

Pestprotocol Vreewijkschool

Inhoudsopgave

1. Inleiding	2
Waarom een pestprotocol?	2
Plagen en pesten, het verschil	2
Voorbeelden van pestgedrag	3
De betrokkenen	4
2. Te verwachten problemen bij de aanpak tegen pesten	6
3. Uitgangspunten bij het pestprotocol van de Vreewijkschool	7
4. Uitvoering pestprotocol van de Vreewijkschool	7
Inhoud van het pestprotocol	7
Maatregelen tegen pesten	7
Op weg naar een veilige school: Een vijfsporenaanpak	8
5. De belangrijkste regels van het pestprotocol	10
6. Tips voor ouders	10
7. Telefoonnummers en internetsites	11

1. Inleiding

Waarom een pestprotocol?

De Vreewijkschool wil de leerlingen een veilig pedagogisch klimaat bieden, een omgeving waarin zij zich op een prettige en positieve wijze kunnen ontwikkelen.

De leerkrachten willen deze ontwikkeling bevorderen door het maken van duidelijke afspraken met de kinderen. Hierdoor ontstaat een veilig klimaat in en om de school en een prettige werksfeer in de klas.

Een van die duidelijke afspraken is dat kinderen met respect omgaan met elkaar. Dat is niet altijd vanzelfsprekend. En daarom moeten de kinderen dit leren. Dat leerproces verloopt meestal goed, maar het kan ook voorkomen dat een kind in een enkel geval systematisch door andere kinderen wordt gepest. Dan kan een kind zodanig in de knoop komen, dat de afspraken van de leerkracht niet meer in voldoende mate veiligheid bieden, want daarmee wordt de gewenste ontwikkeling onderbroken. Het is in dat geval van groot belang dat de leerkracht zich realiseert dat er een ernstig probleem in de groep is.

In een klimaat waarin het pesten wordt gedoogd, wordt de veiligheid ernstig aangetast. Dit betekent dat wij als school pesten als ongewenst gedrag moeten beschouwen en bereid moeten zijn alles in het werk te stellen om pestgedrag aan te pakken.

In dit protocol is vastgelegd hoe wij het pestgedrag van kinderen benaderen.

Via dit protocol wil de school alle betrokkenen op de ernst van pesten wijzen en daarnaast zowel handreikingen geven om te werken aan een veilige school als een stappenplan bieden bij systematisch pestgedrag.

Kortom: wij zien pesten als een bedreiging voor de school als geheel, voor alle leerlingen, leerkrachten en ouders en alle andere betrokkenen bij de school. Kortom: Wij erkennen, herkennen pestgedrag en ondernemen actie ter voorkoming van pestgedrag.

Pesten is een probleem dat in alle geledingen van de maatschappij voorkomt. Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus willen aanpakken.

Het pestprotocol hebben wij opgesteld met als doel:

"Alle kinderen moeten zich in hun basisschoolperiode vrij en veilig voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen."

Plagen en pesten, het verschil

Iemand op het schoolplein een stevige duw geven kan plagen zijn, maar het kan net zo goed gaan om echt pestgedrag. We spreken over plagen wanneer kinderen min of meer aan elkaar gewaagd zijn en het vertoonde gedrag een uitnodigend karakter heeft om iets terug te doen vanuit een veilige sfeer. Het gaat dan om een prikkelend spelletje, dat door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren.

Er is zelfs sprake van een pedagogische waarde: door elkaar eens uit te dagen, leren kinderen goed om te gaan met allerlei conflicten. Dat is een vaardigheid die later in hun leven van pas komt bij conflicthantering, waar iedereen in zijn leven mee te maken krijgt.

We spreken van pestgedrag als het slachtoffer zich ongelukkig voelt omdat hij of zij stelselmatig geconfronteerd wordt met vervelend of agressief gedrag of buitengesloten wordt van de sociale groep. De inzet van het pestgedrag is altijd macht door intimidatie. Bij echt pestgedrag zien we ook altijd een vaste rolverdeling terug bij de betrokkenen. De belangrijkste eigenschappen van pestgedrag zijn dus het bedreigende, het systematische en het rolvaste karakter.

Kortom:

Plagen gebeurt op basis van gelijkwaardigheid en is incidenteel. Het kan een pedagogische waarde hebben.

Pesten gebeurt vanuit overheersing, is systematisch en dwingt leerlingen in een bepaalde rol. Het belemmert zowel de pester als de gepeste leerling in zijn gezonde ontwikkeling.

Voorbeelden van pestgedrag

Verbaal

- Vernederen: "Haal jij alleen de ballen maar uit de bosjes, je kunt niet goed genoeg voetballen om echt mee te doen".
- Schelden: "Viespeuk, etterbak, mietje" enz.
- Dreigen: "Als je dat doorvertelt, dan grijpen we je."
- Belachelijk maken, uitlachen bij lichaamskenmerken of bij een verkeerd antwoord in de klas.
- Kinderen een bijnaam geven op grond van door de kinderen als negatief ervaren kenmerken. (rooie, dikke, dunne, flapoor, centenbak, enz.).
- Gemene briefjes schrijven om een kind uit een groepje te isoleren of steun te zoeken om samen te kunnen spannen tegen een ander kind.

Fysiek

- Trekken en duwen of spugen.
- Schoppen en laten struikelen.
- Krabben, bijten en haren trekken.

Intimidatie

- Een kind achterna blijven lopen of een kind ergens opwachten.
- Iemand in de val laten lopen, de doorgang versperren of klemzetten tussen fietsen.
- Een kind dwingen om persoonlijk bezit af te geven.
- Een kind dwingen bepaalde handelingen te verrichten, bijvoorbeeld geld of snoep meenemen.

Isolatie

- Steun zoeken bij andere kinderen met als gevolg dat het kind niet wordt uitgenodigd voor partijtjes en activiteiten.
- Uitsluiten: het kind mag niet meedoen met spelletjes, niet meelopen naar huis, niet komen op een verjaardag.

Stelen of vernielen van bezittingen

- Afpakken van schoolspullen, kleding of speelgoed.
- Beschadigen en kapotmaken van spullen: boeken bekladden, schoppen tegen en gooien met een schooltas, banden van de fiets lek steken.

Digitaal pesten

Leerkrachten dienen ook alert te zijn op nieuwe pestvormen. Een pestvorm die voor veel kinderen erg bedreigend is, is het zogenaamde 'online-pesten'. Ook wel *cyberpesten* genoemd. Kinderen pesten elkaar via Social Media. Er wordt flink gescholden en bedreigd. Veel kinderen praten hier niet over en ouders houden soms onvoldoende toezicht op het gedrag van hun eigen kind en dat van anderen op de computer. Leerkrachten hebben minder of geen zicht op het gebruik van de computer buiten schooltijd, maar worden wel geconfronteerd met de gevolgen. Het is daarom zaak om in geval van digitaal pesten in een zo vroeg mogelijk stadium als ouders en leerkracht contact te leggen om gezamenlijk het probleem aan te kunnen pakken.

De betrokkenen

Het gepeste kind

Sommige kinderen hebben een grotere kans om gepest te worden dan anderen. Dat kan komen door uiterlijke kenmerken, maar het heeft vaker te maken met vertoond gedrag, de wijze waarop gevoelens worden beleefd en de manier waarop dat geuit wordt. Kinderen die gepest worden, doen vaak andere dingen dan de meeste leeftijdgenoten in hun omgeving. Er zijn dus helaas aanleidingen genoeg om door anderen gepest te worden *als de pesters daar de kans voor krijgen*.

Veel kinderen die worden gepest hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen de pestkoppen en stralen dat ook uit. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep en durven ze weinig of niets te zeggen, omdat ze bang zijn uitgelachen te worden. Deze angst en onzekerheid worden verder versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor het gepeste kind in een vicieuze cirkel komt waar het zonder hulp zeker niet uitkomt. Gepeste kinderen voelen zich vaak eenzaam, hebben in hun gepeste omgeving geen vrienden om op terug te vallen en kunnen soms beter met volwassenen opschieten dan met hun leeftijdgenoten.

De pesters

Kinderen die pesten zijn vaak fysiek en/of verbaal de sterksten uit de groep. Daardoor kunnen ze het zich permitteren zich agressiever op te stellen. Ze reageren dan ook met dreiging van geweld of de indirecte inzet daarvan. Pesters lijken vaak populair te zijn in een groep, maar dwingen hun populariteit in de groep af op een negatieve manier. Met het vertoonde pestgedrag gaat ze dat gemakkelijk af en krijgen ze andere kinderen mee in hun pestgedrag richting het slachtoffer. Pesters hebben feilloos in de gaten welke kinderen gemakkelijk aan te pakken zijn en als ze zich vergissen, gaan ze op zoek naar een volgend slachtoffer. De zwijgende meerderheid en potentiële meelopers krijgen een keuze die zwijgend wordt opgelegd en die aan duidelijkheid niet te wensen overlaat: "Je bent vóór me of je bent tegen me". Hier gaat een grote dreiging van uit naar de omgeving van pester en

slachtoffer. Alles is immers beter dan zelf gepest te worden.

De pesters stralen juist deze dreigende zekerheid uit. Ze overtreden bewust regels en hebben vaak vaardigheden ontwikkeld om met hun daden weg te komen. Het profiel van de pester is sterk zelfbevestigend en ziet zichzelf als een slimme durfal die dat de andere kinderen regelmatig laat merken.

Het komt ook vaak voor dat een pestkop een kind is dat in een andere situatie zelf slachtoffer is of is geweest. Om te voorkomen weer het mikpunt van pesten te worden, kan een kind zich in een andere omgeving vervolgens als pester gaan opstellen.

Ook pesters hebben op termijn last van hun pestgedrag.

Door hun verkeerde en vooral beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om en een vriendschap op te bouwen en te onderhouden op andere gronden dan die van macht.

De meelopers en de zwijgende middengroep

De meeste kinderen zijn niet direct betrokken bij het pesten.

Sommige kinderen blijven op afstand en andere kinderen doen incidenteel mee. Dit zijn de zogenaamde "meelopers". Er zijn ook kinderen die niet merken of willen weten dat er gepest wordt in hun directe omgeving. Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf het slachtoffer te worden.

Maar het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en denken daardoor met de populariteit van de pester mee te liften. Vooral meisjes doen nogal eens mee met pesten om een vriendin te kunnen behouden.

Als kinderen actiever meegaan pesten in een grotere groep, voelen ze zich minder betrokken en minder verantwoordelijk voor wat gebeurt.

Alles wat in een groep gebeurt, laat het individueel denken en de individuele verantwoordelijkheid achter zich en kan zo leiden tot excessen die achteraf voor iedereen, inclusief de pesters, onacceptabel zijn.

De verdedigers

Het heeft echter zin om op te staan tegen het pesten. Zodra andere kinderen het gepeste kind te hulp komen of tegen de pesters zeggen dat ze moeten ophouden, kan de situatie positief veranderen. Het pesten wordt dan minder vanzelfsprekend.

De situatie voor met name meelopers verandert dan door het ongewenste karakter dat het pestgedrag krijgt. Het wordt voor potentiële pesters duidelijk dat de groep het niet normaal vindt en niet bereid is om mee te gaan in het pestgedrag. Meelopers horen dan ook graag bij de grote groep en zijn niet bereid om grote risico's te lopen.

Kinderen die pestgedrag signaleren en dit bij de leerkracht aangeven vervullen dus een belangrijke rol.

Ouderbetrokkenheid

Ook de ouders kunnen een belangrijke rol spelen. Ouders van kinderen die gepest worden en die dit probleem met de school willen bespreken, zijn natuurlijk altijd emotioneel bij het onderwerp betrokken. De ouder wil maar een ding en dat is dat het pestgedrag onmiddellijk stopt. Ouders van kinderen die niet direct bij het pesten zijn betrokken, kunnen meer afstand nemen. Daardoor zijn ze beter in staat om duidelijk te maken aan hun kind dat er

iets aan het pesten gedaan moet worden. Als er in de omgeving van een kind gepest wordt, heeft het kind zelf ook last van een onveilige, onprettige sfeer in de groep of de klas.

2. Te verwachten problemen bij de aanpak tegen pesten

Bij het gepeste kind

Een gepest kind schaamt zich vaak, het voldoet niet aan normen die de ouders graag in hun kinderen terugzien: een vrolijk en vooral onbezorgd kind dat in staat is zijn eigen boontjes te doppen. Pesten is een groot probleem voor kinderen.

Veel gepeste kinderen doen er dan uiteindelijk ook maar het zwijgen toe en vereenzamen. De angst wordt aanvankelijk nog groter als het pesten bespreekbaar gemaakt wordt door de ouders, waardoor het gepeste kind nog meer met de gevolgen van het pesten kan worden geconfronteerd. Als vergelding kan er namelijk in nog heviger mate gepest worden dan daarvoor al het geval was.

Bij de pester

De pester zelf ziet zijn machtsspel bedreigd, en dat moet ten koste van alles voorkomen worden.

Bij een duidelijke aanpak blijken de pesters soms echter net zo opgelucht als de slachtoffers. Er wordt namelijk ook aandacht besteed aan hun onmacht om normaal met andere kinderen een relatie op te bouwen. Bij een aantal pesters is dat hun liefste wens, waartoe ze helaas zelf niet in staat zijn door het ontbreken van de juiste vaardigheden.

De directe omgeving

Het is goed te weten dat er altijd kinderen zijn die zich schuldig voelen omdat ze niet op kunnen komen voor het slachtoffer door actief te helpen of een volwassene te hulp te roepen. Ook zijn er altijd kinderen die helemaal niet in de gaten hebben dat er in hun omgeving gepest wordt. Ze zien wel het een en ander gebeuren, maar hebben het niet gezien als pestgedrag.

Bij de ouders

Ouders van kinderen hebben vaak moeite om hun kind terug te zien in de rol van meeloper of pester. Ouders hebben niet altijd de juiste informatie. Een pester op school hoeft in de thuissituatie geen pester te zijn. Sommige ouders zien ook de ernst van de situatie onvoldoende in. Zij zien het pestgedrag van hun kind als weerbaar gedrag. Hun kind maakt een abnormale ontwikkeling door, met grote risico's op afwijkend gedrag op latere leeftijd met grote gevolgen. Andere ouders zien er niets meer in dan wat onschuldige kwajongensstreken.

Behalve de pester moeten dus ook vaak de ouders doordrongen worden van het ongewenste karakter voor alle betrokkenen van het vertoonde pestgedrag.

Bij de leerkracht

Het signaleren van (pest)problemen is een veelvoorkomend 'probleem' bij leerkrachten. Zij

vinden het lastig om bepaalde signalen op te vangen, te benoemen en precieze actie(s) te ondernemen.

3. Uitgangspunten bij het pestprotocol van de Vreewijkschool

- Als pesten en pestgedrag plaatsvindt, ervaren we dat als een probleem op onze school voor zowel de gepeste leerling, de pester, de groep leerlingen daaromheen, de leerkrachten en de ouders.
- De school heeft de verplichting zich in te spannen om pestgedrag te voorkomen en aan te pakken door het scheppen van een veilig pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als ongewenst gedrag wordt ervaren en niet wordt geaccepteerd.
- Leerkrachten en andere betrokkenen moeten tijdig alert zijn op pestgedrag in algemene zin. Indien pestgedrag optreedt, moeten leerkrachten en andere betrokkenen duidelijk stelling nemen en actie ondernemen tegen dit gedrag. De verantwoordelijkheid blijft te allen tijde liggen bij de leerkrachten.
- Wanneer pesten, ondanks alle inspanningen weer optreedt, voert de school het pestprotocol uit.

4. Uitvoering pestprotocol van de Vreewijkschool

Inhoud van het pestprotocol

Het pestprotocol vormt de verklaring van de leerkrachten, de ouders en andere betrokken bij de school, waarin is vastgelegd dat men pestgedrag op school niet accepteert en volgens een vooraf bepaalde handelwijze aanpakt. De Vreewijkschool wil voor alle kinderen die de school bezoeken een veilige school zijn. Dit betekent dat onze school, en allen die daar bij betrokken zijn, expliciet stelling neemt tegen pestgedrag en maatregelen neemt indien pestgedrag voorkomt.

Maatregelen tegen pesten

De groepsleerkracht neemt de volgende maatregelen om pestgedrag te voorkomen:

- Aan het begin van het schooljaar worden de klassenregels samen met de klas besproken.
- In het rooster zijn de lessen Vreedzame School ingeroosterd. Er zal meerdere keren per week zowel impliciet als expliciet aandacht worden besteed aan het groepsproces.
- In de klas wordt gewerkt aan een veilig leerklimaat waarbij alle leerlingen gelijk zijn. Er wordt gezorgd dat een kind zich veilig voelt en dus de mogelijkheden krijgt om pestgedrag te melden.
- Mocht er toch iets misgaan in de klas of op school, dan wordt er van de kinderen verwacht dat zij het OEPS-blad invullen. Wij vinden het erg belangrijk dat de kinderen leren om hun eigen gedrag te reflecteren.

Op weg naar een veilige school: een vijfsporenaanpak¹

Formulieren en procedures leiden op zichzelf niet tot het verdwijnen van ongewenst gedrag. Wel is het belangrijk om in het geval van pestgedrag duidelijk te beschrijven wat er gebeurt en wat er wordt gedaan aan de behandeling van dit probleem.

Onderstaande tekst geeft concrete invullingen en handreikingen voor het pedagogisch handelen.

De school moet open staan om naar de problemen van de leerlingen te luisteren. Aan leerlingen moet de mogelijkheid worden geboden om pestgedrag te melden. Dit kan pestgedrag zijn dat de leerling zelf treft of pestgedrag dat leerlingen naar anderen signaleren. De mogelijkheid moet bestaan dit zowel openlijk als anoniem te doen en zowel bij de eigen leerkracht als bij een andere leerkracht. Bij elke melding moet geheimhouding gewaarborgd zijn.

De leerkracht heeft een zeer belangrijke rol en het is verstandig om de gepeste leerling in de keuzes die gemaakt worden te betrekken.

De leerkracht zal helder en duidelijk moeten maken dat het ongewenste gedrag niet geaccepteerd wordt. De leerkracht biedt in eerste instantie de gepeste leerling bescherming, spreekt met de pester en zijn ouders en spreekt ook met de zwijgende middengroep en de meelopers. De leerkracht zelf dient steun te krijgen.

Hulp aan het gepeste kind, in de vorm van adviezen en (in sommige gevallen) van een sociale vaardigheidstraining:

Begeleiding van het gepeste kind is van groot belang. Het kind kan zich eenzaam en slachtoffer voelen en heeft recht op zorg vanuit de school. Naast het voorkomen van nieuw pestgedrag moet er ook gekeken worden naar het verwerken van de ervaringen. Dit kan gebeuren door:

- Gesprekken tussen de leerkracht en het kind. Naast incidentele momenten kunnen ook vaste gesprekken worden gepland waarin het kind gevraagd wordt naar de vooruitgang. Het doel is zowel het signaleren van nieuwe problemen als het verwerken van de eerdere ervaringen.
- SMW
- Schriftelijke verwerking door het kind. Het kind krijgt de beschikking over een “verwerkingsschriftje” dat op elk gekozen moment door het kind kan worden ingevuld onder en buiten schooltijd. Het kind krijgt op die manier de gelegenheid de ervaringen van zich af te schrijven of te tekenen.

Hulp aan de pester

Ook pesters hebben recht op hulp. Dit zou/zouden een gesprek/gesprekken met SMW kunnen zijn. Die hulp kan bestaan uit de volgende punten:

¹ De vijfsporenaanpak is gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn bij pesten: het gepeste kind, de pester, de ouders, de klasgenoten en de leerkrachten.

- Een gesprek waarin wordt aangegeven welk gedrag niet geaccepteerd wordt op school en welk gedrag wel gewenst is. Er wordt een schriftelijk verslagje van gemaakt. Ouders worden ingelicht.
- Een aantal vervolgesprekken onafhankelijk van de ontwikkelingen wat betreft het pesten waarin het gedrag besproken wordt.
- Een duidelijke straf die volgt als het pestgedrag toch weer voorkomt.
- Pestgedrag wordt binnen de bouw of het team gemeld zodat iedereen alert kan reageren.

Hulp aan de zwijgende middengroep en de meelopers, in de vorm van het mobiliseren van deze groep;

Als de groep eenmaal in beweging is gebracht, hebben kinderen die pesten veel minder te vertellen. Dit in beweging brengen kan door zowel leerkracht als de ouders met de kinderen te laten praten over hun rol. Iets wat op school in iedere groep elke week structureel plaatsvindt. Dit kan zijn tijdens de vaste momenten, vanuit de methode 'de Vreedzame School', maar ook tussendoor.

Hulp aan de ouders, in de vorm van achtergrondinformatie en adviezen;

Voor de ouders van het gepeste kind is het van belang dat het de school ernst is met de aanpak van pesten. Met de ouders van het gepeste kind zal overleg zijn over de aanpak en de begeleiding van hun kind. De ouders van de pesters moeten absoluut op de hoogte zijn van wat er met hun kind gebeurt. Zij hebben er recht op te weten dat hun kind in sociaal opzicht bepaald zorgwekkend gedrag vertoont en dat daar iets aan gedaan moet worden. De ouders van de zwijgende middengroep en de meelopers moeten zich bij de leerkracht kunnen melden, als zij merken dat er een kind gepest wordt. Praten over pesten is fundamenteel iets anders dan klikken. Ouders kunnen hun kind daarin ondersteunen en begeleiden.

Hulp aan de leerkracht, in de vorm van achtergrondinformatie over het verschijnsel, signalen, oorzaken, gevolgen en concrete aanpakmogelijkheden;

Meerdere keren per jaar worden groeps- en leerlingbespreking gehouden tussen leerkracht en intern begeleider.

Twee keer per jaar vullen de leerkrachten vanaf groep 3 de Scol in. Dit is een instrument om sociale competentie, welbevinden en sociale veiligheid te monitoren. De uitkomsten worden verwerkt in het groepsdocument van de groep en de leerkracht bedenkt daarbij een passende aanpak. Vanaf groep 6 vullen de kinderen twee keer per jaar een monitor sociale veiligheid in. Dit instrument meet of kinderen zich veilig voelen op school. De uitkomsten worden met de leerkrachten en leerlingen besproken en geanalyseerd. Indien nodig wordt er een plan van aanpak opgesteld naar aanleiding van deze monitor.

5. De belangrijkste regels van het pestprotocol

Word je gepest? Je moet er over praten. Thuis, maar ook op school!

De Vreewijkschool werkt met de methode Vreedzame school. Schoolbreed hebben wij afspraken gemaakt die wij hebben vastgelegd in een zogenaamde grondwet:

- Wij hebben respect voor elkaar
- Wij lossen conflicten samen op
- Wij houden onze school netjes
- Wij hebben oor en hart voor elkaar
- Wij zorgen voor rust en veiligheid in de school

Als kinderen ruzie hebben verwachten we dat ze dit zelf proberen uit te praten. Als dit niet lukt kunnen ze naar de leerlingmediatoren gaan of naar de leerkracht.

Als kinderen vinden dat ze gepest worden of dat een ander kind gepest wordt, dan wordt dit aan de leerkracht gemeld. Dit is dan geen klikken!

Kinderen kunnen ook naar de pestcoördinator stappen. Zij is tevens onze schoolmaatschappelijk werkster.

Bovenstaande regels gelden in en rondom de school en vormen de basis voor het pestprotocol.

6. Tips voor ouders

Tips aan ouders van gepeste kinderen:

- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, kunt u de ouders van de pester benaderen 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 kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken. Ook kunt u bij de vertrouwenspersonen van de school terecht.
- Als uw kind al lange tijd is gepest, vraagt dat om een uitgebreide aanpak. Neem contact op met de leerkracht, leesboeken en bekijk samen met uw kind filmpjes over pesten.
- Als u er van uw kind met niemand over mag praten, steun dan uw kind, geef het achtergrondinformatie en maak uw kind duidelijk dat de school het voorzichtig zal aanpakken.
- Beloon uw kind en help het zijn zelfrespect terug te krijgen.
- Stimuleer uw kind tot het doen van die dingen waarin het goed is en kan uitblinken.
- Houd de communicatie open, blijf dus in gesprek met uw kind. Doe dat op een positieve manier. Geef adviezen om aan het pesten een einde te maken.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan komt.
- Laat uw kind opschrijven of tekenen wat het heeft meegemaakt. Dit kan best emotionele reacties bij uw kind oproepen. Op zich is dat niet erg, als hij/zij maar geholpen wordt de emoties te uiten en te verwerken.

- Laat uw kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining. De groepsleerkracht of de intern begeleider, kan u helpen met het maken van een afspraak met de schoolmaatschappelijk werkster om een dergelijke training in gang te zetten.

Tips aan ouders van kinderen die pesten:

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek. Elk kind loopt kans pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak van het pesten te komen. Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet. Besteed aandacht aan uw kind.
- Als uw kind al lange tijd pest, vraagt dat om een uitgebreide aanpak. Neem contact op met de leerkracht, leesboeken en bekijk samen met uw kind filmpjes over pesten.
- Laat uw kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining. De groepsleerkracht of de intern begeleider, kan u helpen met het maken van een afspraak met de schoolmaatschappelijk werkster om een dergelijke training in gang te kunnen zetten.

Tips aan ouders van meelopers en zwijgende middengroep:

- Neem het probleem serieus: het kan ook uw kind overkomen.
- Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- Maak het tot een gemeenschappelijk probleem.
- Weet wat uw kind op de computer doet.
- Praat met uw kind over school, over de relaties in de klas, over wat leerkrachten doen, hoe zij straffen. Vraag hen ook af en toe of er in de klas wordt gepest.
- Geef af en toe informatie over pesten; wie doen het, wat doen zij en waarom?
- Corrigeer uw kind als het voortdurend anderen buitensluit.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw kind voor anderen op te komen.

Een advies aan de ouders van eigenlijk alle kinderen is:

Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport, zodat het kind genoodzaakt wordt om te gaan met anderen en leert samen te werken.

7. Telefoonnummers en internetsites

Leerlingen en leerkrachten kunnen terecht op het nummer:

0800 28282800 of **www.pestweb.nl**

Ouders en verzorgers kunnen terecht op het nummer:

0800 5010 of **www.50tien.nl**

Voor leerlingen is er de kindertelefoon, voor hulp, advies of gewoon een luisterend oor. De kindertelefoon is gratis en het nummer wordt niet op de factuur aangegeven, zodat de leerlingen echt anoniem kunnen bellen: **0800 0432**

De Opvoedtelefoon voor een luisterend oor voor ouders, maandag tot en met vrijdag van 9.00 uur tot 17.00 uur: **0900 8212205**