoeging:

Kinderen mogen in hun eigen groep een aanvulling geven op deze vastgestelde schoolregels, in overleg met de leerkracht.

Die aanvulling wordt opgesteld, door en met de groep, dit zijn de zgn. groepsregels

Zowel schoolregels als groepsregels zijn zichtbaar in de klas opgehangen.

De 5 regels worden op een centrale plaats in de school opgehangen.

Wat doen we als.....

Er signaleerd wordt (door gepeste leerling zelf, ouders, andere leerling of leerkracht) dat een leerling wordt gepest?

- De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken.
- Bij herhaaldelijk pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een ervaringsgerichte dialoog met de leerling die pest.
- Bij pestgedrag worden de ouders(van pester en gepeste) op de hoogte gebracht van het pestgedrag. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing.

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

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

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

Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals de Schoolbegeleidingsdienst, de schoolarts van de GGD of schoolmaatschappelijk werk.

Hoe begeleiden we.....

De gepeste leerling:

- We tonen medeleven en luisteren en vragen hoe en door wie er wordt gepest.

- We gaan na hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten.
- We laten de leerling inzien dat je soms ook op een andere manier kunt reageren.
- We gaan na welke oplossing het kind zelf wil.
- We benadrukken de sterke kanten van het kind.
- We stimuleren het dat de leerling zich anders/beter opstelt.
- We praten met de ouders van het kind (en de ouders van de pester).
- We plaatsen het kind niet in een uitzonderingspositie door het over te beschermen.
- We schakelen indien nodig, in overleg met de ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.

Tips voor het spreken met het slachtoffer:

- Als je merkt dat een kind gepest wordt, is het raadzaam om eerst met de ouders contact op te nemen. Praat met hen (en het liefst ook met het slachtoffer).
- Bespreek met elkaar het probleem en doe een voorstel hoe een probleem aangepakt zou kunnen worden. Spreek aan het einde van zo'n gesprek goed af hoe de ouders en school elkaar op de hoogte blijven houden van de situatie. Bel elkaar bijvoorbeeld elke week. Zowel slachtoffer, als ouders van het slachtoffer voelen zich hierdoor veiliger. Bovendien houdt het alert: een bestaand pestprobleem uit de weg ruimen kost veel tijd en inzet.
- Als een pestprobleem minder groot is, kun je het slachtoffer ook op school benaderen. Het liefst op een moment dat er daadwerkelijks gepest wordt. De verdenking van klikken is dan in elk geval weggenomen. Bespreek het pesten met zowel het slachtoffer als de pestkop. Bespreek het daarna met de hele groep. De ervaring leert dat beginnende pesterijen op deze manier de kop ingedrukt kunnen worden. Zowel slachtoffer, pestkop, meelopers en de zwijgende meerderheid ervaren het vaak als een opluchting dat er openlijk over gepraat kan worden. Houd dat wel vol! Maak van het omgaan met elkaar een voortdurend gespreksonderwerp.

De pester:

- We praten met de pester en we zoeken naar de reden van het pesten.
- We laten inzien wat het effect van zijn/ haar gedrag is voor de gepeste.
- We laten inzien welke positieve kanten de gepeste heeft
- We schakelen indien nodig, in overleg met de ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.
- We laten excuses aanbieden.
- We spreken bij herhaling de pester er weer op aan.

Het beste moment voor een gesprek is het moment dat je ziet dat een leerling gepest, geplaagd of genegeerd wordt. Neem duidelijk stelling: zeg dat dit gedrag niet getolereerd wordt. Praat op een rustig moment met de leerling die pestte over het voorval. Vraag door om erachter te komen of het om een incident gaat of dat het pesten regelmatig voorkomt.

Tips bij het spreken met de pestkoppen:

- Het kan zijn dat de reactie in de trant is van: hij of zij vraagt er ook om! Of: iedereen moet toch tegen een plagerijtje kunnen. Het is van belang om de pestkop duidelijk te maken dat een plagerijtje af en toe niet erg is maar dat je pesten resoluut afkeurt. Andere kinderen kleineren, bedreigen, voortdurend gek voor gek zetten, dat kan gewoon niet! Zo ga je niet met elkaar om. Elk kind heeft het recht om zich veilig en prettig te voelen in een groep.
- Misschien heeft de pestkop onvoldoende in de gaten hoe erg het is wat hij of zij een ander kind aandoet. Leg dat goed uit. Als je pest, jaag je een ander kind angst aan.

Een gepest kind kan moeilijk slapen, wil niet meer naar school, durft niet meer op straat te spelen.

- Om ervoor te zorgen dat een kind zich beter realiseert hoe erg het is om gepest te worden, kun je hem of haar een boek over het onderwerp laten lezen. Je kunt zo'n boek ook in de groep voorlezen. Het voordeel daarvan is dat pesten bijna automatisch een lange tijd onderwerp van gesprek blijft. Praat steeds na over de inhoud en dan vooral over de gevoelens van het slachtoffer. Het is belangrijk om de pestkop in de gaten te blijven houden. Alleen structurele aandacht en ingrijpen, zorgen dat het pestgedrag vermindert of verdwijnt. Klassenregels vergemakkelijken gesprekken met de pestkop. Het onderwerp is al eerder in de groep besproken. Naar de toen gemaakte afspraken, kan een leerkracht nu verwijzen.

De grote groep:

- We maken het probleem bespreekbaar in de groep.
- We stimuleren dat de kinderen een eigen standpunt innemen en eventueel partij trekken voor de gepeste leerling.
- We bespreken met de leerlingen dat "meedoen" met de pester meestal kan leiden tot verergering van het probleem.
- We laten inzien wat het effect van zijn/ haar gedrag is voor de gepeste.
- We laten inzien welke positieve kanten de gepeste heeft
- We schakelen indien nodig, in overleg met de ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.

Adviezen aan.....

De ouders van de gepeste kinderen:

- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, kun je de ouders van de pester opbellen en voorzichtig vragen er met hun kind over te praten. Gebruik daarbij als argument dat elk kind op straat veilig moet kunnen zijn. Niemand zal dat ontkennen.
- Pesten op school kun je het beste direct met de leerkracht bespreken.
- Als je kind al lange tijd is gepest, vraagt dat om een uitgebreide aanpak. Neem contact op met de leerkracht, ga bij de school kijken, lees boeken en bekijk samen met je kind dvd's over pesten.
- Als van je van je kind er met niemand over mag praten, steun dan je kind, geef het achtergrondinformatie en maak je kind duidelijk dat de school het voorzichtig zal aanpakken. Voordat je dit belooft, is het raadzaam de school te vragen of ze dit probleem ook daadwerkelijk voorzichtig aanpakt.
- Beloon je kind en help het zijn zelfrespect terug te krijgen.
- Stimuleer je kind tot het beoefenen van een sport, zodat hij in een spel of motorische vaardigheid kan uitblinken.
- Wordt je kind op de sportclub gepest door leeftijd- of klasgenoten, vraag dan de leiding aan het pesten aandacht te besteden en met de kinderen te bespreken dat ieder kind op de club veilig mag zijn.
- Houd de communicatie open, blijf dus in gesprek met je kind. Doe dat niet op negatieve manier, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld: 'wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?'
- Steun je kind in het idee dat er een einde aan komt.
- Laat je kind opschrijven wat het heeft meegemaakt. Dit kan best emotionele reacties bij je kind oproepen. Op zich is dat niet erg, als het maar hierbij geholpen wordt de emoties te uiten en te verwerken.
- Laat je kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining, te geven door RIAGG of Onderwijsbegeleidingsdienst op school. Sta dus niet toe dat je kind voor de zoveelste keer buitengesloten wordt, nu door het naar een instantie buiten school toe te sturen.

- Pleit ervoor dat de school sociale vaardigheidstrainingen geeft aan alle leerlingen.
- Accepteer de situatie niet. Als de school niet wil meewerken, schakel dan de vertrouwenspersoon op school in om aan de ongezonde situatie voor je kind een einde te maken.

De ouders van pesters:

- Neem het probleem van uw kind serieus.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.

De ouders van alle kinderen:

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- Houd rekening met de gevoelens van de ouders van zowel het gepeste kind als ook de gevoelens van de pester.
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw kind voor anderen op te komen.
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen.

Leerkrachten en de medezeggenschapsraad onderschrijven gezamenlijk dit PESTPROTOCOL.

Achtergrond informatie Pestprotocol

Wat is pesten?

Onder pesten op school wordt het volgende verstaan: 'Pesten is een systematische, psychologische, fysieke of seksuele handeling van geweld door een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer klasgenoten, die (niet langer) in staat is/zijn zichzelf te verdedigen.

Pesten is niet hetzelfde als plagen. Bij plagen zijn de machtsverhoudingen gelijk. De volgende tabel geeft duidelijk het verschil tussen plagen en pesten weer.

| Plagen | Pesten |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Gebeurt onbezonnen of spontaan• Heeft geen kwade bijbedoelingen• Duurt niet lang, gebeurt vaak en is onregelmatig• Speelt zich af tussen 'gelijken'• Is meestal te verdragen of zelfs plezierig; maar het kan ook kwetsend of agressief zijn• Meestal één tegen één• De rollen liggen niet vast: nu eens plaagt de ene, dan weer de andere | <ul style="list-style-type: none">• Gebeurt met opzet: de pestkop weet vooraf wie hij of zij zal pesten, op welke manier, en wanneer• Wil iemand bewust kwetsen of kleineren• Kan lang blijven duren, gebeurt meer dan eens, is systematisch. Houdt niet van zelf op na een poosje• De strijd is ongelijk: de pestkop heeft altijd de bovenhand. De pestkop voelt zich zo machtig, als het slachtoffer zich machteloos voelt• De pestkop heeft geen positieve bedoelingen; wil pijn doen, vernielen of kwetsen• Meestal een groep (pestkop, meelopers en supporters) tegenover één geïsoleerd slachtoffer• Heeft een vast structuur. De pestkoppen zijn meestal hetzelfde, de slachtoffers ook. Als de slachtoffers wegvallen, kan de pestkop wel op zoek gaan naar een ander slachtoffer |

De gevolgen

- De pijn, lichamelijk of geestelijk, is draaglijk en van korte duur. Soms wordt ze als prettig ervaren (plagen is om kusjes vragen!)
- De relaties worden na het plagen meteen hervat
- Het geplaagde kind blijft een volwaardig lid van de groep
- De groep lijdt niet onder plagerijen, of vindt nadien meteen haar draai terug
- Als er niet op tijd wordt ingegrepen, kunnen de lichamelijke en geestelijke gevolgen ingrijpend zijn, en lang nawerken
- Het is niet makkelijk om na het pesten een evenwichtige relatie te vinden; het herstel gaat moeilijk en traag
- Het gepeste kind is geïsoleerd, voelt zich eenzaam en voelt dat het niet meer bij de groep hoort
- De groep lijdt onder een dreigend, onveilig gevoel. Iedereen is angstig, de kinderen vertrouwen elkaar niet meer, ze zijn niet erg open of spontaan, er zijn weinig echte vriendjes in de groep

Een van de verschillen tussen plagen en pesten is dat pesten structureel is. Het kan kinderen tot wanhoop brengen wat zelfs fatale gevolgen kan hebben. Het structurele karakter van pesten vraagt om echt beleid. Een kortdurend project of eenmalige activiteiten geven vaak te weinig resultaat. Uit recent onderzoek van TNO is gebleken dat pesten drastisch kan verminderen wanneer scholen het constant onder de aandacht houden en gerichte anti-pestactiviteiten ondernemen.

Vormen van pesten

- Fysiek geweld zoals slaan, schoppen en spugen;
- Spullen afpakken en/of vernielen;
- (In de groep) voor schud zetten;
- Bedreigingen en/of chanteren;
- Alle inbreng van het gepeste kind als waardeloos bestempelen;
- Stalken;
- Roddelen;
- Schelden;
- Kleineren;
- Uitsluiten bij spelen of partijtjes;
- Negeren;
- Soms zelfs aanzetten tot zelfdoding.

Nieuwe vormen van pesten

Als gevolg van technologische ontwikkelingen, is onze samenleving de afgelopen jaren verrijkt met tal van nieuwe producten en diensten, zoals internet, e-mail en de mobiele telefoon. Naast de vele voordelen die deze middelen bieden, kleeft er het nadeel aan dat zij misbruikt kunnen worden door pesters om hun slachtoffers nog meer lastig te vallen. Het digitale pesten verschilt in bepaalde opzichten van het 'traditionele' pesten. Het kan namelijk op afstand, anoniem en non-stop.

De mogelijke oorzaken van pesten

Pesten is een vorm van agressie. Over de redenen waarom mensen agressief gedrag vertonen bestaan allerlei verschillende theorieën. Volgens de ene theorie is agressie een onontkoombaar verschijnsel maar dat op het beste op een acceptabele manier kan worden gekanaliseerd. Volgens de andere theorie komt agressie voort uit frustratie en kan geweld het beste voorkomen worden door het wegnemen van ontevredenheid, door het omvormen van agressie en door leukere dingen als afleiding en beloning te gebruiken.

Pesten kan een aantal oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie van de pestkop
Als een kind een slechte verhouding met zijn ouders heeft en deze te weinig interesse voor het kind hebben, is de kans groot dat het een pestkop wordt. Als agressief gedrag van het kind niet aan banden gelegd wordt, is de kans dat het kind uitgroeit tot een pestkop nog groter. Een kind dat thuis te weinig aandacht krijgt, gaat die op een gewelddadige manier op school proberen te krijgen.
- Een voortdurend gevoel van anonimiteit
De pestkop voelt zich verloren binnen de grote groep en probeert van zichzelf een bepaald belangrijke persoon te maken door een klasgenoot naar beneden te drukken. Door de anonimiteit in de klas of in de hele school is er dan ook een gebrek aan sociale controle, met andere woorden: hun klasgenoten zullen niet ingrijpen.
- Bij voortdurend in een niet passende rol worden gedrukt

Het kan hier bijvoorbeeld gaan om het bij voortdurend in een typische mannelijke of vrouwelijke rol worden gedrukt; kinderen moeten zich gaan gedragen op een manier die niet bij hen past. Ze moeten bepaalde dingen die ze graag willen doen onderdrukken, en/of bepaalde dingen die ze juist niet willen doen, toch doen.

- Voortdurend met elkaar de competitie aan moeten gaan
Leerlingen leren hun eigenwaarden af te meten in de mate waarin ze hun klasgenoten kunnen overtreffen. Ze kunnen andere omlaag proberen te drukken omdat ze denken zo zelf beter naar voren te komen.
- Voortdurende strijd om de macht in de klas
Als leerlingen hun eigenwaarde afmeten aan hun plaats in een hoog-laagstructuur veroorzaakt dit spanningen die afgereageerd kunnen worden op een slachtoffer.
- Een niet democratisch leefmilieu binnen de school
Mogelijk heeft de docent een "autoritaire leiderschapsstijl": hij laat op een onprettige manier duidelijk merken dat hij de baas is en maakt ook misbruik van het feit dat hij dat is. Dit verstoort de harmonie binnen de groep; het levert spanningen op. Uit onderzoek is gebleken dat kinderen in zo'n geval hun spanning gaan afreageren op een slachtoffer, omdat het in zo'n situatie meestal niet mogelijk is om te reageren tegen de machtige autoritaire docent zelf.

Ontwikkelingspsychologie per leeftijdscategorie

Kinderen van twee tot vier jaar

Jonge kinderen kunnen zich nog niet verplaatsen in gevoelens van anderen. Ze zijn meestal sterk gericht op zichzelf. Als ze een pop willen vasthouden, die net wordt vastgehouden door een ander, willen ze die pop afpakken. Dat het andere kind dit niet leuk vindt, hebben ze niet in de gaten. Dit soort gedrag zie je dus vaak. Zoals kinderen alles moeten leren, moeten ze ook leren om met andere kinderen om te gaan. Af en toe ruzie maken en vechten om speelgoed hoort daar dus bij. Rond hun 3^e jaar leren kinderen hoe ze contact kunnen leggen met anderen. Ze leren dat ze beter eerst kunnen vragen, voordat ze bijvoorbeeld gaan duwen. Sommige kinderen doen er lang over om te leren hoe ze met anderen kinderen om kunnen gaan. Kinderen leren het meest van de oplossingen die ze zelf vinden. Dat geldt ook bij het oplossen van ruzies. Het is daarom verstandig om de ruzie niet te stoppen of om ze een kant en klare oplossing te bieden. Ondersteuning bieden kan wel helpen. Ruzies tussen kinderen van deze leeftijd vallen niet onder het begrip pesten. Bij pesten zijn het steeds dezelfde kinderen die het slachtoffer zijn. Bij kinderen onder vier jaar speelt pesten zelden een rol.

De sociale ontwikkeling en de persoonlijkheidsontwikkeling in de peuter en kleutertijd.

1. Hoe ontwikkelen peuters en kleuters een beeld van zichzelf?
 - Volgens Erik Erikson bevinden peuters en kleuters zich in eerste instantie in het stadium van autonomie – versus – schaamte – en – twijfel (18 mnd – 3 jr). In deze periode worden ze onafhankelijker en krijgen ze grip op hun fysieke en sociale wereld. Is dat niet het geval, dan voelen ze schaamte, twijfel en bedroefdheid. Later, in het stadium van initiatief – versus- schuldgevoel (tussen 3 en 6 jr), lopen kinderen tegen conflicten aan tussen het verlangen om onafhankelijk te opereren en het schuldgevoel dat voortkomt uit de onbedoelde consequenties van hun acties.
 - Het zelfbeeld van peuters en kleuters is gedeeltelijk gebaseerd op hun eigen percepties en inschattingen van hun eigenschappen, gedeeltelijk op de manier

waarop hun ouders zich tegenover hen gedragen en gedeeltelijk op culturele invloeden.

2. Welke sociale relaties en speltype zijn er bij peuters en kleuters waar te nemen?
 - In de peuter- en kleutertijd beginnen zich echte vriendschappen te ontwikkelen waarbij stabiliteit en vertrouwen een rol gaan spelen.
 - Oudere peuters en kleuters houden zich meer met constructief spel dan met functioneel spel bezig. Ook brengen zij meer tijd door met associatief en coöperatief spel bezig dan jongere kinderen, die zich meer bezig houden met parallel en toekijkend spel.
3. Hoe ontwikkelt zich agressie bij peuters en kleuters?
 - Agressie, het moedwillig toebrengen van schade aan een ander, begint zich in de peuter en kleutertijd te manifesteren. Als kinderen ouder worden en hun taalvermogen verbeterd nemen de frequentie en de duur meestal weer af.
 - Sommige ethologen zoals Konrad, Lorenz, geloven dat agressie eenvoudigweg een biologisch feit van het menselijk leven is. Die opvatting wordt gedeeld door veel sociobiologen. Ze zoeken de verklaring van agressie binnen een soort die tot doel heeft om genen aan de volgende generatie door te geven.
 - Aanhangers van de sociale leertheorie leggen de nadruk op de rol van de omgeving. Factoren die hierbij een rol spelen zijn modeling en sociale bekrachtiging.
 - Bij de cognitieve benadering van agressie ligt de nadruk op de rol van interpretaties van het gedrag van anderen. Die zijn bepalend voor het type respons dat iemand geeft, niet agressief en wel agressief.

Kinderen van vier tot acht jaar

Kinderen tussen vier en acht jaar verkeren dagelijks in een groep leeftijdgenoten, of ze dat nu leuk vinden of niet. Ze doen daar veel ervaring op. Ze kijken veel naar elkaars gedrag. Ze zien hoe het ene kind iets van een ander gedaan probeert te krijgen. Ze merken dat bepaalde kinderen bijna nooit mogen meedoen met andere kinderen. Al kijkend en handelend leren ze, met vallen en opstaan, hoe je met anderen kunt omgaan.

Kleuters kunnen rollen verdelen en daar hele verhalen bij bedenken. Ze leren ook steeds beter om hun spel af te stemmen op degenen met wie ze spelen. Kleuters reageren dan vooral op het gedrag van de ander. Ze gaan ervan uit dat er een direct verband is tussen iets wat er gebeurt en de emoties die je bij de ander kunt zien. Als er iets van je wordt afgepakt, word je boos en dat laat je merken: dat geldt voor iedereen.

Kleuters kunnen nog niet goed inschatten hoe hun eigen gedrag invloed kan hebben op andere kinderen. In de loop van hun schooljaren leren ze dat steeds beter.

Kinderen gaan ook steeds beter beseffen dat eenzelfde gebeurtenis niet bij elk kind dezelfde emotie hoeft op te roepen. Pas in de hoogste klassen van de basisschool zijn kinderen in staat om de gevoelens en eigenschappen van anderen goed te onderscheiden en te beschrijven.

Om sociale vaardigheden te leren, hebben kinderen vooral elkaar nodig. Meestal slagen ze er in zelf hun ruzies op te lossen of te bepalen wie de baas mag zijn. Als dat niet lukt, moeten ze weten dat de volwassenen hen steunen. Kinderen van deze leeftijd zijn vaak al goed in staat om met de hulp van een volwassene te bekijken wat nu eigenlijk het probleem is en hoe dat opgelost kan worden. Daarbij kunnen de vier- en vijfjarigen het beste uit de voeten met eenvoudige oplossingen.

Bij de wat oudere kinderen kan een beroep worden gedaan op hun invoelingsvermogen. Goede voorbeelden en een verstandige aanpak door volwassenen helpen kinderen bij het leren samenleven.

Gericht pesten komt in deze leeftijdsgroep niet zo veel voor. Wel zijn sommige kinderen populairder dan anderen. De sociale rollen in de groep liggen meestal nog niet vast.

De sociale ontwikkeling en de persoonlijkheidsontwikkeling in de schooltijd

1. Wat verandert er in de schooltijd in de manier waarop kinderen zichzelf zien?
 - Volgens Erik Erikson bevinden kinderen zich in deze periode in het stadium van vlijt- versus- minderwaardigheid; ze zijn vooral bezig met het ontwikkelen van competenties en proberen een breed scala aan persoonlijke uitdagingen het hoofd te bieden.
 - Vanaf de schooltijd laten kinderen hun psychische eigenschappen meewegen bij het beeld dat ze van zichzelf hebben en valt hun zelfbeeld in verschillende gebieden uiteen. Ze beoordelen hun gedrag, capaciteiten, expertise en meningen door middel van sociale vergelijkingen.
2. Welke invloed heeft eigenwaarde op het gedrag van kinderen?
 - In deze periode ontwikkelen kinderen eigenwaarde; kinderen met een chronische lage eigenwaarde kunnen verstrikt raken in een cyclus van mislukkingen. Ze houden hun lage eigenwaarde zelf in stand doordat ze lage verwachtingen van zichzelf hebben en slechte prestaties leveren.
3. Welke soort relaties en vriendschappen zijn kenmerkend voor de schooltijd?
 - Binnen kindervriendschappen is vaak sprake van statushiërarchieën, en hun kijk op vriendschap doorloopt verschillende stadia: Elkaar aardig vinden en samen tijd door brengen; rekening houden met karaktereigenschappen en met de voordelen die vriendschap oplevert; en belang hechten aan intimiteit en loyaliteit.
4. Welke factoren spelen een rol bij populariteit en impopulariteit?
 - Populariteit bij kinderen is gerelateerd aan eigenschappen die ten grondslag liggen aan sociale competentie. Vanwege het belang van sociale interacties en vriendschappen hebben ontwikkelingsonderzoekers methoden gezocht om de sociale probleemoplossingsvaardigheden van kinderen te verbeteren en hen te leren om sociale informatie beter te verwerken.

De sociale ontwikkeling en de persoonlijkheidsontwikkeling in de puberteit

Over het algemeen verschilt het pesten in de puberteit niet zozeer met het pesten in de schooltijd. De gevolgen en vormen blijven hetzelfde alleen de achterliggende ontwikkelingspsychologie verandert.

1. Hoe verloopt de ontwikkeling van het zelfbeeld, de eigenwaarde en de identiteit in de adolescentie?
 - In de adolescentie gaan mensen de metingen van anderen, de meningen van zichzelf en verschillende aspecten van hun ik mee laten wegen in hun zelfbeeld. Deze differentiatie van het zelfbeeld kan voor verwarring zorgen.
 - Adolescenten brengen ook differentiatie aan in hun eigenwaarde; ze beoordelen verschillende delen van zichzelf anders.
 - Volgens Erik Erikson bevinden adolescenten zich in het stadium van identiteit-versus-identiteitsverwarring; ze proberen hun individualiteit en hun identiteit te ontdekken. Soms raken ze daarvan in de war en vertonen ze disfunctionele reacties. Voor hulp en informatie wenden ze zich meer tot vrienden en leeftijdsgenoten dan tot volwassenen.

- James Marcia onderscheidt vier identiteitsstatussen waarvan sprake kan zijn van de adolescentie en het latere leven: identity achievement, identity foreclosure, identity diffusion, moratorium.
 - Voor leden van raciale en etnische minderheidsgroepen is het lastig om hun identiteit te vormen. Veel van hun lijken zich het best te voelen bij een biculturele identiteit.
2. Wat betekent het om populair of impopulair te zijn in de adolescentie en hoe reageren adolescenten op peer pressure.
- Populariteit in de adolescentie kan worden onderverdeeld in vier categorieën. Populaire en controversiële adolescenten (scoren hoog op het gebied van populariteit) en genegeerde en afgewezen adolescenten (scoren laag op het gebied van populariteit).
 - Peer pressure is een complex verschijnsel. Adolescenten conformeren zich aan hun leeftijdsgenoten op vlakken waarbij hun leeftijdsgenoten “deskundig” zijn en aan volwassenen op vlakken waarop volwassenen in hun ogen “deskundig” zijn. Naar mate adolescenten meer zelfvertrouwen krijgen, conformeren ze zich steeds minder aan leeftijdsgenoten en ouders.
 - Hoewel de meeste adolescenten geen misdaad plegen, zijn er relatief veel adolescenten betrokken bij criminele activiteiten. Adolescenten die misdrijven plegen kunnen worden onderverdeeld in ondergesocialiseerde en gesocialiseerde delinquenten.

De cijfers

- 330.000 kinderen onder de 18 jaar worden gepest.
- Op 91% van de basisscholen in Nederland wordt gepest.
- Op 40% van de basisscholen wordt ernstig gepest, vaak ook met fysiek geweld.
- 27% van de kinderen op de basisschool worden incidenteel gepest. Dat zijn 6 tot 8 kinderen in elke klas.
- 4% van de kinderen op de basisschool worden meerdere malen per week gepest. Dat is in elke klas één kind.
- 5,5% van de kinderen pesten zelf actief.
- 40% van de kinderen proberen te helpen als een ander kind wordt gepest.
- 40% van de kinderen vinden dat ze eigenlijk iets moeten doen, maar zien er toch vanaf.
- De gevolgen van langdurig pesten zijn ongeveer gelijk aan die van kindermishandeling.
- Op basisscholen wordt meer gepest dan op middelbare scholen.
- 98% van de kinderen in Nederland gebruikt internet, 88% zit elke dag thuis op internet.
- 1 op de vijf kinderen en 1 op de 3 jongeren wordt wel eens gepest via de email of sms!
- 2% van de kinderen en 3% van de jongeren zegt zelf wel eens te pesten via mail of sms.
- 1 op de 10 kinderen krijgen te maken met seksuele toespelingen tijdens het chatten.
- 18% van de 14 jarigen heeft wel eens tijdens het chatten zijn telefoonnummer aan een ander gegeven. Voor één op de vijf kinderen volgde hierna een vervelende ervaring.

Wat kun je als ouder doen?

Hoe voorkom ik dat mijn kind gepest wordt?

- Leer je kind voor zichzelf en anderen op te komen. Kinderen moet al op jonge leeftijd nee durven zeggen. In het gezin kan je kind oefenen.
- Leer je kind om hulp te vragen. Aan jou, maar ook aan de leerkracht en anderen die ze vertrouwen. Laat thuis merken dat je de vraag serieus neemt. Dat betekent niet

dat je de problemen moet oplossen, wel dat je steun verleent bij het vinden van een oplossing.

- Geef kinderen de aandacht die ze nodig hebben. Laat weten dat je het belangrijk vindt om te weten wat ze doen en waar ze zijn, zonder ze voortdurend te controleren.
- Probeer conflicten op te lossen door erover te praten. Kinderen leren het meest van voorbeelden.
- Laat kinderen kennismaken met veel verschillende mensen en gewoontes. Als jezelf waardering en respect hebt voor mensen die anders zijn, leren je kinderen hier mee om te gaan. Bemoei je zo min mogelijk met de keuze van vrienden of vriendinnen. Laat je kinderen zelf beslissen wie ze uitnodigen

Wat kan ik doen als mijn kind gepest wordt?

- Neem serieus wat uw kind zegt!
- Probeer uw mening voor uzelf te houden.
- Voorkom uitspraken als: "Het zijn ook rotmeiden, of "Je moet beter voor jezelf opkomen".
- Vraag door, luister: "Waar is het gebeurd, wat deed jij toen, wat zou je willen, hoe voelde je, wat deden de anderen etc.
- Geef vertrouwen. Onderneem enkel en alleen in overleg met uw kind actie.
- De ouders van de pestkop opzoeken is een mogelijkheid. In de praktijk blijkt dit echter niet altijd effectief te zijn. Meestal kiezen de ouders de kant van hun kind of zeggen: uw kind moet meer voor zichzelf opkomen.
- Ga met de leerkracht en/of vertrouwenspersoon van de school praten en vraag wat de school kan doen. Geef de school niet de schuld. Bespreek de verantwoordelijkheden van de school en ga samen op zoek naar een oplossing voor het pestprobleem.

Gesprekvoering met je kind.

Praten is nodig. Om te begrijpen hoe het met je kind gaat, maar ook om het kind de regels van communicatie bij te brengen. Soms gaat het goed, maar lang niet altijd. Hoe komt dat? En hoe kun je het verbeteren?

De volgende tips kun je gebruiken bij het bespreekbaar maken van het pesten, zowel bij de pestkop als bij het slachtoffer.

Tips

1. Help je kind te begrijpen waar het gesprek voor bedoeld is. Als volwassene ga je er snel vanuit dat een kind wel begrijpt waarom je al die vragen stelt, maar dat is niet zo. Het helpt al enorm als je vertelt dat het de bedoeling is om alleen feiten te vertellen en geen fantasie bijvoorbeeld. En als je het kind om zijn mening vraagt, vertel er dan bij dat het antwoord niet goed of fout is.

2. Houd er rekening mee dat een kind heel erg met zijn lichaam communiceert: let daarop en maak er gebruik van.

3. De intensiteit van een gesprek over een belangrijk onderwerp is voor een kind vaak onaangenaam. Wees erop bedacht dat je kind er juist voor kiest om iets belangrijks te vertellen als jij eigenlijk ergens anders mee bezig bent, bijvoorbeeld autorijden of afwassen. Voor het kind is dat een prettige situatie: de volwassene is dan niet zo intens op hem gericht.

4. De manier waarop je je vraag stelt aan een kind, kan veel uitmaken voor het slagen van het gesprek. In de meeste gevallen moet je proberen zo min mogelijk vragen te stellen waarop alleen maar 'ja' of 'nee', of 'leuk' of 'stom' geantwoord kan worden. Dus niet: 'Was het leuk op school?', of 'Hoe was het op school', maar bijvoorbeeld: 'Vertel eens wat je gedaan hebt met gymnastiek?'

5. Maak het gesprek niet te lang. Vooral kleine kinderen kunnen niet lang achter elkaar stil zitten om te praten.
6. Besteed ook aandacht aan de afronding van het gesprek. Het gesprek kan een bepaalde spanning oproepen en die moet ook weer worden afgebouwd. Kinderen kunnen spanning afreageren door beweging.
7. Blijf bescheiden. Wanneer een kind niet wil praten, respecteer dat dan.

Digitaal pesten

1. Zorg dat u weet waarover u het heeft.
Het internet is voor u misschien onbekend terrein. Ga zelf chatten, MSN-en, surfen en zoeken, downloaden en mp3tjes delen. U leert zien welke risico's er voor uw kind zijn, maar ook hoe leuk het internetten voor kinderen is.
2. Begeleid uw kind.
Leer uw kinderen om te gaan met de favorieten-lijst. Zo komt u ook op een natuurlijke manier te weten welke ontdekkingen uw kind heeft gedaan. Leer uw kind ook om nooit zelfstandig spelletjes en programma's te downloaden.
3. Praat over internet.
Vertel uw eigen ervaringen en vraag uw kinderen wat zij allemaal doen en meemaken en hoe ze dat vinden. Als u de internetwereld kent en hier belangstelling voor toont, zal uw kind eerder naar u toekomen als dat nodig is. Bouw wederzijds vertrouwen op.
4. Zet de computer voor kinderen onder de 13 jaar op een zichtbare plaats.
Zo heeft u meer zicht op het internetgedrag van uw kind en bent u in de buurt om te helpen als er iets vervelends gebeurt.
5. Maak afspraken met uw kinderen over wat ze wel en niet mogen op de computer en hang deze eventueel op naast de computer.
6. Installeer een goede virus-scanner en firewall en ververs de bijbehorende virus-database minstens een maal per week.
7. Wees erbij als uw kind lid wordt van een site.
Om spelletjes en andere leuke dingen te doen op een site, moet je je soms registreren. Als u er zelf bij bent kunt u zien welke gegevens waar naartoe gaan.
8. Zorg dat uw kind nooit persoonlijke informatie op internet geeft.
Leer uw kind om altijd een schuilnaam te gebruiken. Dat is heel gebruikelijk op internet. Leg uw kind ook uit om geen namen, telefoonnummers of adres ergens achter te laten, zelfs niet op een eigen homepage. Denk bijvoorbeeld aan de naam van de school, van vriendjes en vriendinnetjes of broers en zussen.
9. Reageer niet op pest-mails
Negeren ontmoedigt de pesters.
10. Maak melding bij de wijkagent of, als het echt ernstig is, doe aangifte.
Bij een melding onderneemt de politie geen actie. Er wordt geen proces-verbaal opgemaakt en men gaat niet op zoek naar de dader. Er gebeurt dus verder niets, maar het voordeel is wel dat de politie op de hoogte is. Een melding kan van belang zijn voor eventuele vervolgmeldingen of andere (latere) aangiftes. Tijdens de melding kunt u tegelijkertijd informeren wat de gevolgen zijn van het doen van aangifte.

11. Neem uw kind serieus, maar leer hem of haar ook te relativieren.

Een kind denkt al snel dat het zijn eigen schuld is dat hij gepest wordt. Probeer dat schuldgevoel te voorkomen en neem alles waarmee uw kind zich tot u wendt serieus. Het komt niet gauw in een kind op om te denken dat iemand 'voor de lol' een hatemail stuurt en dat het eigenlijk helemaal niet speciaal voor jou bedoeld is, terwijl het vaak wel zo gaat. Je hebt het dus niet in de hand dat iemand zulke mail naar je stuurt, maar je kunt wel zelf bepalen in hoeverre je jezelf erdoor laat beïnvloeden. Wimpel het probleem niet weg, maar probeer het wel wat te relativieren.

Hoe kan een contact- of vertrouwenspersoon mij helpen?

Elke school heeft tenminste één interne 'contactpersoon' (en een externe 'vertrouwenspersoon'). Bij de contactpersoon kunnen leerlingen en ouders praten over pesten, geweld, discriminatie of seksueel geweld. Hoe gaat zo'n gesprek?

- U vertelt uw verhaal.
- De contactpersoon luistert en stelt wat vragen.
- Samen bespreekt u wat het probleem is dat u op wilt lossen.
- Daarna bespreekt u :
 - Hoe kunnen we het oplossen?
 - Wat heeft het kind al geprobeerd om het op te lossen? Hoe ging dat?
 - Wat hebt u al gedaan om het op te lossen?
 - Wat zou u kunnen doen?
 - Wie zou u daarbij kunnen helpen?
- Dan maakt u samen een plan.
- De contactpersoon doet niets buiten u of uw kind om: u weet dus altijd wat er gaat gebeuren. echter, soms is het wel nodig dat anderen daarbij worden betrokken. Een geheim probleem lost niemand op.
- Weet u wie de contactpersoon in de school is? Waar en hoe kunt u die bereiken? Wat staat daarover in de schoolgids?