



**AMSTERDAM**

**LIBERAL**

**ARTS & SCIENCES**

**ACADEMIE**

# Pestprotocol

## Voorwoord

Een school dient een voor een ieder die daar werkt, studeert of tijdelijk aanwezig zal zijn een veilig thuisgevoel te geven. Ieder heeft zijn mening gedachten of uitlatingen waarin hij of zij vrij moet kunnen zijn deze te uiten. Hierbij moet in acht worden genomen dat personen bewust te kwetsen of in het bijzijn van andere personen andere kleineren kwetsen of discrimineren niet wordt toegestaan. Het is een utopie te denken dat pesten niet voorkomt, op “onze” school. Wij als bestuur zullen alles in het werk stellen om het pestgedrag van de school te weren of direct aan te pakken indien nodig. Het anti pestprotocol is opgezet om iedereen die hiermee te maken krijgt te helpen uit de situatie te geraken waarin het pesten voorkomt.

Het pestprotocol bevat richtlijnen op basis waarvan pestgedrag op onze school kan worden voorkomen,esignaleerd, bestreden en opgelost. Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie van alle betrokken partijen, waaronder de school. Dit protocol heeft als doel om alle betrokkenen, leerlingen, ouders, docenten en andere medewerkers van school, op de hoogte te brengen van alles wat de school wil en kan doen om een zo veilig mogelijk schoolklimaat te scheppen.

Amsterdam 30 mrt 2020

Martijn Meerhoff  
Directeur

|                                                                     |           |
|---------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Het pesten</b>                                                | <b>4</b>  |
| 1.1 Plagen en pesten                                                | 4         |
| <b>2. De aanpak</b>                                                 | <b>7</b>  |
| <b>Vijfsporenaanpak</b>                                             | <b>8</b>  |
| 2.1 De school neemt zijn algemene verantwoordelijkheid              | 8         |
| 2.2 De school biedt steun aan de gepeste                            | 8         |
| 2.3 De school biedt steun aan de pester                             | 8         |
| 2.4 De mentortaken                                                  | 8         |
| 2.5 De school biedt steun aan de ouders van de gepeste en de pester | 9         |
| <b>3. Het stappenplan en de rollen</b>                              | <b>10</b> |
| 3.1 De docenten                                                     | 10        |
| 3.2 De mentor                                                       | 10        |
| 3.3 De zorgcoördinator                                              | 10        |
| 3.4 De jeugdverpleegkundige                                         | 11        |
| 3.5 De ouders                                                       | 11        |
| 3.6 De schoolleiding                                                | 11        |
| Bijlage I Voorbeeld van een pestcontract                            | <b>12</b> |
| Bijlage II Leidraad voor een gesprek met een gepeste leerling       | <b>13</b> |
| Bijlage III Leidraad voor een gesprek met een pester                | <b>14</b> |

# 1. Het pesten

Het is belangrijk te weten wanneer pesten plagen is of plagen pesten is of wordt. Hierbij wat uitleg hoe pesten/plagen kan worden herkend en wat de directe omgeving er mee te maken kan hebben. De school neemt zijn algemene verantwoordelijkheid: elke werknemer van de school dient interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben. Dit houdt in dat alle medewerkers van de school de verantwoordelijkheid hebben bij het constateren van pestgedrag hiervan melding te maken bij de daarvoor verantwoordelijke personen. Voor mentoren betekent het dat ze individuele en groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groepssfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep. Ze maken afspraken met de klas en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden.

## 1.1 Plagen en pesten

Wat verstaan we onder pesten?

Om pesten aan te pakken is het goed te weten wat onder pesten wordt verstaan en wat het verschil is met plagen en ruzie.

Van pesten is er sprake als 'iemand herhaaldelijk en langdurig wordt blootgesteld aan negatieve handelingen door één of meer personen' (Dan Olweus). De negatieve handelingen zijn structureel tegen dezelfde persoon gericht en er is sprake van machtsongelijkheid. Pesten gebeurt vaak in een specifieke groepscontext (...) die zich kenmerkt door een onveilige en negatieve basissfeer in de groep.

Pesten verschilt daarmee duidelijk van [plagen](#) en [ruzie](#).

Bron: <https://www.schoolveiligheid.nl/po-vo/thema/pesten/>

Een belangrijk kenmerk van pubers is dat ze druk bezig zijn om zichzelf te definiëren in relatie tot anderen: tot hun ouders en andere volwassenen, maar vooral in relatie tot leeftijdsgenoten. Vriendschappen, relaties en sociale verhoudingen worden daarom tijdens de puberteit zeer belaste onderwerpen:

- Hoe is de pikorde in de klas?
- Ben ik populair?
- Wie "hoort" in de groep met wie?
- Wie "gaat" met wie?
- Wat zijn de eercodes van onze vriendschap?

Juist op een leeftijd dat zelfvertrouwen sterk gekoppeld is aan het antwoord op bovenstaande vragen, is het een nare ervaring om het object te worden van pestgedrag.

Net als andere thema's, zijn ook relationele verhoudingen tijdens de puberteit onderwerp van experiment: vriendschappen worden "uitgeprobeerd"; soms net als vijandschappen en liefdes. Onderdeel van dit "uitproberen" is het aftasten van grenzen van het eigen gedrag.

Hoe reageert de ander als ik dit zeg of doe? Hoe ver kan ik gaan met het uitoefenen van invloed op de ander? Hoe ver kan de ander gaan bij mij? Dit geëxperimenteer kan leiden tot negatieve interactie, iteenlopend van het uithalen van een onschuldige grap tot het terroriseren van een ander. Of we dat nou leuk vinden of niet: er is geen mens die tijdens zijn of haar puberteit nooit het onderwerp is geweest van spot, die zich nooit buitengesloten heeft gevoeld en die nooit het slachtoffer is geworden van roddel en achterklap. Dat wil in het geheel niet zeggen dat we ons moeten neerleggen bij pesterijen. Maar het betekent wel dat we moeten proberen om een onderscheid te maken tussen (onschuldige) plagerijen en (ernstiger) pestgedrag. Hieronder volgen vier belangrijke indicatoren om plaag-van pestgedrag te onderscheiden; ze kunnen volwassenen (ouders, docenten) helpen om pestgedrag tijdig te herkennen:

### **1. Wat is de impact van het gedrag?**

Hoe reageert het de gepeste leerling? Lacht deze vrolijk mee of wordt de leerling boos/verdrietig?

Ook in het eerste geval is de impact overigens soms groter dan de leerling laat merken...

### **2. Is het gedrag wederkerig?**

Twee jongens die elkaar duwen in de gang duidt meestal niet op pesten; wanneer het steeds de ene jongen is die de andere duwt, is dat mogelijk wél het geval.

### **3. Is het gedrag relationeel?**

Het uithalen van een “geintje” bij je beste vriendin duidt meestal niet op pesten; als subject en object helemaal geen vriendschappelijke contacten onderhouden, is dat mogelijk wél het geval.

### **4. Is de verhouding gelijkwaardig?**

Wie uitdeelt, moet ook kunnen incasseren: is het object een leerling die zelf ook wel eens een “geintje” uithaalt en die bovenaan de pikorde staat?; of betreft het een leerling die vaak het slachtoffer is en onderaan staat (de “pispaal”)?

Vormen van pestgedrag

Er zijn veel vormen van pestgedrag. Rode draad is vaak het systematische en herhalende karakter van het gedrag:

#### **1. Verbaal:**

- Vernederen, belachelijk maken, uitlachen
- Roddelen , verspreiden van laster
- Jennen: als het object zich in de klas wil/moet uiten (denk aan spreekbeurten, beurten in de klas, groepsdiscussies enz.
- (uit) Schelden , discrimineren (be)dreigen.
- (voortdurend) Met bijnamen aanspreken.
- Schriftelijk: onaangename of bedreigende briefjes schrijven.
- Onaangename of bedreigende tekst berichtjes sturen.
- Onaangename of bedreigende mailtjes schrijven, dergelijke taal verspreiden. Via social- media enz.

#### **2. Fysiek:**

- Trekken aan kleding, duwen en sjoeren schoppen en slaan krabben en aan haren trekken.
- Wapens gebruiken.

### **3. Achtervolgen:**

- Opjagen en achterna lopen
- In de val laten lopen, klem zetten of rijden
- Opsluiten.

### **4. Uitsluiten:**

- Doodzwijgen en negeren
- Uitsluiten van feestjes en andere klassenactiviteiten buiten school
- Uitsluiten: bij groepsopdrachten, gymmen/sporten, toernooien enz

### **5. Stelen en vernielen:**

- Afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen, laptop
- Schoolboeken en tassen laten 'wegraken', in de prullenbak of buiten verstopten.
- Banden lek prikken, fiets beschadigen

### **6. Afpersen:**

- Dwingen om geld of spullen af te geven.
- Het afdwingen om iets voor de pester te doen.

## **Verschillende rollen**

Hoe verschillend de situaties ook zijn waarbij sprake is van pesten, vaak voltrekken deze zich volgens een vast patroon. Zo zijn vaak vaste rollen te herkennen:

- Gepeste: voelt zich vaak verdrietig en eenzaam durft vaak niets terug te doen of het te vertellen; is bang dan nog meer gepest te worden
- Pester: is vaak onzeker en wil graag populair zijn en stoer gevonden worden. denkt door te pesten dat iedereen hem/haar grappig vindt. En creëert personen om zich heen die bang zijn om gepest te worden.
- Meepester: doet mee met pesten, denkt dat hij/zij er dan bij hoort is bang om zelf gepest te worden.
- Helper: neemt het op voor de gepeste, vindt het niet goed dat er gepest wordt en is niet bang voor de pester. Helpt graag en is daarom vaak populair.
- Stiekemer: vindt het goed dat er gepest wordt, maar bemoeit zich er niet mee. Is bang om zelf gepest te worden en roept anderen erbij om het pesten te steunen
- Buitenstaander: denkt dat er in de klas niet gepest wordt en het kan hem/haar ook niets schelen, zolang hij/zij er zelf maar geen last van heeft.
- Stille: bemoeit zich er niet mee. Vindt het pesten wel gemeen, maar durft niets te doen of te zeggen; is bang zelf gepest te worden.

## 2. De aanpak

### Niet ingrijpen heeft gevolgen

Als pesten niet tijdig wordt aangepakt heeft dit grote gevolgen. Onderzoeken tonen aan dat slachtoffers van pesten – zelfs nog jaren later – kampen met psychische problemen, somberheid, angsten, eenzaamheid, onzekerheidsgevoelens en moeite hebben met het aangaan van sociale contacten en relaties.

Pesten staat een gezonde ontwikkeling en goede leerprestaties in de weg.

Naast de negatieve gevolgen voor de slachtoffers tast pesten het gevoel van veiligheid aan bij alle leerlingen. Het zorgt voor negatieve sfeer in de klas en beïnvloedt ook het plezier en de manier waarop u voor een groep staat.

### Het signaleren van pesten

Het is van groot belang pesten in een vroeg stadium te signaleren en herkennen. Leerlingen hebben de neiging over pesten te zwijgen. Leerlingen weten vaak wel dat er gepest wordt, maar er kan een angst heersen het hier over te hebben. Veel leerlingen zijn bang om als “verklikker” te worden aangezien. Aan de andere kant, merken ouders vanuit thuis dat er gepest wordt en vragen zich af of en hoe zij ter sprake moeten brengen op school, met de mentor/docent.

De docent zelf tenslotte moet altijd alert zijn op signalen van pesten in de groep. Wanneer zij/hij het idee heeft dat er gepest wordt, moet snel uitgezocht worden of dit werkelijk zo is. In het mentorenoverleg wordt dit met andere docenten besproken en worden er afspraken gemaakt hoe hiermee om te gaan. Als er gewacht wordt met het nemen van stappen, kan de situatie snel verergeren.

Het is belangrijk om begin van ieder schooljaar afspraken te maken, hoe met elkaar om te gaan op en buiten school. In het mentoraat wordt er ruimte geschept het verschil tussen pesten en plagen uit te leggen. Daarnaast wordt er benadrukt dat het onderwerp pesten heel belangrijk is en niet uit de weg mag worden gegaan, vanuit angst of andere motivatieredenen. Er wordt vanuit de docent, formeel en informeel gestimuleerd open te zijn. Leerlingen worden serieus genomen in hun signaleringsfunctie of hulpvraag. Ouders worden betrokken en er worden stappen besproken hoe school hiermee om kan gaan.

Op school wordt ervoor gezorgd dat schoolleiding, mentoren en alle medewerkers voldoende informatie en kennis hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken daarvan. De medewerkers die verantwoordelijk zijn voor het pestprotocol zijn professioneel geschoold door middel van het volgen van cursussen over dit onderwerp.

De mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de mentor in de klas het pestprotocol en wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken, maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd. In alle leerjaren wordt aandacht besteed aan een veilig leefklimaat op school en pestgedrag via

het mentoraat of lesmomenten. Mentor benoemt hierbij ook de op school aanwezige vertrouwenspersonen.

Op onze school streven we ernaar een vreedzame school te zijn. Het pedagogisch klimaat is er op gericht dat leerlingen het altijd melden als ze een situatie tegenkomen waarin gepest wordt. De drempels om pestgedrag te melden worden op onze school zo laag mogelijk gehouden:

- Leerlingen kunnen actief en geval van pesten melden. In principe bij hun mentor, maar verder bij iedere andere medewerker op de school.
- Docenten, ondersteunend personeel en schoolleiding zijn alert op signalen omtrent een pestsituatie. Zij nemen actief en direct contact op met de betreffende mentor(en).

Bij het constateren van pestgedrag zal door de mentor(en) onmiddellijk worden geïntervenieerd en daarbij het principe van hoor en wederhoor toepassen.

Bij het bestrijden van pesten stelt onze school een integrale aanpak voor. Hierbij maken we gebruik van de zogenaamde vijfsporenaanpak, een door het Nationaal Onderwijsprotocol ontwikkelde methode waarbij zoveel mogelijk alle partijen worden betrokken bij het vinden van een oplossing.

## Vijfsporenaanpak

In deze aanpak wordt gekeken naar de verschillende rollen die in hoofdstuk 1 zijn beschreven: de school, de gepeste, de pester, de klasgenoten en de ouders.

### 2.1 De school neemt zijn algemene verantwoordelijkheid

- De school werkt aan een zo goed mogelijke schoolcultuur en sfeer waarin veiligheid van alle “bewoners” - leerlingen, docenten en overige medewerkers- voorop staat
- de school neemt stelling tegen pesten
- de schoolleiding zorgt dat alle medewerkers, mentoren, docenten en OOP, voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten in de eigen groep en de eigen school in het bijzonder.

### 2.2 De school biedt steun aan de gepeste

- Het probleem wordt serieus genomen; de leerling kan zijn of haar verhaal doen
- er wordt uitgezocht wat er precies gebeurde.
- er wordt overlegd over mogelijke oplossingen
- er wordt zo nodig hulp ingeroepen van de jeugdverpleegkundige

### 2.3 De school biedt steun aan de pester

- De leerling wordt geconfronteerd met zijn of haar gedrag en de gevolgen hiervan voor de pester.
- Er wordt geprobeerd de achterliggende oorzaken van het pestgedrag boven tafel te krijgen. De pester wordt hierbij serieus genomen.
- Er wordt zo nodig hulp ingeroepen van de mentor en/of de jeugdverpleegkundige.

### 2.4 De mentortaken

- De mentor besluit wie er bij de oplossing van het probleem wordt betrokken.
- De mentor kiest voor een interventie met de pester(s) en de gepeste leerling(en).



- De mentor kiest voor een interventie met de pester(s) en gepeste leerling(en) en hun ouder(s)/ verzorger(s).
- Indien noodzakelijk bespreekt de mentor met de klas het pesten en benoemt de rol van leerlingen hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie. De mentor komt hier na verloop van tijd op terug bij de klas voor een follow-up gesprek.
- De mentor kiest voor een interventie waarbij andere mentoren en/of docenten of de schoolleiding wordt betrokken.

## **2.5 De school biedt steun aan de ouders van de gepeste en de pester**

- Ouders van een gepest kind worden serieus genomen; zij kunnen hun verhaal doen
- Ouders die daarom vragen kunnen informatie en advies krijgen over pesten en de manieren waarop dit kan worden aangepakt
- Er wordt samengewerkt tussen school en ouders om het pestprobleem aan te pakken
- Zo nodig worden ouders doorverwezen naar deskundige ondersteuning\*\*

### 3. Het stappenplan en de rollen

In onderstaand stappenplan worden de rollen van verschillende volwassenen op en rond school beschreven:

#### 3.1 De docenten

- De docenten hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pestgedrag waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen aan de mentor.

#### 3.2 De mentor

- Indien daar aanleiding toe bestaat, besteedt de mentor in zijn/haar klas expliciet aandacht aan pestgedrag tijdens een groepsgesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd. De mentor bespreekt dit pestprotocol.
- Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester apart. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen de leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen (bijvoorbeeld in de vorm van een pestcontract, zie bijlage 1).
- In principe worden de ouders van de pester en de gepeste op de hoogte gesteld van het pestgedrag. Dit gebeurt altijd na overleg met de betrokken leerling(en).
- De mentor besluit of er een gesprek plaatsvindt met de klas. Bij het herstellen van de groepssfeer is het belangrijk om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft.
- De mentor noteert de gebeurtenissen en de gemaakte afspraken in Magister.
- Indien het probleem zich herhaalt, schakelt de mentor de schoolleiding en eventueel de anti pest- en zorgcoördinator in.

#### 3.3 De zorgcoördinator

- De zorgcoördinator ondersteunt de mentor bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
- Hij/zij heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
- In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
  - confronteren (zie bijlage III);
  - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen;
  - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten
- In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij sociaal gedrag vertoont, op basis waarvan hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
- Hij/zij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door de onderwijshulpverlener.
- Hij/zij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door de onderwijshulpverlener.
- Hij/zij stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject: recidief gedrag kan leiden tot schorsing van de leerling.
- Hij/zij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
- Hij/zij zorgt voor terugkoppeling van alle informatie aan de mentor.

### **3.4 De jeugdverpleegkundige**

- De jeugdverpleegkundige ondersteunt waar nodig de mentoren en de schoolleiding tijdens de verschillende fases in het proces.
- De jeugdverpleegkundige biedt op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en/of de gepeste en diens ouders.
- De jeugdverpleegkundige kan leerlingen desgewenst doorverwijzen voor externe hulp.

### **3.5 De ouders**

- Ouders die merken of vermoeden dat hun kind gepest wordt, nemen contact op met de school. Het centrale aanspreekpunt voor zowel ouders als leerlingen is als altijd de mentor. Mentoren zijn bereikbaar via de schoolmail
- Na het contact met de mentor, kan desgewenst met een andere functionaris van de school een afspraak worden gemaakt. In volgorde: met de zorgcoördinator en vervolgens met de schoolleiding.

### **3.6 De schoolleiding**

- De schoolleiding neemt kennis van alle pestincidenten en werkt samen met de mentor en de zorgcoördinator aan een oplossing.
- De schoolleiding ondersteunt de mentor bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
- De school is verantwoordelijk voor de communicatie en bijscholing betreffende het anti-pest protocol.

## Bijlage I Voorbeeld van een pestcontract

Contract : veilig op school

Ondergetekende Leerling van ALASCA zal na ondertekenen van dit contract zich verbinden met de in dit contract gestelde regels. Hij geeft hierbij tevens aan zich bewust te zijn van de gevolgen die het niet volgen van de regels tot gevolg zullen hebben.

Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in en rond de school.

Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:

1. Ik accepteer de ander zoals hij is en ik discrimineer niet.
2. Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen.
3. Ik blijf van de spullen van een ander af
4. Als er ruzie is speel ik niet voor eigen rechter.
5. Ik bedreig niemand, ook niet met woorden.
6. Ik neem geen wapens mee naar school.
7. Ik gebruik geen geweld.
8. Als iemand mij hindert vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
9. Als dat niet helpt, vraag ik een docent of mijn mentor om hulp.

Handtekening leerling (voor akkoord):

naam \_\_\_\_\_

handtekening mentor (voor getuige):

\_\_\_\_\_

datum opgesteld \_\_\_\_\_

## **Bijlage II Leidraad voor een gesprek met een gepeste leerling**

### Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem
- Door wie wordt je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Weet je ook waarom je wordt gepest?
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak wordt je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Zijn er leerlingen die jou wel eens proberen te helpen?
- Wat wil je dat er nu gebeurt ; wat wil je bereiken?

Bespreek samen met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:

- Hoe communiceert de leerling met anderen? Let ook op lichaamstaal.
- Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
- Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen tegenover de pester?
- Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Ergens is er iets in zichzelf dat de pester gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan want niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.

### Bijlage III Leidraad voor een gesprek met een pester

Het doel van dit gesprek is drieledig:

1. De leerling confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan
2. Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
3. Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt

Confronteren: wees objectief en probleemgericht beschrijf de feiten, check deze (kloppen ze) en vermijd interpretaties ('Je hebt cola in de tas van Piet laten lopen. Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent!') confronteren is niet hetzelfde als kritiek leveren.

Wees relatiegericht: je drukt de pester met zijn neus op de feiten, maar maakt hem níet met de grond gelijk! Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt maar met behoud van de relatie

Bijvoorbeeld: **Ik** vind dat je heel erg gemeen doet tegen hem/haar en **ik** wil dat je daarmee ophoudt.

Zeg nooit: Je bent heel gemeen.

Wees specifiek: benoem de situatie waar het over gaat en vermijd woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek dreigt daardoor te algemeen te worden

Wees veranderingsgericht:

je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

Achterliggende oorzaken.

Nadat het probleem benoemt is, richt je je op het waarom? Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? enz.

Maak duidelijk dat er een tekort aan inlevend vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. Wat ga je daaraan doen?

Biedt zo nodig hulp aan van de onderwijshulpverlener (op vrijwillige basis)

Het pestgedrag moet stoppen: wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie stappenplan)