

Pestprotocol

Wat is pesten?

Pesten is een ongelijkwaardige strijd van een pester of een groep tegen een eenling. Het gepeste kind pest niet terug. Dat is vaak een kwestie van niet durven en niet kunnen.

Pesten kan op twee manieren gebeuren:

Direct: openlijke aanvallen op het slachtoffer. Dat kan verbaal of fysiek zijn.

Indirect: negeren, uitsluiting van de groep, sociale isolatie.

Kenmerken van pesten zijn:

- Pesten is geen incident maar treedt regelmatig op.
- Bij pesten gaat het om een ongelijke machtsverhouding tussen pester(s) en slachtoffer(s). Het slachtoffer is niet (meer) in staat zich te verdedigen.

Hoe pesten werkt

Bij pesten zijn drie rollen te onderscheiden.

1. Pesters.
2. Het gepeste kind.
3. De middengroep en dat is tevens de meerderheid.

Het is een belangrijk streven om de middengroep te mobiliseren, c.q. minder te doen zwijgen. Het is bovendien een interessante groep omdat ze:

- Met velen zijn.
- Uit zeer verschillende typen bestaan.
- Een aanzienlijke invloed kunnen hebben op het pesten.

Hoe kinderen pesten

Met woorden:

- Vernederen: Haal jij de bal maar, dat is het enige dat jij kunt.
- Schelden: viezerik, vuurtoren, schele.
- Dreigen: Je vertelt het niet aan de meester, want dan pakken we je straks.
- Belachelijk maken, uitlachen.
- Kinderen niet bij hun eigen naam noemen maar altijd bij een bijnaam.
- Gemene briefjes schrijven.

Lichamelijk:

- Trekken aan kleding, duwen, slobberen.
- Schoppen en slaan.
- Krabben, bijten en haren trekken.

Door achtervolging enz:

- Achterna lopen, opjagen.
- In de val laten lopen: klem zetten.
- Opsluiten.

Door uitsluiting:

- Negeren: niet reageren op wat het kind zegt of doet, niet tegen hem/haar praten.
- Uitsluiten: het kind mag niet meespelen, het kind wordt expres nooit gekozen.

Door stelen of vernielen van bezittingen:

- Afpakken van kledingstukken en andere spullen.
- Beschadigen van spullen; schoppen met een schoeltas, banden leeg laten lopen.

Door afpersing:

- Dwingen om geld of spullen af te geven.
- Dwingen om iets voor de pesters te doen: een klus opknappen.

Door online pesten:

- Via internet kunnen kinderen anoniem een ander kind pesten. De anonimiteit zorgt ervoor dat de pesterijen vaak veel grover zijn dan in het normale leven.
- De pesterijen kunnen gebeuren bij bijvoorbeeld: chatten, MSN-en, en de e-mail berichten.

Profiel van het gepeste kind

Het kan zijn dat een kind wordt gepest als:

- Het kind niet meer graag naar school gaat.
- Het kind nooit vrienden mee naar huis neemt.
- De schoolresultaten slechter worden.
- Het kind niet meer graag buiten speelt.
- Het kind regelmatig dingen kwijtraakt of vertelt dat zijn spullen zijn vernield.
- Het kind klaagt over hoofdpijn of buikpijn.
- Het kind ineens veel blauwe plekken of schrammen heeft.
- Het kind slecht slaapt of nachtmerries heeft.
- Er nooit een uitnodiging voor een verjaardag voor het kind komt of dat het kind zijn verjaardag niet wil vieren.
- Het kind niet meer graag naar de sportclub of naar de muziekles wil.
- Het kind steeds minder durft, steeds banger wordt voor andere kinderen.
- Het kind niet meer wil dat je hem naar school brengt.
- Het kind ineens overal naar toe gebracht moet worden.

Profiel van de middengroep

De middengroep bestaat uit:

- Leerlingen die actief meepesten uit berekening bijvoorbeeld uit angst om zelf slachtoffer te worden.
- Leerlingen die niet pesten maar ook niets doen aan het stoppen ervan. Ze voelen zich wel schuldig maar verzetten zich niet tegen deze psychisch ongezonde situatie.
- Leerlingen die niet door hebben wat er in de klas speelt.
- Leerlingen met een hoge status binnen de groep. Zij nemen het af en toe op voor de slachtoffers.

Let op:

Geen van deze groepen leerlingen heeft er belang bij om het pestgeheim naar buiten te brengen. Vrijwel alle leerlingen zijn op de hoogte van het pesten in de klas, maar praten daar niet met anderen over. Dat is een psychologisch mechanisme.

Drie psychologische mechanismen die in dit verband een rol spelen zijn:

1. Samenzwering om te zwijgen: iedereen weet dat er gepest wordt in de klas, maar er wordt niet met een buitenstaander over gepraat.
2. Omstanderdilemma: het is een tweestrijd van omstanders als ze zien of horen dat er gepest wordt. Reageren met 'ja maar'. 'Ja maars' zijn er op twee niveaus:
 - Vanuit de persoon: 'ja maar' ik heb geen tijd... ik ben bang... ik wil er niets mee te maken hebben...ik... enz.
 - 'Ja maars' vanuit het verschijnsel: 'ja maar' er is niets aan te doen... het valt wel mee.. het gebeurt niet...wanneer moet ik er dan wat van zeggen...
3. Schuldig achten van het slachtoffer: omdat je vindt dat het gepeste kind het uitlokt of op wat voor manier dan ook over zichzelf afroept, vind je dat je niets hoeft te doen.

Pesten heeft veel te maken met de verhoudingen binnen een groep. Aanpakken van het pestprobleem betekent meer dan verbieden alleen. Kinderen moeten leren om met elkaar om te gaan zonder de ander wezenlijk te kwetsen. Volwassenen (leerkrachten, begeleiders van clubs, ouders) kunnen hen daarbij helpen, bijvoorbeeld door samen met de kinderen oplossingen te zoeken en door duidelijke grenzen te trekken.

Ook is het belangrijk dat de leerkracht een duidelijke houding heeft bij conflicten tussen de kinderen onderling. Om sociale vaardigheden te verwerven moeten de kinderen in eerste instantie proberen zelf hun onderlinge problemen op te lossen.

Meestal hebben de pestende kinderen niet in de gaten hoe afschuwelijk het pesten is voor het gepeste kind.

Gedrag bij kinderen van vier tot zeven jaar

Kinderen tussen de vier en zeven jaar verkeren dagelijks in een groep leeftijdsgenoten. Ze doen daar veel ervaring op. 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 kunnen nog niet goed inschatten hoe hun eigen gedrag invloed kan hebben op andere kinderen.

Om sociale vaardigheden te leren, hebben de kinderen vooral elkaar nodig. Meestal slagen ze er in zelf hun ruzies op te lossen. 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. Goede voorbeelden en een verstandige aanpak door volwassenen helpen kinderen bij het leren samenleven. We spreken nog niet over pesten, we proberen de nadruk te leggen op vriendschap.

Gedrag bij kinderen van zeven tot negen jaar.

Kinderen spelen met elkaar en daarbij komt ruzie voor. Ruzie maken en oplossen hoort erbij. Volwassenen hoeven zich daar meestal niet mee te bemoeien. Met vallen en opstaan leren de kinderen hoe ze het beste met elkaar kunnen omgaan en wat de regels zijn met de omgang van elkaar. Soms gaat het de verkeerde kant op: dan gaat plagen over in pesten. Ouders hebben er dan ook mee te maken. Kinderen beginnen lang niet altijd zelf over pesten te praten. Daarom is het belangrijk om te weten hoe je als ouder/leerkracht kunt zien of je kind gepest wordt, welke signalen belangrijk zijn.

Gedrag bij kinderen van tien tot twaalf jaar.

Kinderen zijn in staat om de gevoelens en eigenschappen van anderen goed te onderscheiden en te beschrijven. Er kan een beroep worden gedaan op hun invoelingsvermogen. Het is belangrijk om regelmatig met de groep stil te staan bij de omgangsregels met elkaar.

Maatregelen om pesten te voorkomen (preventief)

Het allerbelangrijkste wat de school moet doen is **het pesten zoveel mogelijk voorkomen**. Elke juf of meester moet ervoor zorgen dat haar of zijn klas een veilige en prettige plek is. Het eigenlijke voorkomen en bestrijden van pesten op school gebeurt dus in de klas. Daarnaast is het belangrijk dat deze werkwijze door de hele school wordt gedragen, zodat de kinderen en ouders er op kunnen vertrouwen dat de school voor iedereen een veilige plaats is.

Om pesten op school zoveel mogelijk te voorkomen wordt geprobeerd de factoren die aan pesten zijn gerelateerd te beïnvloeden:

Algemeen

- Werken aan een positieve sfeer in de klas door afspraken over omgaan met elkaar, begeleiden van groepsprocessen etc.
- Vergroten van sociale vaardigheden van leerlingen door bijvoorbeeld rollenspelen.
- Gebruik van de drie kapstokregels:
 1. Voor groot en klein zullen we aardig zijn.
 2. De school is een wandelgebied en buiten hoeft dat lekker niet.
 3. We zullen goed voor onze spullen zorgen, dan zijn ze weer te gebruiken morgen.

Groep 1 t/m 4

- Wekelijks bespreken van de tip van de week.
- Oefenen door middel van spel hoe je met elkaar omgaat.
- Aanleren van sociale vaardigheden.

Vanaf groep 3

- Sociale vaardigheden van kinderen belonen.
- Werken met een klassenbus, indien nodig.

Vanaf groep 5 t/m 8

- Wekelijks een deugd of een tip bespreken.
- Straffenoverzicht voor de pesters.
- De leerlingen moeten regels afspreken met elkaar hoe je met elkaar omgaat.
- Werken met het zonnetje van de week.

Het werken met de klassenbus houdt in dat er een schoenendoos in de klas staat met een gleuf erin waarin de leerlingen briefjes kunnen doen (zowel positief als negatief) waar ze over in zitten. Op dit briefje staat iets wat ze niet durven zeggen. De naam van de leerling moet eronder staan. Deze wordt niet bekend gemaakt. Elke week wordt de klassenbus geleegd en besproken als er wat in zit.

Het bespreken van een tip van de week kan bijvoorbeeld zijn: goedemorgen zeggen of elkaar bij de naam noemen.

Het bespreken van een deugd per week kan bijvoorbeeld zijn: beleefdheid of behulpzaamheid.

Het zonnetje van de week houdt in dat ieder kind iets positiefs over een ander kind op een zonnestraal schrijft. Al die zonnestrallen worden door het betreffende kind op een blaadje geplakt om de zon heen. De mooiste zonnestraal wordt voorgelezen aan de klas. Dit kan bijvoorbeeld zijn: je bent aardig of je bent een goede vriendin.

De aanpak in de klas

Steun bieden aan het kind dat gepest wordt:

- Naar het kind luisteren en haar/zijn probleem serieus nemen.
- Steun bieden door deze tips:
 1. Maak de pester duidelijk dat je het verschrikkelijk vindt dat hij je pest en dat je wilt dat hij of zij ermee ophoudt.
 2. Stopt het niet, dan vertel je dit aan de leerkracht. Dit is geen klikken!
 3. Maak duidelijk dat het moet stoppen.
 4. Zorg als leerkracht dat je contact houdt met het kind dat aan je vertelde dat hij/zij gepest wordt.

Steun bieden aan de pester:

- Met het kind bespreken wat pesten voor een ander betekent.
- Het kind helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.
- Zonodig zorgen dat het kind hulp krijgt.
- Het kind helpen zich aan regels en afspraken te houden door deze 5 tips wat het kind moet doen:
 1. Doe iets leuks met je vrienden.
 2. Laat een ander met rust.
 3. Houd het gezellig samen.
 4. Is er wat, praat het uit of zoek hulp.
 5. Houd je aan de tips om met pesten te stoppen.

De middengroep betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem:

- Met kinderen praten over pesten en over hun eigen rol erbij.
- Met de kinderen overleggen over oplossingen en over hun eigen bijdrage daarin.
- Samen met de kinderen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen door deze 5 tips:
 1. Ga naar een vriend, vriendin of klasgenoot.
 2. Spreek af waar je de pester op aanspreekt.
 3. Ga samen naar de pester.
 4. Praat met de pester en maak duidelijk dat de pester moet stoppen met pesten.
 5. Als de pester blijft pesten, zoek je hulp bij de leerkracht, de mentor of je ouders en denk eraan: Praten over pesten is geen klikken.

De ouders steunen door:

- Ouders die zich zorgen maken over pesten, serieus nemen; ook indien de leerkrachten hier niets van hebben signaleerd.
- Informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt.
- In samenwerking tussen school en ouders het pestprobleem aanpakken.
- Regelmatig gesprekken houden met zowel de ouders van het gepeste kind, als de ouders van de pester.
- Ouders informeren dat pesten steeds terug kan komen.
- Zonodig ouders doorverwijzen naar (deskundige) ondersteuning.

Wat moeten ouders doen als hun kind gepest wordt:

- Neem uw kind serieus en zeg dat jullie samen met anderen gaan proberen het pesten te stoppen.
- Praat erover met uw kind of vraag uw kind om op te schrijven wat het heeft meegemaakt.
- Probeer uw kind uit te leggen waarom sommige kinderen pesten.
- Samen praten over pesten kan ook gaan via een boek over het onderwerp.
- Vertel dat volwassenen vaak niks doen omdat ze niet zien dat er gepest wordt, of omdat ze niet weten hoe het probleem opgelost moet worden.
- Benader de leerkracht om het probleem te bespreken en zonodig in te grijpen of er in ieder geval iets mee toe doen.
- Waarschuw uw kind dat het pesten niet meteen ophoudt als er beter op wordt gelet. Pesten is een gewoonte geworden die afgeleerd moet worden.
- Houd het onderwerp bespreekbaar. Informeer regelmatig hoe het nu gaat.
- Soms heeft uw kind extra hulp nodig van deskundigen.

Wat moeten ouders doen als hun kind pest:

- Neem andere ouders die zeggen dat uw kind pest serieus.
- Maak uw kind duidelijk dat u pesten absoluut afkeurt.
- Bespreek het pesten met uw kind en zoek samen naar manieren om het pesten te stoppen.
- Spreek met uw kind af aan welke regels jullie elkaar zullen houden.
- Neem contact op met andere ouders en leerkrachten om gezamenlijk iets aan het pesten te doen.
- Steun uw kind om manieren te zoeken om prettig met andere kinderen om te gaan.
- Geef uw kind zonodig extra aandacht.
- Houd in de gaten of het pesten na verloop van tijd niet opnieuw de kop opsteekt.
- Zoek hulp van deskundigen als u dat nodig lijkt.

Wat moeten ouders doen als er in de omgeving van uw kind wordt gepest:

- Neem het pestprobleem serieus.
- Bespreek met uw kind zijn rol bij het pesten.
- Zoek samen met uw kind naar mogelijkheden om iets te doen aan het pesten.
- Bespreek de pestsignalen die u heeft gehoord met anderen: ouders, leerkrachten, etc.
- Geef zelf het goede voorbeeld.

Stappenoverzicht als het pesten niet stopt:

Stap 1: Gesprek ouders:

- Door middel van een gesprek met ouders en de leerling krijgt de pester een waarschuwing en wordt er door de school geëist dat het pesten stopt. Er wordt een verslag voor het leerling dossier gemaakt + een vervolg afspraak. Er is ook een terugkoppeling naar de ouders van het gepeste kind.

Stap 2: Schorsing:

- Het bestuur Acis wordt geïnformeerd omtrent het gedrag van de pester en in overleg kan de leerling worden geschorst als het pesten niet is opgehouden.

Stap 3: Van school verwijderen:

- Als het schorsen ook niet heeft geholpen om het pesten te stoppen zal de leerling van school worden verwijderd. De directie zal op zoek gaan naar een andere school.

Versie febr 2022

Auteur: J. van Bellen