



Pestprotocol



Dit pestprotocol is opgesteld om goed te kunnen reageren op situaties waarin een kind gepest wordt. Dit pestprotocol sluit aan bij de Kanjerboeken en de Kanjertraining die op onze school gegeven wordt. Het Kanjerproject werkt wat betreft pesten ook preventief.

Dit pestprotocol bestaat uit 5 delen: voor alle kinderen, voor het gepeste kind, voor de pester, voor de ouders en voor de leerkracht.

Deze partijen zijn allemaal betrokken bij een situatie waarin gepest wordt en worden op deze manier beter geïnformeerd.

Pestprotocol voor alle kinderen

- Zie je dat iemand gepest wordt? Zet je witte pet op en meld het aan je leerkracht! Klikken over pesten bestaat niet!!
- Ik zet mijn witte pet op, want ik pest niet mee.
- Ik meld (zelf of samen met andere kinderen) het pesten bij de juf, de meester, mijn vader/moeder of een andere volwassene.
- Ik durf te zeggen: Houd ermee op! Ik vind het gemeen wat jij doet.
- Ik vertel het thuis en vraag om ideeën.
- Ik help bij het maken van een Anti-pest-plan voor onze klas.

Pestprotocol voor het gepeste kind

- Ik ga niet huilen, piekeren of verdrietig zijn. Ik ben niet zielig. Ik zet mijn witte pet op en pak het pesten aan.
- Ik zeg iets als: Dat vind ik niet leuk. Stop er mee. Je doet gemeen. Je maakt me verdrietig, ik wil dat je stopt.
- Pesten is gemeen. Ik meld dat ik gepest word. Dat is geen klikken!
- Ik vraag klasgenootjes om hun witte pet op te zetten en mij te helpen. Zodat ik niet alleen sta.
- Ik ga mijn hart luchten bij iemand, die ik aardig vind en vertrouw en vraag om hulp. Dit doe ik bij mijn ouders, de juf of meester, de vertrouwenspersoon op school of iemand anders die ik goed ken.
- Als ik mijn witte pet op heb, negeer ik de pestvogel. Hij/zij weet niet eens wat hij/zij doet. Ik draai me om en meld het.
- Ik vraag een andere plaats in de klas als ik te dicht bij die pestvogel zit.
- Als ik vervelende emails of berichtjes krijg dan verwijder ik ze direct en de volgende keer open ik ze niet eens. Het adres ga ik blokkeren zodat de emails en berichtjes direct verwijderd worden. Ik kan het ook eerst laten lezen aan iemand die ik vertrouw.
- Word ik gepest via de computer, tablet of telefoon, dan blokkeer ik die personen. Zodat ze niet meer met mij kunnen praten. Ik kan vaak ook een kopie van de berichten opslaan als bewijs dat ik word gepest.
- Ik schrijf een dagboekje met alle vervelende dingen die de pestvogels doen. Dan laat ik dit de juf, de meester of mijn ouders lezen.
- Ik kan gaan praten met een ander gepest kind.
- Ik kan boeken lezen over het pesten en geef die dan aan anderen kinderen om ook te lezen.
- Ik kan leuke dingen doen, bijvoorbeeld naar een club. Ik ben dan nooit verplicht met de pestvogel(s) te blijven omgaan.
- Ik denk alleen aan de leuke dingen die ik met andere kinderen doe.
- Als ik meer informatie wil kan ik terecht bij Chris <http://www.chris.nl/kinderen> (christelijk), de kindertelefoon <https://www.kindertelefoon.nl/8-12> of pestweb

www.pestweb.nl

- Het is niet mijn schuld. Ik ben zoals ik ben en dat is oké.
- Ik ben een tijger, een kanjer, ik ben net zo sterk, groot en slim als die pestvogel(s).
- Ik kan de pestvogel(s) aan als ik hulp krijg van klasgenootjes, juf/meester, ouders, vrienden/vriendinnen.

Pestprotocol voor de pester

- Ik denk na over hoe het is om gepest te worden. Hoe zou ik dat vinden?
- Ik kan mijn zwarte pet afzetten: IK STOP MET PESTEN
- Ik vraag hulp aan de juf, de meester en/of mijn ouders.
- Ik ga na schooltijd direct naar huis, zodat ik niet in de verleiding kom om te pesten.
- Ik ga leuke dingen doen met een nieuw groepje kinderen.
- Als ik een geintje maak, kijk ik of de ander mijn grapje wel leuk vindt.
- Ik ga nadenken over hoe ik vanaf nu een tijger kan zijn:
 - Wil ik stoer zijn? Dan ga ik op vechtsport.
 - Wil ik de baas spelen? Ik vraag een hond
 - Verveel ik me? Is er niemand thuis? Ik ga naar een vriendje om te spelen of ga naar een club leuke activiteiten doen.
 - Pest ik omdat ik bang ben zelf gepest te worden? STOP! Ik doe aardig en anderen doen aardig tegen mij.
- Als ik meer informatie wil kan ik terecht bij Chris <http://www.chris.nl/kinderen> (christelijk), de kindertelefoon <https://www.kindertelefoon.nl/8-12> of pestweb www.pestweb.nl
- Ik kan mijn zwarte pet omruilen voor een witte pet, ook al verwachten anderen dat ik de pestvogel ben.



Pestprotocol voor ouders

- Ook mijn kind kan een zwarte pet opzetten en een pestvogel zijn.
- Ook mijn kind kan gepest worden.
- Ik neem het probleem serieus.
- Ik raak niet in paniek.
- Ik straf niet fysiek, als ik hoor dat mijn kind vaak een zwarte pet opzet.
- Ik probeer er achter te komen wat de mogelijke oorzaken kunnen zijn.
- Ik vraag mij af:
 - Voelt mijn kind zich veilig thuis?
 - Voelt mijn kind zich veilig op school?
 - Pest mijn kind uit stoerheid of uit gewoonte?
 - Pest mijn kind omdat het denkt dat het zo hoort?
 - Pest mijn kind omdat het bij de groep wil horen?
 - Welke tv-programma's volgt mijn kind allemaal?
 - Weet mijn kind wel wat het doet, wat het aanricht?
- Ik besteed extra aandacht aan mijn kind.
- Ik corrigeer agressieve buien.
- Ik stimuleer mijn kind om aan sport te doen of bij een club te gaan.
- Ik overleg met de school, niet met de ouders van een pestvogel of een gepest kind.
- Ik bied hulp aan mijn kind.
- Ik lees boeken over pesten en/of vraag informatie op.
- Ik schakel eventueel een expert in als ik dat nodig vind of de school dit aangeeft.

Uitleg van de petten bij de Kanjertraining

Het gaat om het gedrag dat de kinderen vertonen. Kinderen kunnen elke keer (bij de training in het echt en daarna in gedachten) een pet opzetten en bepalen daarmee hoe zij op dat moment naar school gaan en omgaan met anderen.

- Witte pet/tijger: De tijger is een kanjer. Hij/zij is tevreden met zichzelf, komt voor zichzelf op en voor anderen. Maar weet ook wanneer tijd is om weg te lopen.
- Rode pet/aap: Neemt niemand serieus ook zichzelf niet, hij/zij lacht overal om. Het is een meeloper en versterkt hierdoor het gedrag van de pestvogel.
- Gele pet/ konijn: Heeft een slecht zelfbeeld en komt niet voor zichzelf op of voor anderen. Loopt liever snel (bang) weg.
- Zwarte pet/pestvogel: Vindt zichzelf geweldig en anderen helemaal niks. En laat dat aan andere kinderen voelen. Alle anderen deugen niet en hij/zij bepaalt zelf wel wat hij doet. Hij/zij pest andere kinderen.

Pestprotocol voor de leerkracht

Leerkrachten hebben een sleutelrol in de aanpak van pesten. Door de Kanjertraining wordt het pestgedrag verminderd en misschien zelfs voorkomen.

1. Wacht niet tot het pesten gemeld wordt, maar let op de signalen. Want lang niet al het pesten wordt gemeld. Signalen van pesterijen kunnen o.a. zijn: Doodzwijgen, isoleren, insluiten in de klas, op de gang of het schoolplein, opwachten buiten school, slaan of schoppen, achterna rijden, altijd een bijnaam gebruiken, zogenaamd leuke opmerkingen maken, jennen, bezittingen afpakken, opmerkingen maken over kleding, iemand voortdurend ergens de schuld van geven.
2. Neem leerlingen serieus als pesterijen gemeld worden. Doe je dat niet dan durft hij/zij het misschien niet weer te zeggen.
3. Is er sprake van onderhuids pesten, dan heeft het geen zin om de leerlingen daar mee te confronteren: de leerlingen zullen het ontkennen, zeggen dat het een grapje is of de gepeste leerling de schuld geven.
4. Bij onderhuids pesten moet je het pesten in de algemene zin in de klas aan de orde stellen. Bijv. oorlog en vrede, schending van mensenrechten, kindermishandeling, pesten op school (oorzaken en gevolgen)
5. Is er sprake van merkbaar lichamelijke of geestelijke mishandeling dan moet je direct ingrijpen. Als je op dat moment niet ingrijpt dan zeg je eigenlijk: 'ga maar door'.
6. Het gesprek dat je nu met de pester moet voeren is kort en heel duidelijk.
7. Vraag aan de pester: 'Is het jouw bedoeling om het leven van ... (naam) zuur te maken?' Hierop kan/mag de pester alleen maar ja of nee antwoorden. Bij nee, mag het vanaf nu ook niet weer gebeuren. Bij ja, is het een groot probleem en moet je maatregelen nemen.
8. Laat de pester het 'Oeps'-blad invullen als je dit als leerkracht op dat moment nodig vindt. Met name bij een korte time-out is het invullen van dit blad een zinvolle invulling van de "overdenktijd". De gepeste leerling kan de voorkant van het 'Oeps'-blad invullen. Laat de pester het blad van de gepeste leerling ook lezen. Bewaar de 'Oeps'-bladen in de (school)map.
9. De pester moet gaan inzien welke gevolgen het pesten heeft. En dus hoe het gepeste kind zich voelt.
10. Als dit alles geen effect heeft, is de volgende stap het voeren van een aantal probleemoplossende gesprekken met de pester om de oorzaak van het pestgedrag te vinden. Mogelijke oorzaken: Eerst zelf gepest zijn, bang zijn om zelf het mikpunt te worden, groot willen doen voor anderen, jaloers zijn, verwend zijn, slecht voorbeeld van..., geweld op TV of internet, reactie op bepaalde stoffen, (te kort aan) aandacht van ouders, mishandeling, nooit gecorrigeerd worden door de ouders, enz.
11. Niemand is gewoon een pester. Het is aangeleerd gedrag. Een pester kan zijn zwarte pet afzetten. Maar daar is hulp bij nodig.
12. Is de oorzaak duidelijk? Probeer dan de gevoeligheid van de pester voor wat hij met het slachtoffer uithaalt, te vergroten.

13. Maak daarna samen met de pester afspraken over gedragsverandering. Aan het einde van elke week evalueer je samen met de 'pester' of hij/zij zich aan de afspraken heeft gehouden.
14. Als dit geen effect heeft, neem dan contact op met de ouders. De ouders moet dan-voorzichtig, maar duidelijk- worden verteld wat hun kind anderen aandoet. Ouders kunnen het pesten niet ontkennen omdat je alle voorgaande activiteiten hebt vastgelegd.
15. Bij grote problemen kun je in overleg met de zorg een handelingsplan opstellen.
16. Als een pester andere kinderen echt mishandelt of eigendommen vernielt moeten de ouders er direct bij worden betrokken.
17. Stopt het pesten niet, dan is een sociale vaardigheidstraining een optie (bijv. een kanjertraining in een klein groepje). Uiteindelijk kan ook de hulp van het Jeugd- en GezinsTeam worden gevraagd.
18. Bij een onhoudbare situatie is de school genoodzaakt de pester te schorsen of zelfs te verwijderen van school.
19. Maar niet alleen de pester heeft hulp nodig. Ook de gepeste leerling moet geholpen worden. Anders wordt hij/zij een konijntje (bang/passief) of juist zelf een pestvogel (pester). Ook de gepeste leerling kan baat hebben bij sociale vaardigheidstraining (kanjertraining) Tijdens de gymles kun je aandacht besteden aan het vergroten van de weerbaarheid en de voordeling van samenspelen en samenwerken.
20. Vergeet de hulp aan de hele klas niet. Lees in de klas een boek over pesten. Maak samen met de leerlingen een pestcontract en laat iedereen het ondertekenen. En bespreek ook of iedereen zich er aan houdt.
21. Elke situatie is weer anders, dus je moet zelf proberen in te schatten wat de ernst van de situatie is. Maar schuif het niet te snel weg, maar leg het 'probleem' eens voor aan een collega of de IB'er. Dan heb je meer steun/zekerheid.