



# pestprotocol

CBS Nijdjip  
Grou

versie maart 2018

---

## Inhoudsopgave:

1. Inleiding
  2. Pesten
    - 2.1. Definitie van pesten
    - 2.2. Het verschil tussen plagen en pesten
  3. Preventie
    - 3.1. De 10 gouden gedragsregels
  4. Oorzaken, signalen en gevolgen van pesten
    - 4.1. Signalen
    - 4.2. Gevolgen van pesten
      - 4.2.1. Gepest worden
      - 4.2.2. Het kind dat pest
      - 4.2.3. Gevolgen voor de groep
  5. Rollen van kinderen bij pesten
  6. De vijfsporenaanpak
    - 6.1. Steun bieden aan het kind dat gepest wordt
    - 6.2. Steun bieden aan het kind dat zelf pest
    - 6.3. De ouders van het gepeste en van het pestende kind steunen
    - 6.4. De middengroep betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem
    - 6.5. De algemene verantwoordelijkheid van de school
  7. Procedure bij pesten
  8. Cyberpesten
  9. Adviezen aan de ouders van onze school
    - 9.1. Ouders van gepeste kinderen
    - 9.2. Ouders van kinderen die pesten
    - 9.3. Alle andere ouders
    - 9.4. In verband met cyberpesten
  10. Aanvullende informatie
- Verantwoording  
Bronvermelding

## 1. Inleiding.

Pesten is een probleem. Een school hoort voor ieder kind een veilige plek te zijn en pesten bedreigt dit uitgangspunt.<sup>1</sup>

We hebben als school een inspanningsverplichting om pesten tegen te gaan. We willen alert zijn op pestgedrag en gericht actie ondernemen. Pesten wordt op CBS Nijdjip niet geaccepteerd. Met dit pestprotocol onderstrepen we dit standpunt.

Omdat een goed sociaal klimaat de basis is voor preventie, investeren we op school in een positieve groepsaanpak. Als er toch gepest wordt volgen we de procedures van dit protocol. Om pesten serieus aan te pakken is het van belang dat het als een probleem gezien wordt door alle betrokken partijen: leerlingen (het gepeste kind, de pester(s), de klasgenoten), leerkrachten en ouders. Bij het signaleren van pesten heeft het team steun nodig van de medeleerlingen en ouders.

## 2. Pesten

### 2.1. Definitie van pesten:

Kinderen worden gepest als ze door een of meer leeftijdsgenoten bewust en stelselmatig worden beschadigd door negatieve acties waarbij de macht ongelijk verdeeld is en het slachtoffer zich meestal niet kan verdedigen.

Het is een negatieve actie als iemand opzettelijk letsel of ongerief aanbrengt of probeert aan te brengen bij de ander. Deze acties kunnen direct (verbaal of fysiek), indirect (relationeel/emotioneel) of digitaal (via computer of telefoon) zijn.<sup>2</sup>

### 2.2. Het verschil tussen plagen en pesten.

Plagen is niet hetzelfde als pesten. De verschillen kunnen als volgt worden aangegeven:<sup>3</sup>

<b>Plagen</b>	<b>Pesten</b>
gelijkwaardigheid	machtsverschil
wisselend "slachtofferschap"	hetzelfde slachtoffer
humoristisch	kwetsend
af en toe	vaak/voortdurend

Voorbeelden van specifiek pestgedrag:<sup>4</sup>

- Nooit iemand bij de eigen naam noemen maar altijd bij de bijnaam
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- Briefjes doorgeven (ook digitaal, zie cyberpesten)
- Opmerkingen maken over kleding, schoeisel, haardracht enz.
- Isoleren
- Buiten school opwachten, slaan of schoppen
- Bezittingen afpakken
- Schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer

---

<sup>1</sup> (Overveld 2013)

<sup>2</sup> (TNO 2014)

<sup>3</sup> (basisschool De Regenboog sd)

<sup>4</sup> (basisschool Het Veenpluis sd)

### 3. Preventie

We werken op de Nijdjipskoalle actief aan een positief sociaal klimaat. Dit doen we als volgt:

- We besteden bewust aandacht aan groepsvorming.
- Er is aandacht voor samenwerken en samenwerkend leren in wisselende samenstellingen.
- We stellen gedurende het schooljaar de 10 gouden gedragsregels (zie onder) centraal.
- Waar nodig worden en aan het begin van of gedurende het schooljaar aanvullende afspraken gemaakt die gericht zijn op het omgaan met elkaar en met het werk.
- We geven naast het 'schoolse' leren ook planmatig aandacht aan het Sociaal Emotioneel Leren (SEL). Hiervoor maken we gebruik van de methode "Kwink", de suggesties en activiteiten uit "Trefwoord" en waar nodig aanvullende materialen.

*Overzicht van vijf groepen sociaal-emotionele competenties (met enkele voorbeelden):*

- *Besef hebben van jezelf (kunnen inschatten van je eigen gevoelens)*
- *Zelfmanagement (impulscontrole bij stressvolle situaties)*
- *Besef hebben van de ander (empathie)*
- *Relaties kunnen hanteren (conflicten oplossen)*
- *Keuzes kunnen maken (verantwoordelijkheid nemen voor je eigen gedrag)*

- We proberen aan de hand van gesprekken, observaties, sociogrammen en evt. vragenlijsten probleemsituaties tijdig te signaleren en vragen ook ouders hierin met ons mee te denken. Verder wordt gebruik gemaakt van een sociaal-emotioneel leerlingvolgsysteem.

#### **3.1. De 10 gouden gedragsregels**

- we zijn vriendelijk tegen elkaar en noemen elkaar bij de voornaam
- we bedreigen elkaar niet en doen elkaar geen pijn
- we blijven van elkaars spullen af
- we zeggen geen lelijke dingen over elkaar
- we luisteren naar elkaar en accepteren elkaar zoals we zijn
- we lachen elkaar niet uit
- we zijn eerlijk en doen eerlijk tegen elkaar
- we sluiten andere kinderen niet buiten
- word je gepest, praat er direct over met je juf of meester
- als we zien dat een kind gepest wordt vertellen we dit, dat is geen klikken!

*Deze regels zijn zo belangrijk dat we hopen dat onze kinderen ze, met de steun van hun ouders ook buiten school naleven.*

***En heel belangrijk: Wie pestgedrag ziet en dit tegen de leerkracht zegt, mag hier beslist niet door andere kinderen op worden aangesproken!***

### 4. Oorzaken, signalen en gevolgen van pesten

De basisoorzaak voor het pesten is een mentaliteitsprobleem. Kinderen die anderen pesten gaan uit van de denkfout: Als je iemand niet aardig/niet leuk vindt, mag je zo iemand plagen. Het gaat bij pesten om een gebrek aan accepteren van elkaar, een gebrek aan respect voor elkaar. Pesten heeft dan ook met de ontwikkeling van waarden en normen te maken.<sup>5</sup>

Bij de pester is het pesten vaak een symptoom van dieperliggende problemen zoals een agressieprobleem, een probleem met de zelfsturing, compenseren van eigen problemen etc.

#### **4.1. Signalen**

Mogelijke signalen bij een pester:

---

<sup>5</sup> (Pravoo sd)

- impulsief gedrag
  - het omringen met meelopers
  - graag de baas willen zijn
  - populair willen zijn
  - andere kinderen zijn bang voor de leerling
- Pesters zijn goed in het verbergen van hun pestgedrag. Ze spreken er nauwelijks met hun ouders over.

Mogelijke signalen bij een leerling die gepest wordt:

- vaak hoofdpijn of buikpijn (ook: slaapproblemen, bedplassen, vermoeidheid)
- de schoolresultaten gaan plotseling achteruit
- gaat niet graag meer naar school
- isoleert zich van anderen
- gedraagt zich thuis agressiever dan je van hem/haar zou verwachten, of juist aanhankelijker
- geeft een angstige en onzekere indruk
- zoekt gezelschap van leerkrachten
- staat alleen, wordt niet uitgenodigd, wordt als laatste in een groepje gekozen
- niet buiten willen spelen
- bepaalde kleren niet aan willen naar school

## **4.2. Gevolgen van pesten <sup>6</sup>**

### *4.2.1. Gepest worden*

Gepest worden zorgt voor gevoelens van eenzaamheid en depressie en verergert eventueel al bestaande problemen. Kinderen die gepest worden:

- gaan zichzelf minder leuk vinden
- vertrouwen hun leeftijdsgenoten niet
- zijn bang om naar school te gaan
- krijgen lichamelijke klachten

### *4.2.2. Het kind dat pest*

Ook voor het kind dat pest zelf kan het negatieve gevolgen hebben. De gevolgen zijn op korte termijn nog niet negatief. Zolang ze op school zitten kunnen pesters zich vaak goed staande houden. Een "succesvolle" pester leert dat het ongewenste pestgedrag een effectieve manier is om met zijn/haar agressie om te gaan. Op de lange termijn hebben ze door hun verkeerde en beperkte sociale vaardigheden moeite om vriendschappen op te bouwen en te onderhouden.

En kinderen die anderen pesten, hebben een grotere kans op ernstige problemen als ze ouder worden (in hun adolescentie):

Ook voor de pester is het dus van groot belang dat het pesten stopt.

### *4.2.3. Gevolgen voor de groep*

Leerlingen kunnen bang zijn om zelf slachtoffer van pesten te worden.

Leerlingen durven niet voor het slachtoffer op te komen terwijl ze dat misschien wel willen.

Ze kunnen ook willen meeliften op de populariteit van de pester en daardoor zelf ook pestgedrag gaan vertonen.

Er kan een onveilig klimaat ontstaan voor de hele groep.

## **5. Rollen van kinderen bij pesten <sup>7</sup>**

---

<sup>6</sup> (Centrum voor Jeugd en Gezin sd)

<sup>7</sup> (TNO 2014)

Veel kinderen zijn niet actief betrokken bij pesten, maar zijn wel getuige van pestgedrag en hun reactie daarop is bepalend voor wat er gebeurt. Zij handelen mogelijk zodanig dat pesten in stand wordt gehouden en niet wordt ontmoedigd. Bij pesten worden de volgende rollen van kinderen onderscheiden:

\* Leidende pesters (initiëren het pesten).

\* Assisterende pesters (pesten mee).

\* Bekrachtigers van het pesten (bekrachtigen door lachen, aanzetten tot pesten of gewoon door publiek te zijn).

\* Buitenstaanders (doen niet mee met het pesten, maar zien het aan en keuren het stilzwijgend goed of keuren het niet stilzwijgend goed maar durven niets te doen, zijn niet bij machte iets te doen of hebben niet door dat er gepest wordt)

\* Verdedigers van de gepeste persoon (komen op voor de gepeste en proberen het pesten te stoppen).

De status en waardering die pesters krijgen binnen het groepsproces kunnen het pesten in stand houden. Deze rollen kunnen daarom ook onderdeel zijn van de oplossing voor pesten

## **6. De vijfsporenaanpak**

Bij het bestrijden van pesten gaan we uit van de vijfsporenaanpak.

Deze aanpak van Bob van der Meer is gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn bij pesten: het gepeste kind, de pester, de ouders, de klasgenoten en de school.

Hier volgt een opsomming van mogelijkheden waarop een school de vijf verschillende partijen die een rol spelen in een peestsituatie kan ondersteunen.<sup>8</sup>

### **6.1. Steun bieden aan het kind dat gepest wordt**

- > Naar het kind luisteren en het probleem serieus nemen.
- > Met het kind overleggen over mogelijke oplossingen.
- > Samen met het kind werken aan oplossingen.
- > Waar nodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining om weerbaar te worden.
- > Zorgen voor vervolggesprekken.

### **6.2. Steun bieden aan het kind dat zelf pest**

- > Met het kind bespreken wat pesten voor een ander betekent.
- > Het kind helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.
- > Het kind helpen om zich aan regels en afspraken te houden.
- > Zorgen dat het kind zich veilig voelt; uitleggen wat jij als leerkracht gaat doen om het pesten te stoppen.
- > Stel grenzen en verbind daar consequenties aan.
- > Zorgen voor vervolggesprekken

### **6.3. De ouders van het gepeste en van het pestende kind steunen**

- > Ouders die zich zorgen maken over pesten serieus nemen.
- > Ouders op de hoogte houden van peestsituaties.
- > Informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt.
- > In samenwerking tussen school en ouders het pestprobleem aanpakken. Zowel op school als vanuit de thuissituatie.

---

<sup>8</sup> (Centrum School en Veiligheid sd)

> Zo nodig ouders doorverwijzen naar deskundige ondersteuning.

#### **6.4. De middengroep (de rest van de klas) betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem**

- > Met de kinderen praten over pesten en over hun eigen rol daarbij.
- > Met de kinderen overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.
- > Samen met de kinderen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.

#### **6.5. De algemene verantwoordelijkheid van de school**

- > De school zorgt dat de directie en team voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten in de eigen groep en de eigen school.
- > De school neemt stelling tegen het pesten.
- > De school werkt aan een goed beleid rond pesten en veiligheid van leerlingen waar de hele school bij betrokken is.

### **7. Procedure bij pesten**

1. Pestgedrag wordt gesignaleerd door of gemeld aan de groepsleerkracht.
2. Als er sprake is van incidenteel pestgedrag binnen de groep dan wordt dat met de betrokken leerlingen besproken door de groepsleerkracht. Van dit gesprek worden aantekeningen gemaakt.
3. Als er sprake is van herhaald pestgedrag dan worden de ouders van de pester tijdens een gesprek op school door groepsleerkracht (en de pester) op de hoogte gesteld van de ongewenste gebeurtenissen. De gemaakte afspraken worden vastgelegd in een digitaal verslag (in Parnassys). De ouders krijgen een kopie van dit verslag. Er wordt ook een afspraak gemaakt voor een vervolgesprek. De intern begeleider en de directeur worden op de hoogte gesteld van dit gesprek.
4. De ouders van het gepeste kind worden uitgenodigd voor een gesprek om hen in te lichten over de gemaakte afspraken.
5. Het team wordt op de hoogte gesteld van het pestgedrag zodat iedereen er alert op kan reageren.
6. Als de problemen zich blijven herhalen vinden er nieuwe gesprekken plaats waarbij ook directeur en intern begeleider worden betrokken. Van ieder gesprek wordt een verslag gemaakt. Als het gedrag niet verbetert kan de hulp van deskundigen binnen PCBO Leeuwarden e.o. worden ingezet. De leerling wordt dan tegelijk geregistreerd in de Verwijsindex. Eventueel kan ook externe deskundigheid worden ingeschakeld.
7. Als het gedrag van de pester niet aanzienlijk verbetert en/of de ouders van het kind werken onvoldoende mee om het probleem aan te pakken dan kan de directie overgaan tot bijzondere maatregelen: isoleren van de pester of een tijdelijke schorsing (zie hiervoor ook het Protocol toelating, schorsing en verwijdering)

### **8. Cyberpesten <sup>9</sup>**

Cyberpesten is bijna een traditionele vorm van pesten aan het worden. Cyberpesten bestaat uit verschillende vormen. Het is goed om deze verschillende vormen te kunnen herkennen en deze ook bespreekbaar te maken. De kinderen komen steeds meer in aanraking met media en dus zal cyberpesten meer gaan voorkomen. De volgende vormen zijn te herkennen:

- \* Twitter, Facebook e.d. waarin geroddeld of gescholden wordt. Ook kunnen kinderen bedreigd worden.

---

<sup>9</sup> (basisschool De Zaaier 2013)

- \* Foto's van mobiel of webcam plaatsen op een site.
- \* Wachtwoorden stelen en misbruiken.
- \* Haatprofielen aanmaken.
- \* Virussen sturen.

De effecten van cyberpesten kunnen zelfs groter zijn dan bij het traditionele pesten. Dit heeft te maken met het plaatsen van bijvoorbeeld foto's. Een foto die geplaatst wordt kan voor altijd op internet blijven.

Wat kunnen we op school doen om cyberpesten tegen te gaan?

1. Leerlingen bewust maken van het gevaar van internet. De effecten van cyberpesten bespreken.
2. Afspreken van internetgedrag en samen met de leerlingen daar regels over maken. Ook de ouders spelen hier een belangrijke rol in.
3. Pesten bespreekbaar maken in de klas. Laat de kinderen elkaar daar ook op aanspreken.
4. Ouders informeren over cyberpesten.

## **9. Adviezen aan de ouders van onze school**

### ***9.1. Ouders van gepeste kinderen:***

- o Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- o Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- o Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.
- o Als u er van uw kind met niemand over mag praten, steun dan uw kind, geef het achtergrondinformatie en maak uw kind duidelijk dat school het voorzichtig zal aanpakken.
- o Door positieve stimulering en het geven van gerichte complimenten kan het zelfvertrouwen vergroot worden of weer terug komen.
- o Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport en/of dingen waarin het goed is en kan uitblinken.
- o Lees samen boeken/kijk films over pesten.
- o Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
- o Laat uw kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining.

### ***9.2. Ouders van kinderen die pesten:***

- o Neem het probleem van uw kind serieus.
- o Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- o Probeer achter de mogelijke oorzaak van het pesten te komen.
- o Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- o Besteed extra aandacht aan uw kind.
- o Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport (omgaan met anderen, samenwerken).
- o Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- o Lees samen boeken/kijk films over pesten.
- o Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissingen van school staat.
- o Laat uw kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining.

### ***9.3. Alle andere ouders:***

- o Neem het probleem serieus: het kan ook uw kind overkomen.
- o Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- o Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
- o Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
- o Geef zelf het goede voorbeeld.

- o Leer uw kind voor anderen op te komen.
- o Leer uw kind voor zichzelf op te komen.
- o Weet wat uw kind op doet op computer, tablet en telefoon.

#### **9.4. In verband met cyberpesten <sup>10</sup>:**

- o Zet de computer thuis op een zichtbare plaats.
- o Installeer een goede virus-scanner en firewall en denk erover na of u een filtersoftware programma wilt gebruiken.
- o Verdiep u in de digitale wereld en leer de internetwereld van uw kind kennen door er samen over te praten.
- o Geef ook opvoeding in de internetwereld.
- o Neem bij vermoedens van cyberpesten ook contact op met school en denk samen na over een goede aanpak.

#### **10. Aanvullende informatie**

- ✓ Verwijsindex: [www.verwijsindexfryslan.nl](http://www.verwijsindexfryslan.nl)
- ✓ Achtergrondinformatie (signalen, aanpak) over pesten: [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)
- ✓ Voor informatie rondom cyberpesten en internetopvoeding:
  - [www.mijnkindonline.nl](http://www.mijnkindonline.nl)
  - [www.mediaopvoeding.nl](http://www.mediaopvoeding.nl)
  - [www.mediawijsheid.nl](http://www.mediawijsheid.nl)
  - [www.pesten.nl/cyberpesten/](http://www.pesten.nl/cyberpesten/)

#### **Verantwoording**

Bij het opstellen van dit protocol is gebruik gemaakt van de richtlijnen en adviezen van verschillende organisaties:

Centrum School en Veiligheid  
 Ouders & COO  
 Nederlands Centrum Jeugdgezondheid

#### **Bronvermelding**

basisschool De Regenboog. „Anti-pestprotocollen.” *School en Veiligheid*. <http://www.schoolenveiligheid.nl>

basisschool De Zaaier. *Pestprotocol*. <http://www.cbsdezaaier.nl>

basisschool Het Veenpluis. *Pestprotocol*. <http://www.veenpluis-zevenhuizen.nl>

Centrum School en Veiligheid. *Vijfsporenaanpak*. <http://www.schoolenveiligheid.nl>

Centrum voor Jeugd en Gezin. *De gevolgen van pesten*. <http://www.cjgheerenveen.nl>

Overveld, Kees van. „Pesten vraagt om een positieve groepsaanpak.” *LBBO Beter Begeleiden*, 2013

Pestweb. *De internetwereld van je kind*. [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)

Pravoo. *Pravoo-gedrag-update pesten*. Lekkerkerk: Pravoo.

TNO. „JGZ-richtlijn Pesten.” [www.ncj.nl](http://www.ncj.nl)

---

<sup>10</sup> (Pestweb sd)