

# 1. Wat is pesten?

## 1.1 Definitie van pesten

Onder pesten op school verstaan wij het volgende: 'Pesten is een systematische, psychologische, fysieke of handeling van geweld door een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer klasgenoten, die (niet langer) in staat is/zijn zichzelf te verdedigen'.

## 1.2 Kenmerken van pesten

Pesten heeft duidelijke kenmerken:

- pesten gebeurt opzettelijk;
- pesten is bedoeld om schade toe te brengen (fysiek, materieel of mentaal);
- bij pesten is er altijd sprake van ongelijke machtsverhoudingen (fysiek of verbaal sterkere personen kiezen minder weerbare personen als slachtoffer);
- pesten gebeurt systematisch;
- pesten houdt niet vanzelf op, maar wordt eerder erger als er niet wordt ingegrepen;
- pesten is van alle tijden en komt in alle groepen en culturen voor. Het is dus een typische menselijke ondeugd die altijd verborgen aanwezig is en steeds weer de kop kan opsteken.

## 1.3 Voorwaarden

Het aanpakken van pesten heeft alleen zin als aan een aantal voorwaarden wordt voldaan:

1. Pesten moet als een *probleem* worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerkrachten, ouders, en medeleerlingen (gepeste kinderen, pesters én de zwijgende middengroep).
2. De school moet het pestprobleem *voorkomen*. Een preventieve aanpak bestaat ondermeer uit de behandeling van het onderwerp met de leerlingen, waarna met hen regels worden vastgesteld.
3. Als pesten desondanks toch optreedt, moeten leerkrachten dat toch kunnen *signaleren* en vervolgens.....
4. *Duidelijk stelling nemen* tegen het pesten.
5. Wanneer pesten, ondanks alle inspanningen, toch weer opsteekt, moet de school beschikken over een *directe aanpak* (zie de vijfsporenaanpak)
6. Is de aanpak niet bevredigend, of heeft de aanpak niet het beoogde resultaat dan is inschakeling van een *vertrouwenspersoon* mogelijk. Deze kan, op verzoek van de ouder(s) van het gepeste kind, een klacht indienen bij de klachtencommissie, die het probleem onderzoekt en het bevoegd gezag adviseert over de te nemen maatregelen.

# 2. De vijfsporenaanpak

## 2.1 De leerkracht

Leerkrachten hebben een sleutelrol in de aanpak van het pesten. Zij zijn de eerst verantwoordelijken voor de aanpak op school. Leerkrachten signaleren pesten en bestrijden het effectief.

## Het signaleren van pesten

Om het pesten tegen te gaan, gaan we eerst na óf en hoe er wordt gepest. Dit doen wij door steeds bedacht te zijn op *signalen* die kunnen wijzen op pestgedrag. Hieronder volgen enkele veel voorkomende pesterijen die pesters met hun slachtoffers uithalen:

- volstrekt doodzwijgen;
- isoleren;
- psychisch en/of fysiek mishandelen;
- een kring vormen of insluiten in de klas, op de gang of op het schoolplein;
- buiten school opwachten;
- structureel slaan of schoppen;
- klopjachten organiseren;
- op weg van en naar school achterna rijden;
- naar het huis van het slachtoffer gaan;
- als slaaf behandelen;
- nooit de echte naam van een klasgenoot gebruiken, maar een bijnaam
- voortdurend zogenaamd leuke opmerkingen maken over een klasgenoot;
- opdrachten geven huiswerk te maken of huiswerk innemen;
- bezittingen afpakken of stukmaken;
- cadeaus eisen of geld afpersen;
- het slachtoffer voortdurend de schuld van iets geven;
- steeds het slachtoffer uitschelden of ertegen gaan schreeuwen;
- opmerkingen maken over kleding of uiterlijk;
- beledigen;
- briefjes doorgeven;
- kettingbrief schrijven;
- e-mails of sms-berichten met een bedreigende of beledigende inhoud versturen;
- beledigende afbeeldingen van het slachtoffer digitaal verspreiden of op het internet plaatsen;
- steeds (mobiel) opbellen.

Deze lijst is helaas niet uitputtend en kan dus nog verder worden uitgebreid, men kan het zo gek niet bedenken of leerlingen hebben het bedacht en gedaan.

## Het pesten aanpakken

Pestgedrag op school wordt niet getolereerd. Wij nemen duidelijk stelling tegen het pestgedrag.

Dit kan op een confronterende en niet-confronterende wijze gebeuren.

De niet-confronterende methode wordt toegepast als er sprake is van onderhuids pesten. Het heeft geen zin dit vermoeden aan de klas te vertellen: de leerlingen zullen het ontkennen of met een eigen interpretatie komen.

Bij deze methode stellen we het onderwerp in het algemeen aan de orde.

Dat kan bijvoorbeeld aan de hand van de volgende onderwerpen:

- oorlog en vrede en het gevoel van winnaars en verliezers;
- de schending van mensenrechten of rechten van kinderen;
- machtsmisbruik in het algemeen;
- kindermishandeling door volwassenen;
- pesten op school in het algemeen waarbij wordt ingegaan op de oorzaken en de gevolgen voor de slachtoffers, de daders, de meelopers en de

zwijgende middengroep. Daarnaast kan de leraar de leerlingen laten voelen wat het is om buitengesloten te worden.

-2-

De confronterende methode wordt toegepast wanneer een leerling merkbaar lichamelijk of geestelijk wordt mishandeld. In de klas wordt het probleem besproken en worden regels afgesproken. Verder wordt hier meteen actie op ondernomen zoals hieronder beschreven.

## 2.2 De pester

Alleen algemene maatregelen op klassikaal niveau lossen het probleem niet op. Ook de pester, het slachtoffer en de zwijgende middengroep hebben hulp nodig. Allereerst hulp aan de pester. Dat de pester hier als eerste genoemd wordt, heeft overigens niets te maken met een gebrek aan aandacht voor het slachtoffer, maar met het stellen van de juiste prioriteiten.

Uit onderzoek blijkt dat pesters fysiek en verbaal vaak sterker zijn dan hun klasgenoten. Ze zien hun slachtoffers als waardeloos, zijn agressief, hebben een gebrek aan zelfbeheersing en een positieve houding ten aanzien van geweld. Verder blijkt dat pesters impopulair zijn bij andere leerlingen (hoewel dat soms niet zo lijkt). Ze gebruiken verschillen (andere kleur haar, andere kleding, een handicap hebben betere of slechtere cijfers, enzovoort) als vals excuus om anderen het leven zuur te maken. In wezen hebben ze zondebokken nodig waarop zij frustraties af kunnen reageren. Ze hebben doorgaans geen idee van wat ze aanrichten en hebben daardoor weinig schuldgevoelens. Het is ijdele hoop om van hen te verwachten dat zij vanzelf wel met het pesten ophouden. Saillant detail: de kans dat pesters later crimineel worden is vier keer zo groot als bij andere leerlingen. Hulp is noodzakelijk! Die hulp kan bestaan uit: een straffend gesprek, een probleem oplossend, een rollenspel, een gesprek met de ouders, een training in sociale vaardigheden en/of schorsing of verwijdering.

Een *straffend gesprek* is kort. De leerkracht vertelt de leerling dat hij de regels heeft overtreden en daarom straf verdient. Bv. door het kind een boek te laten lezen wat het onderwerp behandelt, daar een verslag van te maken en het te bespreken.

Als dit geen resultaat oplevert, is de volgende stap het voeren van *probleemoplossende gesprekken* met de pester om de oorzaak van de pestgedrag bloot te leggen. Dit is nodig om de juiste hulp te kunnen bieden. De leraar kan daarbij voorzichtig de volgende gespreksonderwerpen aanroeren:

- de wijze waarop de ouders aandacht besteden aan hun kind;
- lichamelijke bestraffing door ouders als reactie op wangedrag;
- lichamelijke en/of psychische mishandeling door de ouders;
- het niet corrigeren van agressief gedrag door de ouders;
- zelf eerst gepest zijn;
- bang zijn om zelf het mikpunt te worden als niet een ander de zondebok is;
- zich groot voor willen doen ten opzichte van anderen;
- jaloers zijn op anderen;
- verwend zijn (kind is gewend om altijd zijn zin te krijgen);
- reactie op bepaalde smaak-, geur- en kleurstoffen;
- slecht voorbeeld van ouders, leraren of andere volwassenen;
- blootstelling aan geweld op TV, internet of anderszins.

Is de oorzaak enigszins duidelijk, dan wordt geprobeerd de *gevoeligheid* van de pester voor wat hij met het slachtoffer uithaalt, te vergroten. Dit kan bijvoorbeeld door samen naar beeldmateriaal van gesprekken met gepeste kinderen of hun ouders te kijken. Daarna maken leerkracht en pester

afspraken over gedragsverandering. Aan het einde van elke week komt de naleving van deze afspraken in een kort gesprek aan de orde

-3-

Als dit niet leidt tot verbetering, voeren wij een *gesprek met de ouders* van de pester. Is er sprake van fysieke mishandeling of schade toebrengen aan eigendommen, worden de ouders van de pester **meteen** op de hoogte gesteld.

Als het pestgedrag blijft voortduren is een *sociaal vaardigheidstraining* een optie.

### **2.3 Het gepeste kind**

Uiteraard wordt ook hulp aan het slachtoffer geboden. Kinderen die voortdurend worden gepest, kunnen op twee manieren reageren: ze worden passief of ze gaan uitdagen. Beiden vormen van gedrag zijn 'aangeleerd', in de zin van 'reacties op uitstoting'. En wat is aangeleerd, kan ook weer worden afgeleerd. Net als pesters kunnen ook gepeste kinderen baat hebben bij een *sociaal vaardigheidstraining*. Hiermee kan hun geestelijke en lichamelijke weerbaarheid worden verbeterd.

Dat geldt ook voor sporten als judo en karate. Wij wijzen de ouders op de mogelijkheid om een kind eerst een paar proeflessen te laten volgen. Als blijkt dat het kind er voor open staat, maar het toch wel eng vindt, kan het hiermee wellicht over de drempel worden geholpen.

### **2.4 Hulp aan zwijgende middengroep**

In woord en daad geeft de school het signaal dat pesten niet kan en dus normoverschrijdend gedrag is en dat een ieder stelling moet nemen. Kortom, de school werkt aan een klimaat waarbij leerlingen het voor elkaar opnemen in plaats van de pesters hun gang te laten gaan.

- we stellen het onderwerp "pesten" regelmatig aan de orde
- we geven als team het goede voorbeeld
- er zijn duidelijke gedragsregels
- kinderen worden op de hoogte gesteld van het feit dat zij ons kunnen inschakelen bij pestgedrag en dat het geen klikken is. Ook de omstanders wordt gevraagd pestgedrag te melden.

### **2.5 Hulp aan de ouders**

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

- neem het probleem serieus. Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden;
- praat met het kind om achter de mogelijke oorzaak van het pesten te komen;
- maak het kind gevoelig voor wat het anderen aandoet;
- besteed aandacht aan het kind;
- stimuleer het kind tot het beoefenen van een sport om zijn agressie vreedzaam kwijt te kunnen;
- schakel eventueel deskundige hulp in.

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

- bespreek het probleem met de betrokken leerkracht
- lees samen met het kind literatuur over pesten op school
- beloon het kind en help het zijn zelfrespect terug te krijgen (Laat het kind merken dat het ook sterke kanten of eigenschappen heeft);
- stimuleer het kind tot het beoefenen van een sport, zodat hij of zij in een spel of motorische vaardigheid kan uitblinken.;
- steun het kind in het idee dat er een einde aan komt;

- laat het kind opschrijven wat het heeft meegemaakt (Dit kan best emotionele reacties oproepen. Dat is op zich niet erg, als het kind hiermee maar geholpen wordt om de emoties te verwerken);
- Laat het kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining.

#### **Adviezen van de school aan alle andere ouders:**

- neem het probleem serieus: het kan ieder kind overkomen;
- neem de ouders van het gepeste kind serieus;
- maak het tot een gemeenschappelijk probleem;
- praat met het kind over school, over de relaties in de klas wordt gepest;
- koppel informatie van het kind terug naar de school: wie pest er, wat doen zij en waarom;
- corrigeer het kind als het voortdurend anderen buitensluit of als het meedoet met pesten;
- geef als ouder het goede voorbeeld, wees niet neerbuigend of respectloos ten opzichte van anderen;

#### **Leessuggesties voor ouders:**

- *Pesten bij kinderen* door S. Munro  
Centrale Uitgeverij De Banier B.V., 2000, ISBN: 904470 0871  
Dit boek geeft aan ouders handige tips om pesten te onderkennen, te voorkomen en aan te pakken wanneer het zich voordoet.
- *Pesten, gedaan ermee!* Door Gie Deboutte  
Brussel: BJD - Jeugd & Vrede vzw. 1997, ISBN: 90 7564 0013  
Bestellen via de stichting Vredeseducatie, Utrecht, tel. 030-2394455  
Hoe om te gaan met pesterijen? Tips voor ouders, leraar en begeleiding.
- *Pesten hoort er niet bij* Lucy Buddelmeijer (eindredactie)  
Stichting Jeugdinformatie Nederland, Utrecht, 1995,  
2<sup>e</sup> druk, ISBN; 90 7449 2185. Bestellingen tel. 030-2394455  
Brochure met informatie en advies voor ouders van kinderen van 8 tot 15 jaar.

Een zeer uitgebreid en actueel literatuuroverzicht is te vinden op de website [www.pestten.net](http://www.pestten.net) van de Stichting Europees Expertisecentrum voor Veiligheid.

### **3.Aanpak van het 'nieuwe' pesten**

De laatste jaren heeft het contact via mobiele telefoon, sms, msn, e-mail en chatbox een ware vlucht genomen. Helaas heeft dit echter ook de mogelijkheden om elkaar te pesten aanmerkelijk vergroot.

Regelmatig verschijnen er in de media berichten dat kinderen en jongeren, bijvoorbeeld, aanstootgevende sms- of e-mailberichten ontvangen of dat leerlingen schokkende foto's en bedreigingen naar elkaar verzenden. De relatieve anonimiteit van de nieuwe vormen van de communicatie, werkt de brutaliteit van de pesters in de hand. De kans om opgepakt te worden is immers kleiner dan bij het open en bloot pesten. Een ander kenmerk van het nieuwe pesten is dat het onophoudelijk door kan gaan. Zelfs thuis zijn de slachtoffers niet meer veilig.

Over het veilig omgaan met de nieuwe communicatiemiddelen en wat te doen als er toch via die middelen wordt gepest, heeft de Stichting De Kinderconsument het boek: "*Pandora's mailbox*."

*Gids voor een kinderveilig internet'* geschreven . Ook op de website [ww.besafeonline.org](http://ww.besafeonline.org) van de Vereniging voor Openbaar Onderwijs (VOO) staan veel tips hoe om te gaan met foute e-mails, sms-berichten en pesttelefoontjes. Wij adviseren leerlingen die *per e-mail* worden gepest, nooit te reageren op deze e-mails. Ze kunnen het beste doen alsof ze de mails niet hebben gezien. Eventuele volgende mailberichten van dezelfde afzender kunnen het beste meteen ongeopend worden verwijderd. Wanneer daders geen respons krijgen, gaat voor hen de lol er snel van af. Het is technisch mogelijk e-mails van een bepaalde afzender te blokkeren, zodat ze niet worden ontvangen. Niet elke doorsnee gebruiker is in staat een dergelijke blokkade aan te brengen. Als het nodig is kan een ander e-mailadres worden gekozen, dat vervolgens zeer selectief bekend wordt gemaakt.

Leerlingen die *per mobiele telefoon* worden lastig gevallen, raden wij aan bepaalde nummers te blokkeren. Dit werkt alleen als de persberichten vanaf een telefoon met een nummervermelding worden verzonden, zodat de dader zich bloot geeft. Wanneer hij of zij echter de telefoon van iemand anders gebruikt, is weliswaar de telefoon, maar niet de dader te achterhalen. Er is dan sprake van anonimiteit. Het nummer kan vervolgens wel worden geblokkeerd. Wanneer andere methoden niet helpen kan uiteindelijk alleen de sms-functie worden uitgeschakeld. In het ergste geval moet een nieuw nummer worden aangevraagd, waarbij het te overwegen is om een geheim nummer te nemen.

## **4. Als het toch uit de hand is gelopen**

### **4.1 Vertrouwenspersoon en klachtencommissie**

Als u, ondanks alle inspanningen, niet tevreden bent over de aanpak en het resultaat en als de gesprekken niet meer soepel verlopen, kunt u de vertrouwenspersoon van de school inschakelen om te bemiddelen. Lukt de bemiddeling niet, dan kunt u een klacht indienen. ( zie schoolgids)

### **4.2 Seksuele intimidatie**

Pesten kan zich ook in een seksuele vorm uiten. Het kan dan gaan om verbale beledigingen, bekluren, het lastig vallen met seksueel getinte boodschappen (via e-mail of telefoon) en handtastelijkheden.

Klachten over seksuele intimidatie kunnen bij de vertrouwenspersoon van de school worden gemeld .

De vertrouwenspersoon is er voor de ondersteuning van de klager.

### **4.3 Strafbaar gedrag**

Pesten kan zich uiten in gedragingen die volgens de wet strafbaar zijn.

In dat geval schakelen wij de politie in. De kwestie wordt dan verder door justitie afgehandeld. In bepaalde gevallen is het echter ook mogelijk dat een zaak via een zogenaamde Halt-verwijzing of Stop-reactie wordt afgedaan.