



pestprotocol



**inhoudsopgave:**

Inleiding.	3
Definitie van pesten.	4
Verschil tussen plagen en pesten.	4
Vormen van pestgedrag.	5
Rollen in peestsituaties.	5
Mogelijke activiteiten van de pester.	6
Gevolgen.	6
Stappenplan op Vredeburg A. Preventief B. Aanpak bij structureel pestgedrag C. sanctiebeleid	7-8-9
Hulp bieden.	9-10
Adviezen aan de ouders.	10-11
Nuttige adressen en telefoonnummers.	11
Boekentips.	11-12

**inleiding:**

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.

Omdat bij pesten kinderen blijvende psychische of fysieke schade kunnen oplopen, is het van groot belang met elkaar duidelijke afspraken te maken en vervolgens elkaar ook aan te spreken op het naleven hiervan.

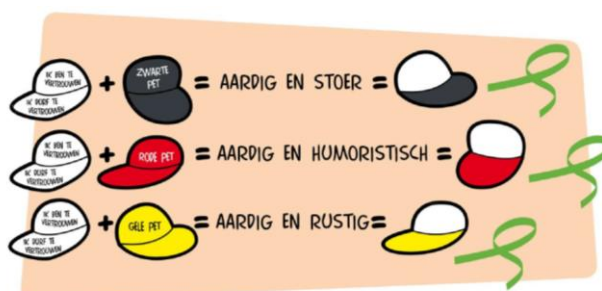
Om ervoor te zorgen, dat de afspraken ook leven en echt begrepen worden, zetten wij op school 'De Kanjertraining' in en hanteren wij ook de afspraken die daarbij horen. Deze afspraken hangen in alle klassen en worden regelmatig met iedereen besproken.

In dit pestprotocol wordt beschreven wat pesten precies is en wat eraan gedaan wordt op onze school.

Dit doen we wel	Dit doen we niet
wel op school en overal (thumbs up)	niet op school en overal (thumbs down)
ik (smiley)	ik (angry)
klas (smiley)	klas (sad) / vriend(in) (smiley)
leraar (smiley)	leraar (sad)
ouders (smiley)	ouders (sad)
(smiley)	(sad)

Meer weten? Kijk dan op onze website [www.kanjertraining.nl](http://www.kanjertraining.nl) e-mail: [info@kanjertraining.nl](mailto:info@kanjertraining.nl) - telefoon: (0)51 548 94 05

Kanjertraining.nl



### Definitie van pesten:

Pesten is systematisch geweld (psychisch en/of lichamelijk) van een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer slachtoffers (medeleerlingen), die zich gekwetst en/of buitengesloten voelen en niet (meer) in staat zijn om zichzelf te verdedigen.

### Het verschil tussen plagen en pesten.

Plagen en pesten lijken soms erg op elkaar, maar zijn niet hetzelfde. Hieronder zie je de verschillen:

<b>plagen</b>	<b>pesten</b>
Gebeurt onbezonnen en spontaan.	Gebeurt met opzet: de pester weet vooraf wie hij/zij zal pesten, op welke manier en wanneer.
Heeft geen kwade bijbedoelingen (opzettelijk iemand pijn doen bijv.).	Bewust kwetsen of kleineren.
Duurt niet lang, gebeurt niet vaak en is onregelmatig.	Kan lang blijven duren, gebeurt meer dan eens, is systematisch. Houdt niet vanzelf op na een poosje.
Speelt zich af tussen "gelijken". Het slachtoffer kan vaak meelachen.	De strijd is ongelijk: de pester heeft altijd de bovenhand. De pester voelt zich zo machtig als het slachtoffer zich machteloos voelt.
Is meestal te verdragen of zelfs plezierig.	De pester heeft geen positieve bedoelingen, wil pijn doen, vernielen of kwetsen.
Meestal één tegen één.	Meestal een groep (pester, meeloper en kijker) tegenover één geïsoleerd slachtoffer.
De rollen liggen niet vast: de ene keer is de een plager, de andere keer iemand anders.	Heeft een vaste structuur. De pester is meestal dezelfde personen, het slachtoffer ook. Als het slachtoffer wegvalt, kan de pester op zoek gaan naar een nieuw slachtoffer.
De pijn, lichamelijk of geestelijk, is draaglijk en van korte duur. Soms wordt ze als prettig ervaren ('plagen is kusjes vragen').	Als er niet op tijd wordt ingegrepen, kunnen de lichamelijke en geestelijke gevolgen bij het slachtoffer ingrijpend zijn en lang nawerken.
De relaties worden na het plagen meteen hervat.	Het is niet makkelijk om na het pesten een evenwichtige relatie te vinden: het herstel gaat moeilijk en traag.
Het geplaagde kind blijft een volwaardig lid van de groep.	Het gepeste kind is geïsoleerd, voelt zich eenzaam en voelt dat het niet meer bij de groep hoort.
De groep lijdt niet onder plagerijen of vindt nadien meteen haar draai terug.	De groep lijdt onder een dreigend, onveilig gevoel. Iedereen is angstig, kinderen vertrouwen elkaar niet meer, ze zijn niet erg open en spontaan, er zijn weinig "echte" vriendjes in de groep.

Het belangrijkste verschil tussen pesten en plagen is dat er bij plagen geen slachtoffer(s) is (zijn).

Daarentegen:

**Pesten is geen spelletje!**

### Vormen van pestgedrag:

Er zijn een aantal vormen te onderscheiden bij het pesten:

1. verbale pesterijen= iemand uitschelden, bijnamen geven of kwalijke opmerkingen maken naar de ander.
2. sociale pesterijen= iemand buitensluiten door hem niet mee te laten spelen of door hem niet mee te laten werken in een groepje.
3. mentale pesterijen= iemand bedreigen of dingen laten doen. Dit soort pesterijen vindt vaker na school plaats dan op school.
4. fysieke pesterijen= iemand opzettelijk pijn doen door te schoppen, slaan, krabben, duwen, aan haren te trekken, etc.
5. materiële pesterijen= iemands spullen stelen, beschadigen of verstoppert.
6. cyberpesten= Via digitale middelen kan er in de thuissituatie sprake zijn van cyberpesten, wat ook gevolgen kan hebben voor de schoolsituatie.

### Rollen in peestsituaties:

<u>rol</u>	<u>functie</u>
1. pester	pest (zie gevolgen)
2. slachtoffer	wordt gepest (zie gevolgen)
3. meeloper	staat aan de kant van de pester en steunt het pesten
4. kijker	ziet het van een afstand gebeuren
5. onwetend	weet niet wat er aan de hand is en ziet het pesten niet

#### *De meelopers*

- De meelopers zijn direct en/of incidenteel betrokken bij het pesten.
- Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf in de slachtofferrol te geraken.
- Het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en denken daardoor in populariteit mee te liften met de pester.

#### *Onwetenden*

- 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 kunnen dit niet benoemen als pestgedrag.

### **mogelijke activiteiten van de pester:**

- volstrekt doodzwijgen.
- isoleren.
- psychisch, fysiek of seksueel mishandelen.
- op weg van school en naar school achterna rijden.
- als slaaf behandelen.
- nooit de echte naam, maar een bijnaam gebruiken.
- voortdurend zogenaamd leuke opmerkingen maken in de klas over de klasgenoten.
- bezittingen vernielen of afpakken.
- cadeaus eisen of geld afpakken.
- beledigen.
- briefjes doorgeven met kwetsende teksten over een ander.
- berichtjes versturen via social media.

### **gevolgen:**

#### **Gevolgen voor daders:**

- Agressief gedrag is op korte termijn lonend (meer macht, nieuwe vrienden e.d.), hierdoor kan men het gedrag blijven vertonen.
- Ook pesters hebben op termijn last van hun pestgedrag. Door hun verkeerde en vooral beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om een vriendschap op te bouwen en deze te onderhouden op andere gronden dan die van macht en het delen in die macht. Pesters maken een abnormale sociale ontwikkeling door met alle gevolgen van dien voor de pester zelf.
- Schoolprestaties kunnen afnemen.
- Verhoogde kans op delinquentie, als gedrag ongestraft blijft op school en thuis.

#### **Gevolgen voor het gepeste kind:**

- Zelfvertrouwen kan afnemen.
- Kan gaan twijfelen aan zichzelf en/of anderen, omdat ze onjuist zijn behandeld zijn in hun omgeving.
- Leermotivatie kan afnemen door antipathie tegen school.
- Schoolprestaties kunnen hierdoor negatief worden beïnvloed.
- Sociale vaardigheden kunnen afnemen door onzekerheid in sociale relaties.
- Uiteindelijk kan dit (vooral op latere leeftijd) leiden tot depressie.
- Er kan sprake zijn van schoolverzuim, lichamelijke klachten.
- In het ergste geval eindigt pesten met zelfdoding.

## Stappenplan op Vredeburg.

### A. preventief:

1. We werken op school met de Kanjertraining, een methode gericht op de sociale en emotionele ontwikkeling van kinderen. Aan de hand van thema's worden gesprekken gevoerd, oefeningen en activiteiten gedaan. Iedere leerkracht die werkzaam is op Vredeburg, volgt de basistraining en houdt vervolgens zijn licentie bij door het volgen van nascholing, om zo de volledige licentie te behalen.
2. Aan het begin van elk schooljaar worden de Kanjertraining-afspraken met de kinderen besproken en ondertekent. Deze zijn zichtbaar in alle groepen. Deze regels gelden onder schooltijd, maar we verwachten dat ze ook invloed hebben op de manier waarop je na schooltijd met elkaar omgaat.
3. Ouders worden betrokken bij de Kanjertraining doordat er om het jaar een informatieavond vanuit de Kanjertraining georganiseerd wordt en ouders in de mogelijkheid zijn een Kanjertrainingsles te volgen in de groepen: 1-2, 4, 6.
4. We maken gebruik van het leerlingvolgsysteem KanVAS vanuit de Kanjertraining, hierbij vullen de leerkrachten jaarlijks 'docentenvragenlijsten' in over iedere leerling. De leerlingen van groep 3 t/m 8 vullen het 'sociogram' in en de leerlingen van groep 5 t/m 8 vullen de 'leerlingvragenlijst' in. Het doel hiervan is in kaart te brengen **wat er aan de hand zou kunnen zijn met een leerling**: hoe kijkt de leerling naar zichzelf; hoe ervaart de leerkracht het gedrag van de leerling; is de leerling sociaal aanvaard door de klasgenoten. Zo nodig worden er na signalering stappen ondernomen.
5. We maken gebruik vanuit KanVAS van de 'sociale veiligheidslijst'. Deze lijsten worden jaarlijks door een representatief deel van de leerlingen uit de groepen 5 t/m 8 ingevuld. Het doel hiervan is in kaart te brengen hoe de veiligheidsbeleving van leerlingen is.

### B. aanpak bij structureel pestgedrag:

1. Leerkrachten inventariseren het probleem 'pesten' in de groep. Hiermee wordt bedoeld dat de leerkrachten signalen proberen op te vangen die te maken hebben met pesten. Ze registreren signalen, houden data en gebeurtenissen bij, schrijven ervaringen op en slaan dat als groepsdocument in Parnassys. Zo maken de leerkrachten het pesten zichtbaar voor zichzelf.
2. Wanneer leerlingen ruzie met elkaar hebben en/of elkaar pesten proberen zij er eerst zelfstandig met elkaar uit te komen, volgens de aangeleerde methoden van de Kanjertraining.
3. Op het moment dat een van de leerlingen er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) kan de leerling het probleem aan de leerkracht voorleggen. Tijdens het uitspreken van het incident komt de leerkracht erbij staan om het verloop te volgen. Afspraken die gemaakt worden, worden door de leerkracht gecontroleerd.

4. Als er sprake is van pestgedrag brengt de leerkracht de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. Dit kun je als notitie noteren in Parnassys en indien nodig steeds aanvullen.
5. Bij herhaling van pesterijen / ruzies tussen dezelfde leerlingen volgen sancties (zie sanctiebeleid). Bij de overdracht van de groep worden de nieuwe leerkrachten door de huidige leerkrachten over de situatie ingelicht. Tevens kunnen andere collega's gevraagd worden om leerlingen te observeren op mogelijk pestgedrag op het schoolplein of lessen buiten het leslokaal.
6. Meelopers aanspreken.  
Eigenlijk is deze groep, evenals de pester strafbaar. Zij zorgen er immers voor dat het pesten in stand wordt gehouden (om in Kanjertermen te spreken: "Zij geven benzine aan de motor"). Zij lopen mee met de pester, waardoor de pester zich ook voor de groep wil uitsloven. Hierdoor blijft het pesten bestaan (Blijft de motor draaien). Meestal is het zo dat meelopers zich niet bewust zijn van hun rol. Als de rol van meelopers besproken is in de klas kan het aantal meelopers al afnemen (De leerkracht kan hierbij een interventie vanuit De Kanjertraining toepassen). Meelopers zijn ook strafbaar, voor hen gelden ook consequenties.

### C. sanctiebeleid:

fase 1: Eenmalig geconstateerd pestgedrag.

- Excuses aan laten bieden.

fase 2: Pesten blijft doorgaan.

- Ouders worden op de hoogte gebracht.
- Een of meerdere pauzes binnen blijven.
- Een gesprek met de directie.
- Een schriftelijke opdracht zoals een stelopdracht over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem
- Kindgesprekken: bewustwording van wat hij of zij met het gepeste kind uithaalt.
- Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komen aan het einde van iedere week in een kort gesprek aan de orde (voor een periode van 4 weken).

fase 3: na 4 weken: Pesten blijft doorgaan ondanks de genomen acties bij fase 2.

- De directie wordt op de hoogte gesteld van het aanhoudende pestgedrag.
- Gesprek met de ouders (met de directie en/of intern begeleider).  
De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. De school heeft alle activiteiten schriftelijk vastgelegd. Afspraken worden vastgelegd en onderschreven door ouders.



fase 4: na 6 weken: Bij aanhoudend pestgedrag.

- Bij aanhoudend pestgedrag volgt een tweede gesprek met de ouders en directie. Er kan deskundige hulp worden ingeschakeld (bijvoorbeeld een bespreking met het ZAT team, interventie vanuit Kanjerinstituut).

fase 5: na 6 weken: Bij aanhoudend pestgedrag.

- Bij aanhoudend pestgedrag kan ervoor gekozen worden om een leerling tijdelijk buiten de groep te plaatsen, binnen de school.
- In extreme gevallen worden disciplinaire maatregelen genomen zoals is beschreven in het leerlingstatuut van Meerprimair.

#### **Consequenties voor de meelopers:**

- Als het aanspreken van de meelopers niet werkt en ze de pester blijven steunen, gaat bovenstaand stappenplan ook voor hen in werking.

#### **Hulp bieden.**

##### **Hulp aan de pester:**

Het probleem van de pester is niet zomaar op te lossen in een gesprek. Toch kan een dergelijk gesprek zinvol zijn omdat op deze manier er een begin gemaakt wordt met het doorbreken van een gedragspatroon van de pester. Ook kan de leerkracht een beroep doen op de gevoeligheid van de leerling. Dit kan de leerkracht doen door de gevolgen te vertellen voor het slachtoffer. Dit gesprek is moeilijk, omdat de leerkracht samen met de pester erachter dient te komen wat de oorzaak is van het pestgedrag.

De leerkracht kan in gedachten de volgende oorzaken meenemen (overgenomen uit het Nationaal Protocol Tegen Pesten):

1. weinig aandacht van de ouders
2. lichamelijke straf van de ouders
3. ouders corrigeren agressief gedrag niet
4. zelf gepest zijn
5. allergie voor kleur-, geur- of smaakstoffen
6. slecht voorbeeld uit de omgeving

In overleg met de ouders kan ervoor gekozen worden om de pester een sociale vaardigheidstraining te laten volgen. De pester moet immers op een goede manier leren omgaan met anderen.

##### **Hulp aan het slachtoffer:**

Als een leerling veelvuldig gepest is dan heeft dit effect op het zelfbeeld van de leerling. Zo'n leerling kan voor zichzelf tot de conclusie komen dat hij/zij niets waard is, dom is, etc. Het zelfbeeld is dus op een negatieve manier beïnvloed.

Leerlingen lopen de kans hier blijvend iets aan over te houden zoals onzekerheid in sociale relaties, sociale angsten, eenzaamheid of isolement.

Het proces van het creëren van een negatief zelfbeeld moet worden omgedraaid. Hierbij speelt het voeren van individuele gesprekken met de leerling een grote rol. Dat geeft de leerling vertrouwen om te praten over het pesten.

**Wat niet werkt:**

1. In de klas openlijk de leerling meer aandacht geven of bescherming te bieden, want dit kan leiden tot nieuwe aanknopingspunten om de leerling te gaan pesten.
2. Bemoedigende opmerkingen zoals 'kop op, joh' of 'het valt wel mee, ga maar met iemand anders spelen'.
3. Preken. Uitleggen aan de leerling waarom men pest. Dit werkt als zout in de wond.

**Waar moet de leerkracht aan denken in een individueel gesprek?**

1. Actief luisteren naar de leerling. Inleven in de situatie.
2. Vragen wat de leerling al gedaan heeft tegen het pesten.
3. De leerling laten zien dat hij/zij op een andere manier op het pestgedrag kan reageren. Huilen of heel boos worden zijn vaak reacties die de pester juist uitlokken.
4. Vragen welke oplossingen de leerling ziet.
5. Samen een goede oplossing zoeken en die gaan uitproberen.

Het is belangrijk dat een leerling het gevoel heeft dat hij zijn verhaal kwijt kan. Dat er naar hem geluisterd wordt. Vraag aan de leerling wat hij wil dat de leerkracht doet. In overleg met de ouders kan ervoor gekozen worden om de leerling een sociale vaardigheidstraining te laten volgen. In deze trainingen leren leerlingen beter met zichzelf en anderen om te gaan in verschillende sociale contexten.

**Adviezen aan de ouders:**

**Adviezen aan de ouders van de pesters:**

- Neem het probleem van uw kind serieus.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Laat uw kind deelnemen aan sociale vaardigheidstrainingen.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.
- U onthoudt zich van kwaadsprekerij op social media.

**Adviezen aan ouders van gepeste kinderen:**

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind en neem het pesten serieus.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.

- Door positieve stimulering en kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
- Komt u er niet zelf uit, zoek dan (professionele hulp), vraag advies op school.

### Nuttige adressen en telefoonnummers:

- Kindertelefoon: 0800-0432
- SOVA training: Stichting Meerwaarde. [www.meerwaarde.nl](http://www.meerwaarde.nl)
- Kanjerinstituut. [www.kanjertraining.nl](http://www.kanjertraining.nl)
- Cyberpesten. [www.mediawijsheid.nl/onlinepesten](http://www.mediawijsheid.nl/onlinepesten)
- Pestweb [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)

### Boekentips:

#### algemeen:

Pesten is laf! Cyberpesten is laffer.	B. Delver	Voor ouders, leekrachten.
Mieren in je buik.	P. van Lierop	Voor ouders en kind.

#### groep 1-2

De paarse kikker.	Thera en Evelina
Lotta en de pestvogel.	D. Put
Geike en de pestkoppen.	E. Englebert
Hou op met pesten.	C. Alexander

#### groep 3-4

Pesten: stop!	V. Puts
Het geheim van de pestvogel.	U. Nilsson
Super Jan	H. van Straaten
De pestkop krijgt op zijn kop.	T. van Rossum
Kaatje knal en de biefstukbende.	C. Slee

#### groep 5-6

Xinia's wraak.	L. Rood
Nieuwe vrienden.	F. Jonker
Het coole kikkerboek.	A. Kooijman
Ik sla ze tot moes.	M. Hammerstein
Etters.	N. de Heer

**groep 7-8**

Treiterkoppen, achtbanen en cupcakes.	C. Kruijs
Treiterkoppen, Smartphones en Poolparty's	C. Kruijs
Spijt!	C. Slee
Kappen.	C. Slee
Like me!	C. Cazemier