

Pestprotocol

Algemene definitie

Definitie pesten:

Wanneer hetzelfde kind meerdere keren per dag/week door gedragingen van pesters negatief wordt benaderd dan is er sprake van structureel pesten.

Definitie zondebok:

Het zondebokfenomeen is vijandig gedrag tegen een onschuldig en hulpeloos slachtoffer. Daarbij is de eigenlijke bron van frustratie niet altijd aanwezig of kan om welke reden dan ook niet aangevallen worden.

Signalering

De school, de leerkracht, moet alert zijn en reageren op signalen die hij opvangt. Die signalen kunnen zijn:

- reacties van het gepeste kind (huilen, klagen, afzonderen, e.a.)
- reacties van klasgenootjes (gebeurtenissen doorgeven)
- observaties (speelplaats, klas, kleedkamer gymnastiek)
- berichten van eigen ouders (gesprekken, klachten)
- berichten van andere ouders
- verhalen, teksten en tekeningen van kinderen
- lichamelijke signalen (blauwe plekken, bedplassen; hoofdpijn, buikpijn)
- niet meer naar school willen
- niets meer over school vertellen
- geen kinderen mee naar huis nemen; nooit bij anderen worden gevraagd
- achterblijvende of verslechterende schoolresultaten
- slaapproblemen; nachtmerries
- spullen kwijt zijn en/of vaak met kapotte kleren thuiskomen
- bepaalde kleren niet meer aan willen
- thuis of op school vaak prikkelbaar, verdrietig of boos zijn
- andere

Taak van de school

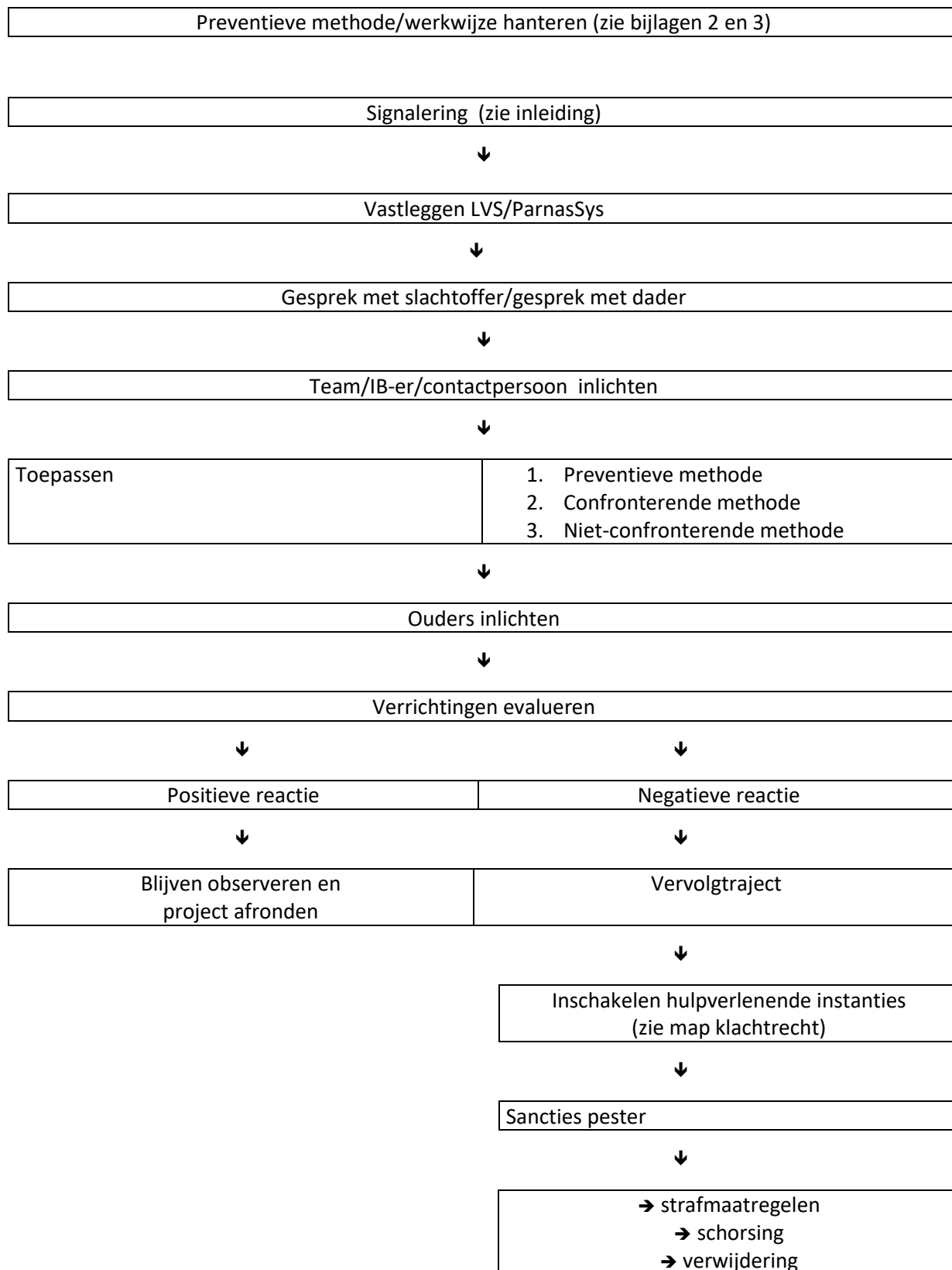
Bij het signaleren en vaststellen van een structurele vorm van pestgedrag en het zondebokfenomeen dient de school indien mogelijk direct en adequaat te reageren.

De school moet trachten het probleem direct te benoemen en naar oplossingen te zoeken. Dit is slechts mogelijk indien de betrokkenen allen leerlingen van de school zijn. (Indien betrokken pesters van elders komen, zal de school ouders moeten en instanties kunnen inlichten.)

De methoden (zie bijlage 2) moeten worden aangewend om de problematiek binnen de groep op te lossen. Als het probleem op korte termijn moeilijk oplosbaar is binnen de school dan moet er externe hulp ingeschakeld worden. In het uiterste geval kan de pester van de school worden verwijderd.

Belangrijk is om de ernst van de situatie te bepalen. Wat is er aan de hand en wie is/zijn er bij betrokken?

Het pestprotocol in schema



Bijlage 1

Algemene achtergrondinformatie

Het fenomeen pesten of de zondebok is een verschijnsel van alle tijden. Het is een groeps- en maatschappelijk verschijnsel dat op velerlei gebied voorkomt. Het is veelal een groepsverschijnsel dat zich kan openbaren in gezinnen, denk aan vormen van kindermishandeling, jeugdkampen, scholen, buitenschoolse activiteiten. Het is een (historisch) maatschappelijk verschijnsel.

Wie worden zondebok

Iedere leerling die op enigerlei wijze de irritatie opwekt van de pesters, of algemener gesteld, afwijkt van de groepsnorm, loopt de kans zondebok te worden. Dus ieder kind dat anders doet of er anders uitziet dan de norm aangeeft is potentieel een kanshebber om de zondebok te worden. Afwijkend van de groepsnorm kan zijn vanwege: andere huidskleur; ander uiterlijk (haar, brildragend, kleding); intelligentie en motivatie; spraak; gewoonten en motoriek; bijzondere hobby (bijv. klassieke muziek mooi vinden); niet goed in sport zijn; androgyn zijn.

Ook een kind dat weerloos is, (geen vrienden, altijd afgezonderd en alleen) of een kind dat eerdere pestervaringen heeft gehad kunnen gewillige slachtoffers worden. Eerdere pestervaringen kunnen ook in huiselijke kring (ongewenst kind; voldoet niet aan de verwachtingen van de ouders; kinderen die lichamelijke, geestelijk of seksueel mishandeld zijn) hun oorzaak vinden.

Naast irritatie kan ook jaloezie een oorzaak zijn dat pestgedrag oproept bij de pesters.

Conclusie: iedereen kan zondebok worden als hij afwijkt van een door de meerderheid vastgestelde norm. Meestal is het de laagste in de sociale rangorde

Oorzaak pestgedrag

De oorzaak van het kiezen en vervolgen van zondebokken ligt in een crisis of verstoord evenwicht binnen of buiten de groep leerlingen. (Voorbeelden hiervan zijn: autoritair gedrag van leerkrachten; een voortdurend gevoel van anonimiteit; onveilig gevoel binnen de groep; een niet evenwichtig samengesteld milieu; competitiegedrag in de groep; voortdurend in een mannelijke of vrouwelijke rol gedrukt worden.) De frustratie die hierdoor ontstaat kan dan worden omgezet in een vorm van agressie (pestgedrag) op een mindere in de groepsrangorde, de zondebok.

Deze frustratie hoeft niet altijd in pestgedrag te ontaarden. Ook actief of passief verzet tegen de school; schoolverzuim en spijbelgedrag; vernielzucht of andere vormen van agressief en ook crimineel gedrag kunnen hieruit voortkomen.

Voor diegenen (de pesters) die niet weten om te gaan met een crisis of een verstoord evenwicht binnen of buiten de groep en dus geen agressief, dan wel pestgedrag vertonen, kunnen er hele andere manieren zijn om hun onvrede te uiten. Dit kan variëren van vage lichamelijke klachten tot anorexia nervosa of psychosomatische klachten (of in het ergste geval suïcide).

Gevolgen pestgedrag

voor de gepeste (de zondebok):

Vaak blijft het verschijnsel van de zondebok verborgen en zal er in de groep/klas niet direct op gereageerd (kunnen) worden. De zondebok zal het niet vertellen, omdat hij denkt dat hij toch niet geloofd wordt; omdat hij bang is voor represaille maatregelen door zijn klasgenoten; uit schaamte omdat hij gepest wordt. Het niet melden aan een vertrouweling binnen de schoolsituatie of thuis kan tot ernstige schade leiden met alle gevolgen van dien:

- geen of onvoldoende gelegenheid krijgen sociale vaardigheden te oefenen
- laag gevoel van eigenwaarde hebben/krijgen
- geen zelfvertrouwen hebben
- faalangst
- zich machteloos en buitengesloten voelen; eenzaamheid
- anderen wantrouwen
- jezelf snel laten overdonderen en/of gebruiken
- altijd op je hoede moeten zijn
- geen leidersrol ambiëren
- moeilijk relaties kunnen aangaan

- zich gediensstig menen te moeten gedragen
- indirecte agressie
- opvallend laag zelfbeeld
- psychische klachten
- suïcide

voor de agressor:

Ook zij zullen zwijgen over hun gedrag. Zij genieten van de macht die zij over een weerloze kunnen uitoefenen en genieten van het spel. De rest van de klas/groep doet mee (of laat het voortbestaan) uit angst zelf slachtoffer te worden. Als het gedrag van de agressor toch openbaar wordt moet de school direct actie ondernemen, daar men anders de agressor en zijn pestgedrag accepteert. En dat is niet tolerabel.

Activiteiten die een agressor uit kan voeren om zijn zondebok te terroriseren zijn:

- iemand buitensluiten, negeren of doodzwijgen
- iemand uitschelden of opmerkingen maken vanwege het anders zijn, bv. kleding, uiterlijk, gedrag
- iemand als slaaf behandelen
- iemand buiten school opwachten, slaan en schoppen
- cadeaus, snoep, geld e.d. eisen of anders bedreigen met geweld o.i.d.
- iemand achterna rijden
- iemand opsluiten in lokaal, toilet e.d.
- over iemand schrijven (briefjes doorgeven; kettingbrief maken)
- iemand opbellen, mailen, chatten, sms'en
- iemand in groepsvorm benaderen en bedreigen

Bijlage 2

Oplossingen en aanpak van de problematiek (zie ook bijlage 3)

Assertiviteitstrainingen voor de zondebok alleen lossen niets op. De pester of agressor zoekt dan een nieuw slachtoffer uit. Ook overplaatsing van de agressor naar een andere groep lost in principe niets op. Nieuwkomers in een klas worden in het algemeen door hun medeleerlingen als antipathiek beschouwd, bezitten doorgaans een lagere status en vervullen dikwijls de rol van zondebok.

Om tot oplossingen te komen worden er de volgende methodieken onderscheiden:

De preventieve methode, de confronterende methode en de niet-confronterende methode.

De preventieve methode

De preventieve methode richt zich op attitudeverandering van zowel leerkrachten als leerlingen, op veranderingen binnen diverse vakgebieden en op activiteiten binnen de leerlingbegeleiding. Er wordt aandacht besteed aan vooroordelen en discriminatie van leerlingen. Hierdoor moet voorkomen worden dat er een zondebok gekozen gaat worden. Een andere preventieve maatregel is om agressie te kanaliseren door sporten en discussiëren, dit ook om schoolfrustraties tegen te gaan of om er op een creatieve manier mee om te gaan.

In de schoolregels moeten uitgangspunten geformuleerd worden waarin wordt aangegeven welke preventieve maatregelen er genomen worden om de psychische en lichamelijke veiligheid te garanderen. Jaarlijks zouden deze schoolregels met de leerlingen doorgesproken moeten worden. Een optie is om de oudere leerlingen een exemplaar van de schoolregels te verstrekken. Leerlingen laten meebeslissen over de inhoud van de schoolregels zou er toe kunnen leiden dat de regels beter nageleefd en geaccepteerd worden. Een bijkomend positief verschijnsel is dat leerlingen ervaring krijgen met besluitvorming.

Uit onderzoek naar ouderschap blijkt dat kinderen eerder volwassenen navolgen, hun waarden en normen overnemen, gevoelens van eigenwaarde ontwikkelen indien de volwassenen hen betrekken bij het nemen van beslissingen.

Ook strafmaatregelen bij het overtreden van de schoolregels zou in samenspraak met de kinderen opgesteld kunnen worden. Kinderen hebben veel beter in de gaten welke straffen werkelijk effectief werken.

De volgende preventieve maatregel is om de groep vanaf de eerste dag te begeleiden, zodat de machtsstrijd in goede banen geleid kan worden.

Verdere preventieve maatregelen kunnen zijn:

- voldoende toezicht op schoolplein e.d. plannen
- het schoolplein aantrekkelijk inrichten
- het invoeren van lesprogramma's gericht op zelfvertrouwen en weerbaarheid
- dagelijks evalueren binnen klassenverband
- het organiseren van collectieve activiteiten die de saamhorigheid en het gemeenschapsgevoel bevorderen
- kinderen die nieuw in de groep komen speciale aandacht schenken
- kinderen met gedragsproblemen coachen
- kinderen die sociaal onhandig opereren gedragstraining geven of laten volgen
- collega's coachen in informeren, bijv. i.v.m. toezicht speelplaats

De huidige maatschappij maakt ook stressgevoelige kinderen; zij staan ook onder druk en hebben het niet altijd gemakkelijk. De kinderen geven signalen als het niet goed met hen gaat, zoals: actief of passief verzet tegen school; schoolverzuim/spijbelen; vernielzucht; agressief gedrag; crimineel gedrag. Maar ook faalangst of concentratiestoornissen en het uitkiezen van een klasgenoot tot zondebok.

De school heeft een belangrijke taak bij de bestrijding van het zondebokfenomeen. Ook als het actieve pestgedrag buiten het gezichtsveld van de school plaatsvindt heeft de school ongevraagd de opdracht iets met de signalen te doen. Het referentiekader van de school houdt niet op bij de schoolpoort.

De volgende opdrachten kunnen worden gebruikt bij het uitvoeren van één de oplossingsmethoden:

Lessencyclus (Bijv. Hemel en Aarde, Hellig Hart, Bomja)

Tekenopdrachten

Stelopdrachten

Groepsgesprekken

Rollenspel

Spelactiviteiten

Confronterende methode (zie bijlage 3)

Bij deze methode worden de kinderen geconfronteerd met hun gedrag. De leerkracht kan hierin stelling nemen en aangeven dat dergelijk gedrag hem ook kwetst. De confronterende methode is een soort lessencyclus waarin de problematiek van pestgedrag en de zondebok met al haar facetten besproken wordt. Onderwerpen die zeker besproken moeten worden zijn;

- wat gebeurt er eigenlijk; wat is er aan de hand?
- hoe voelt de zondebok zich (emotionaliteit verwoorden/tekenen)?
- wat zijn de oplossingsmethoden?

De niet-confronterende methode (zie bijlage 3)

Wanneer een leerkracht vermoedt dat er sprake is van het zondebokfenomeen heeft de confronterende methode weinig zin. Vanuit de groep zal er voornamelijk ontkenning plaatsvinden. Bij de niet-confronterende methode gaat men uit van een algemeen probleem om van daaruit te komen tot het zondebokprobleem. Vanuit een thema wordt de aandacht verlegd naar de eigenlijke problematiek, de gebeurtenis in de groep. De leerkracht heeft hierin een duidelijke sturende rol. aandachtspunten tijdens de lessen zijn:

- gevoelens pester en zondebok
- oplossingen
- rechtvaardigheid gedrag pester

Zie voor meer informatie:

B. van der Meer, *De zondebok in de klas*, Berkhout BV, Nijmegen

(ISBN 90 6310 009 4)

Bijlage 3

Maatregelen op school-, groeps- en individueel niveau

Activiteiten om pestproblemen tegen te gaan, kunnen op drie niveaus plaatsvinden: schoolniveau, groepsniveau en individueel niveau.

Activiteiten op schoolniveau:

- onderzoek instellen
- projectgroep van leerkrachten samenstellen
- plan van aanpak maken
- werkgroep ouders
- ouderbijeenkomst plannen

Werkwijze:

Middels een eenvoudige vragenlijst (zie einde bijlage 3) kan worden vastgesteld of de situatie verontrustend is en er direct schoolbreed actie ondernomen moet worden. Een projectgroep van leerkrachten kan de resultaten van de vragenlijst vergelijken. Als de situatie inderdaad verontrustend is kan naar mogelijke oorzaken worden gezocht en op basis daarvan kan er een plan van aanpak gemaakt worden. Zo'n plan van aanpak kan uit de volgende onderdelen bestaan:

- Maatregelen gericht op het aanscherpen en/of strikt handhaven van de reeds bestaande omgangsregels op school. In iedere groep hangt een lijst waarop omgangsregels staan vermeld. Er wordt afgesproken dat een ieder zich aan de regels houdt en dat men elkaar er op aan spreekt.
- Het organiseren van een anti-pest-week (themagesprekken; dagtrofee voor het meest sociale gedrag; rollenspellen; voorlezen over het thema) met vervolgafspraken de weken daarna (zie preventieve methode).
- Het instellen van een werkgroep met ouders met wie een ouderbijeenkomst over pesten op school wordt voorbereid.
- Jaarlijks uitvoeren van een onderzoekje (bijv. sociogram of enquête) waarmee pesters en (potentiële) zondebokken kunnen worden opgespoord.
- Afspraken over het uitwisselen van gegevens tussen leerkrachten over groepsdynamische aspecten.

Activiteiten op groepsniveau

Als pesten in hoofdzaak binnen een groep plaatsvindt, kunnen onder meer de volgende maatregelen effect sorteren:

- elk signaal dat op pesten kan duiden serieus nemen en aandacht geven
- kinderen straffen die zich aan pesten schuldig maken of die dat laten gebeuren (passieve pestkoppen)
- kinderen belonen die zich tegen pestkoppen te weer stellen
- de positie van zondebokken versterken door hen meer aandacht in de klas te geven: extra beurten, taken en verantwoordelijkheden.
- het invoeren van een klassenberaad om voorstellen te bespreken en daarvoor alternatieven te bedenken.
- het doen van huisbezoek aan ouders/verzorgers van pesters en zondebokken om hen deelgenoot te maken van de situatie en te overleggen wat er aan te doen is; soms is het mogelijk om ouders van beide partijen bij elkaar te brengen
- het uitvoeren van een project waarin eerst in algemene zin wordt ingegaan op ruzie, conflicten en intimidatie in de samenleving; daarna geleidelijk de klassensituatie centraal stellen (niet confronterende methode)
- in het geval er extreem veel gepest wordt, kan er een ouderavond over pesten worden georganiseerd, waarin:
 - o de leerkracht feitelijk maar anoniem de situatie beschrijft aan de hand van concrete voorvallen

- de intern begeleider of extern deskundige (RIAGG; SBD) de ouders informeert over vormen, oorzaken en gevolgen van pesten
- alle aanwezigen met elkaar overleggen hoe ouders en leerkracht gezamenlijk het pesten zouden kunnen tegen gaan
- afspraken gemaakt worden over de te volgen strategie en aanpak, zowel thuis als op school en over de wijze waarop ouders verder op de hoogte gehouden zullen worden

Activiteiten op individueel niveau

Soms is het voldoende om op individueel niveau maatregelen te nemen:

- het voeren van enkele gesprekken met de pester en zondebok
- iedere betrokken partij laten opschrijven wat er gebeurde en dat van commentaar voorzien
- het inschakelen van “neutrale” kinderen die door hun status in de groep invloed op de pester kunnen uitoefenen of die de zondebok kunnen beschermen
- het voeren van overleg met de betrokken ouders/verzorgers

Vragenlijst om de ernst van de situatie vast te stellen

Om zicht te krijgen in het pestprobleem is het mogelijk een eenvoudige test af te nemen. Op die manier ontstaat een beeld wie mogelijk zondebokken en wie de pesters zijn.

a. Hoe vaak hebben kinderen jou dit jaar gepest?

1. Ik ben dit jaar niet gepest.
2. Ik ben dit jaar maar één keer gepest.
3. Ik word elke week wel een keer gepest.
4. Ik word bijna elke dag wel gepest.

b. Hoe vaak heb je zelf meegedaan aan pesten van andere kinderen op school?

1. Ik heb dit jaar niemand gepest.
2. Ik heb dit jaar maar een paar keer gepest.
3. Ik pest elke week wel een keer.
4. Ik pest bijna iedere dag wel een kind.

Alle antwoorden zullen niet honderd procent betrouwbaar zijn. Kinderen die aangeven dat ze wel eens worden gepest of zelf wel eens pesten, zullen de ernst van de situatie afzwakken. Daarnaast zijn de antwoorden afhankelijk van het feit of kinderen zich veilig voelen op school.

De uitslag van deze test zegt niets over de ernst van de situatie; het geeft alleen aan of er gepest wordt. Aanvullende gesprekje met betrokken kinderen leveren meer informatie op.

Een andere manier om de status of positie van een kind na te gaan is door het maken van een sociogram. Kinderen die niet of nauwelijks worden benoemd kunnen (potentiële) zondebokken zijn.

September '22

Versie 22.09