

Pestprotocol  
PC  
de Driemaster



## **Inhoud**

Inleiding	3
Waarom een pestprotocol?	3
Plagen en pesten, wat is het verschil daar tussen	3
Voorbeelden van pestgedrag	3
De betrokkenen	5
Te verwachten problemen bij de aanpak van pesten	7
Uitgangspunten bij ons pestprotocol	7
Pestprotocol van basisschool de Driemaster	8
Wat is de inhoud van het pestprotocol	8
Om welke protocollaire maatregelen gaat het?	8
Op weg naar een veiliger school	9
De belangrijkste regels van het pesten	11
Adviezen voor ouders	11
Telefoonnummers en internetsites	13

## **Inleiding**

### **Waarom een pestprotocol?**

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

De leerkrachten willen deze ontwikkeling bevorderen door het scheppen van een veilig klimaat in en om de school en een prettige werksfeer in de klas.

In veruit de meeste gevallen lukt dit door ongeschreven regels van het 'hoe gaan we met elkaar om' aan te bieden en deze te onderhouden.

Soms is het nodig om duidelijkere afspraken met de kinderen te maken.

Een van die duidelijke regels is dat kinderen met respect met elkaar dienen om te gaan. Dat dat niet vanzelfsprekend gebeurt, geeft aan dat we het de kinderen moeten leren en daar dus energie in moeten steken.

Dat leerproces verloopt meestal vanzelf 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 regels van de leerkracht niet meer in voldoende mate de veiligheid bieden of garanderen en daarmee de gewenste ontwikkeling onderbreken. Het is in dat geval van groot belang dat de leerkracht onder ogen ziet, dat er een ernstig probleem in de groep is.

In een klimaat waarin het pesten gedoogd wordt, 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.

Dit protocol is een vastgelegde wijze waarop we het pestgedrag van kinderen benaderen.

Dit protocol wil de school op de ernst van pesten wijzen en daarnaast zowel handreikingen doen 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. Wij zijn bereid pestgedrag te herkennen, te erkennen en er actie op te ondernemen.

### **Plagen en pesten, wat is daar het verschil tussen?**

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 met allerlei conflicten om te gaan. Dat is een vaardigheid die ze later in hun leven van pas komt bij conflicthantering, waar iedereen in zijn leven mee te maken krijgt.

## **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 echt steun te zoeken om samen te kunnen spannen tegen een ander kind.

### **\*Fysiek:**

- Trekken en duwen of zelfs 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 klem zetten tussen de fietsen.
- Dwingen om bezit dat niet van jou is af te geven.
- Een kind dwingen bepaalde handelingen te verrichten, bijvoorbeeld geld of snoep meenemen.

### **\*Isolatie:**

- Steun zoeken bij andere kinderen dat het kind niet wordt uitgenodigd voor partijtjes en leuke dingetjes.
- 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.

We spreken van pestgedrag als het daarnaast ook nog regelmatig gebeurt, waardoor de veiligheid van de omgeving van een kind wordt aangetast. 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.

Leerkrachten dienen ook alert te zijn op nieuwe pestvormen. Een nieuwe pestvorm die voor veel kinderen erg bedreigend is, maar door ouders en leerkrachten nog niet voldoende is onderkent is het zogenaamde 'online-pesten'. Kinderen pesten elkaar via MSN. Er wordt flink gescholden en bedreigd. Veel kinderen praten hier niet over, en ouders houden onvoldoende toezicht op het gedrag van hun eigen kind en dat van anderen op de computer.

Meer informatie hierover voor leerlingen is te vinden op de internetsite [www.kidsplanet.nl](http://www.kidsplanet.nl) en op de site van het teleac-programma Bij Ons Thuis, [www.bijonsthuis.nl](http://www.bijonsthuis.nl).

Kortom: *Plagen* gebeurt op basis van gelijkwaardigheid en is incidenteel. Het heeft een pedagogische waarde.

*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.

## **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, 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. Het blijkt dat kinderen gepest worden als er al sprake is van een onveilige situatie, waarbinnen een pester zich kan uiten en zich daarin ook nog verder kan ontwikkelen.

Er zijn dus helaas aanleidingen genoeg om door anderen gepest te worden *mits de pesters daar de kans voor krijgen vanuit de situatie*.

Veel kinderen die worden gepest hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen de pestkoppen en stralen dat dan ook uit naar hun kwelgeesten. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep, ze durven weinig of niets te zeggen, omdat ze bang zijn om 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 juist fysiek 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 van geweld. Pesters lijken in eerste indruk vaak populair te zijn in een klas, maar ze dwingen hun populariteit in de groep af op een negatieve manier. Met het vertoonde pestgedrag gaat ze dat gemakkelijk af en ze krijgen andere kinderen mee bij hun pestgedrag naar een slachtoffer. Pesters hebben ook 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 of je bent tegen me. Hier gaat een grote dreiging uit naar de omgeving van pester en slachtoffer. Alles is immers beter dan zelf gepest te worden.

De pesters stralen juist deze dreigende zekerheid met verve uit. Ze overtreden bewust regels en storen zich niet aan de regels en hebben vaak vaardigheden ontwikkeld om met hun daden weg te komen. Het profiel van de pester is sterk zelf bevestigend, hij ziet zichzelf als een slimme durfal die de dommerds de loef afsteekt en ze dat ook bij herhaling 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; laten pesten doet pesten.

Ook pesters hebben op termijn last van hun pestgedrag. Door hun verkeerde en vooral beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om vriendjes voor lange termijn te maken en een vriendschap op te bouwen en te onderhouden op andere gronden dan die van macht. Pesters maken een abnormale sociale ontwikkeling door met alle gevolgen van dien voor de pester zelf.

### **De meelopers en de andere kinderen**

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 dat er gepest wordt, of niet 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 gaan meepesten 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.

Het heeft 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 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 duidelijk dat de groep het niet normaal vindt en niet bereid is om mee te gaan in het pestgedrag. Meelopers horen ook dan 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. 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 ogenblikkelijk 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.

## **Te verwachten problemen bij de aanpak van 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.

Soms blijken de pesters echter net zo opgelucht als de slachtoffers bij een duidelijke aanpak. 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 waardoor ze helaas niet toe in staat zijn door het ontbreken van de juiste vaardigheden.

### **De directe omgeving**

Daarnaast is het 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 roepen. Dit is vergelijkbaar met het niet te hulp schieten bij het verdrinken van mensen, waar een menigte bij aanwezig is. 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, waar gepeste kinderen erg veel last van ondervinden.

### **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 normatief 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.

## **Uitgangspunten bij ons pestprotocol**

1. Als pesten en pestgedrag plaatsvindt, ervaren we dat als een probleem op onze school voor zowel de gepeste leerling, de pester, de groep leerlingen daar om heen, de leerkrachten en de ouders.
2. 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.
3. Leerkrachten en andere betrokkenen moeten tijdig inzien en alert zijn op pestgedrag in algemene zin. Indien pestgedrag optreedt, moeten leerkrachten en andere betrokkenen duidelijk stelling en actie ondernemen tegen dit gedrag. De verantwoordelijkheid blijft te allen tijde liggen bij de leerkrachten.
4. Wanneer pesten, ondanks alle inspanningen weer optreedt, voert de school de uitgewerkte protocollaire procedure uit.

## **Wat is de 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 gaat aanpakken. Basisschool de Driemaster 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 nemen tegen pestgedrag en concrete maatregelen nemen bij pestgedrag.

## **Om welke protocollaire maatregelen gaat het?**

### **Maatregelen en procedure:**

### **De groepsleerkracht kan een aantal maatregelen treffen om pestgedrag te voorkomen:**

- Bespreek met de leerlingen de afspraken en regels in de klas, bijvoorbeeld aan het begin van het schooljaar. Het onderling plagen en pesten wordt hier benoemd en besproken in alle groepen van de school.
- Als je aanleiding daar toe ziet, besteed daarnaast nogmaals expliciet aandacht aan pestgedrag in een gesprek met de groep.
- Spreek leerlingen aan op hun gedrag.
- Geef de leerlingen mogelijkheden om (anoniem, bijvoorbeeld via een 'brievenbus') pestgedrag te melden. Sta ook open voor meldingen van ouders.
- Laat merken dat de school pesten als een probleem ziet, en het niet accepteert.
- Laat merken dat jij als leerkracht serieus omgaat met pestgedrag.
- Werk aan een positieve sfeer in de groep:  
Stel bijvoorbeeld een anti-pestverdrag op.  
Laat leerlingen bijvoorbeeld reflecteren op hun gedrag.



**Indien er systematisch pestgedrag wordt gesignaleerd wordt de volgende procedure in werking gesteld:**

- 1 Een ieder draagt de verantwoording alle leerlingen in alle gevallen op gewenst gedrag te wijzen. Meld pestgedrag bij de verantwoordelijke groepsleerkracht.
- 2 Als er sprake is van incidenteel pestgedrag binnen de groep dan wordt dat met de betrokken leerlingen besproken door de groepsleerkracht. Dit gesprek staat niet op zichzelf maar wordt regelmatig herhaald om controle te houden over het gedrag. Dit gedrag wordt beschreven in ESIS bij zowel de pester als de gepeste leerling.
- 3 Indien er sprake is van herhaald pestgedrag worden de ouders van de pester in het bijzijn van de pester op de hoogte gesteld van de ongewenste gebeurtenissen in een gesprek op school. Aan het eind van dit oudergesprek worden de afspraken met de pester uitdrukkelijk doorgesproken en ook vastgelegd in het dossier in ESIS. Ook de op te leggen sancties bij overtreding van de afspraken worden daarbij vermeld. Gedacht kan worden aan uitsluiting van met name de situaties die zich in het bijzonder lenen voor pestgedrag: buitenspelen, overblijven, bewegingsonderwijs en excursies. Er komt hoe dan ook een vervolg gesprek met de ouders. De ouders van de rest van de groep wordt per brief of indien noodzakelijk mondeling ingelicht.
- 4 De directie, de bouw en/of het team wordt op de hoogte gesteld van het pestgedrag, zodat iedereen er alert op kan reageren. Als het probleem zich toch blijft herhalen meldt de leerkracht dit gedrag aan de directeur van de school. De leerkracht overhandigt de directeur een lijst met daar op de data van de gebeurtenissen, de data en inhoud van de gevoerde gesprekken en de vastgelegde afspraken zoals die gemaakt zijn om het pesten aan te pakken. Dit alles staat beschreven in ESIS bij de pester en het gepeste kind.
- 5 De directie roept de ouders op school voor een gesprek. Ook het kind kan in dit gesprek betrokken worden. De directie legt dit gesprek vast.
- 6 Als het gedrag niet verbetert kan de leerling in het zorgteam besproken worden. Het kan raadzaam zijn externe hulp als Jeugdzorg in te schakelen.
- 7 Alles moet zorgvuldig gedocumenteerd worden in ESIS. Er moeten verslagen worden gemaakt van de gesprekken die gevoerd zijn en de afspraken die gemaakt zijn. 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 kan de directie overgaan tot bijzondere maatregelen: isoleren van de pester of een tijdelijke schorsing.

**Op weg naar een veiliger school:**

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 in het pedagogisch handelen. De school moet open staan om naar de problemen van de leerlingen te luisteren. Er moet de mogelijkheid geboden worden om pestgedrag te melden. Dit kan dan gaan over pestgedrag dat leerlingen zelf treft en pestgedrag dat leerlingen naar anderen signaleren. De mogelijk moet bestaan dit zowel openlijk als anoniem te doen en zowel bij de eigen leerkracht als bij een andere leerkracht.

Geheimhouding moet bij elke melding 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.

### **Hulp aan het gepeste kind**

De 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 met de leerkracht van 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.
- 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.

### **Hulp aan de pester**

De pesters hebben ook recht op hulp, zij zijn namelijk niet in staat om op een normale wijze met anderen om te gaan en hebben daar hulp bij nodig. Die hulp kan bestaan uit de volgende punten:

- 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.

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**

Als de groep eenmaal in beweging is gebracht, hebben kinderen die pesten veel minder te vertellen. Deze middengroep is eenvoudig te mobiliseren

### **Hulp aan de ouders**

Voor de ouders van het gepeste kind is het van belang dat de school ernst maakt met de aanpak van het 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.

### **De belangrijkste regel van het pesten luidt: Word je gepest, praat er thuis en op school over. Je mag het niet geheim houden!!**

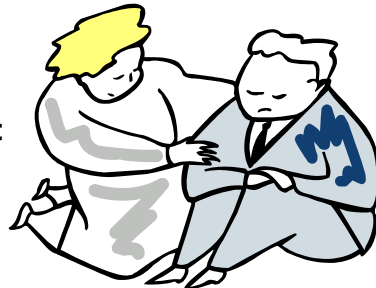
Om onze sociale **veiligheid** te waarborgen, hebben we met elkaar een aantal afspraken gemaakt. Wanneer iedereen zich aan deze afspraken houdt, kan iedereen zich veilig voelen en wordt er niet gepest.

Eerst een drietal basisafspraken die moeten voorkomen dat een kind zich niet prettig voelt:

- **Als een ander jou iets doet of zegt, dat je niet wilt, geef je dat duidelijk aan door te zeggen: STOP, IK WIL NIET DAT JE .....**
- **Als een kind tegen jou zegt STOP, IK WIL NIET DAT JE....., dan stop je onmiddellijk met de dingen die de ander aangeeft.**
- **Als de ander hier niet mee stopt, dan zeg je dit tegen de juffrouw, de meester of de overblijfkracht.**

Daarnaast zijn er de volgende afspraken:

- **Je mag een andere mening hebben**
- **Eerlijk zijn**
- **Elkaar helpen als iemand hulp nodig heeft**
- **Luisteren naar elkaar**
- **Vertellen aan de leraar is niet klikken**
- **Word je gepest, praat er dan over**



**Wat wij niet doen:**

- **Dreigen, chanteren of afpersen**
- **Elkaar beoordelen op vriendjes of vriendinnetjes**
- **Elkaar beoordelen op schoolresultaten**
- **Als iemand je iets in vertrouwen vertelt, dat doorvertellen aan anderen**
- **Uitschelden of uitlachen**
- **Beoordelen op het uiterlijk van elkaar**
- **Beoordelen op de kleding van elkaar**
- **'Zomaar' pesten**
- **Meedoen met pesters**
- **Toekijken als iemand wordt gepest**
- **Pesten om vrienden te krijgen**
- **Met elkaar bemoeien**
- **Partij kiezen bij ruzie**
- **Elkaar na-apen**

### **Adviezen voor alle ouders:**

- Neem het probleem serieus: het kan ook uw kind overkomen.
- Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- Maak het tot een gemeenschappelijk probleem.
- 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.*

### **Adviezen voor 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.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.

### **Adviezen aan ouders van gepeste kinderen:**

- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, kunt u 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 kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.
- Als uw 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 uw kind videobanden over pesten.
- Als u van uw kind er 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.
- Wordt uw 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 moet zijn.
- Houd de communicatie open, blijf dus in gesprek met uw kind. Doe dat niet op een 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 uw kind in het idee dat er een einde aan komt.
- Laat uw kind opschrijven wat het heeft meegemaakt. Dit kan best emotionele reacties bij uw kind oproepen. Op zich is dat niet erg, als het maar hierbij geholpen wordt de emoties te uiten en te verwerken.

- Laat uw kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining. Onze maatschappelijk werkster kan u helpen met het maken van een afspraak.

De onderwijstelefoon van het ministerie van onderwijs, cultuur en wetenschappen sluit haar lijnen.

Leerlingen en leerkrachten kunnen terecht op het nummer: **0800 28282800**

Ouders kunnen terecht op het nummer: **0800 5010**

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**

[www.jeugdinformatie.nl](http://www.jeugdinformatie.nl)

[www.tegenpesten.nl](http://www.tegenpesten.nl)

[www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)

[www.50tien.nl](http://www.50tien.nl)

[www.minocw.nl](http://www.minocw.nl)

[www.kidsplanet.nl](http://www.kidsplanet.nl)

[www.bijonsthuis.nl](http://www.bijonsthuis.nl)

[www.pestten.net](http://www.pestten.net)

[www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)

[www.stichtingstophetpesten.com](http://www.stichtingstophetpesten.com)

[www.katman.nl](http://www.katman.nl) (naar aanleiding van het boek 'Help, Katman! Help!')