

## **PROTOCOL PESTEN**

**Pesten is geen spelletje!!  
Dat moet iedereen weten  
Wanneer je ooit gepest bent  
Zul je dat nooit meer vergeten**

**Altijd blijft het aan je knagen  
Al is er niemand die het ziet  
In jezelf blijft er een plekje  
Steeds vol woede en verdriet**

**Telkens weer word je herinnerd  
Aan wat je toen is aangedaan  
Wanneer je weer niet mee mocht doen  
Je er alleen voor kwam te staan.**

**En al is het jaren later  
En lijkt het lang achter de rug  
Aan die jaren in je leven  
Denk je liever nooit meer terug**

## **Doel en relevantie protocol**

Wat is het doel van dit protocol?

Dit protocol tegen pesten beoogt via samenwerking het probleem van het pestgedrag bij leerlingen aan te pakken en daarmee het geluk, het welzijn en de toekomstverwachting van leerlingen daadwerkelijk te verbeteren. Wij vinden namelijk dat alle kinderen zich veilig moeten voelen op school, om als basis te dienen voor een optimale ontwikkeling. Naast het aanpakken van het probleem rondom pestgedrag willen we ook eventuele pestgedrag voorkomen. Daarom bespreken we in dit protocol onze preventieve maatregelen, regels en afspraken rondom dit thema. Hiermee willen we duidelijkheid, afstemming en eenduidigheid creëren als er onverhoopt pestsituaties voorkomen. Zo kunnen we in samenwerking met leerkrachten, ouders en kinderen op één lijn staan en kunnen we elkaar aanspreken op de gemaakte afspraken. Binnen dit kader beschrijven we onze doelstelling in het kort als volgt:

‘Het op een adequate wijze reageren op pestgedrag naar de pester, de gepeste, de zwijgende middengroep, ouders en de school’.

Onze uitgangspunten bij het pestprotocol:

- Alle kinderen horen zich in hun basisschoolperiode veilig te voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen.
- Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen, stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan.
- Door gedragsverwachtingen en afspraken zichtbaar te maken, kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze gedragsverwachtingen.

Kortom, wij zien pesten als iets dat het veiligheidsgevoel aantast; voor alle leerlingen, leerkrachten en ouders en alle andere betrokkenen bij de school. Wij willen met dit pestprotocol laten zien dat we pestgedrag willen erkennen, herkennen en dat we actie ondernemen ter voorkoming van pestgedrag.

### **Preventie: *Voorkomen is beter dan genezen***

Op basisschool de Berensprong leren we de leerlingen gedragsverwachtingen aan volgens de methodiek van School Wide Positive Behaviour Support. Wekelijks geven wij in de sociale kring een les, waarin gedragsverwachtingen in een bepaalde ruimte of onderwijssituatie, vanuit onze waarden respect, verantwoordelijkheid en veiligheid, worden aangeleerd dan wel herhaald. Op deze manier willen wij een positief schoolklimaat creëren. Op onze school leren we de pestpreventie regel: STOP – LOOP – PRAAT (zie bijlage 3)

Naast het aanleren en herhalen van gedragsverwachtingen worden de volgende maatregelen genomen en werkwijzen gehanteerd:

- De sociaal-emotionele ontwikkeling van leerlingen wordt bijgehouden d.m.v. Viseon
- Twee keer per jaar wordt een sociogram ingevuld → zie toetskalender
- In de eerste weken van het schooljaar, de zogenaamde gouden weken, wordt er extra veel tijd vrijgemaakt voor groepsbevorderende activiteiten.
- Tijdens de week tegen pesten wordt er preventief aandacht geschonken aan pesten

- Bevorderen van samenwerken binnen de groep
- Inzet van prentenboeken (bij kleuters)

- Op vrijdag wordt er een sociale kring gehouden. Tijdens deze kring worden gedragsverwachtingen aangeleerd en geoefend, worden complimenten uitgedeeld, worden situaties besproken en middels rollenspellen geoefend hoe bepaalde situaties opgelost kunnen worden.
- Voeren van kringgesprekken over allerlei actuele onderwerpen.
- Iedere groep stelt samen met de leerlingen positief geformuleerde klassenregels op.
- Positief gedrag wordt beloond. Hierbij streven wij naar een verhouding van 4 : 1 (4 complimenten tegenover 1 berisping). Deze regels hangen op in de klas en worden aangeleerd, regelmatig besproken en herhaald.
- Pesten moet worden gemeld en is geen klikken. Vanaf groep 1 wordt dit besproken met de leerlingen.
- Drie maal per jaar zijn er groepsbesprekingen met de interne begeleider, waarin eventueel pestgedrag besproken wordt en acties worden opgezet.
- Er is binnen de school een anti-pestcoördinator (Wendy Simons) aanwezig.
- Alle leerkrachten zijn op de hoogte van het anti-pestprotocol en de stappen die genomen dienen te worden, wanneer er sprake is van pestgedrag.

### **Pesten of plagen?**

*De begrippen plagen en pesten worden regelmatig door elkaar gebruikt. Toch bestaat er een duidelijk verschil.*

*Plagen is onschuldig, onbezonnen en gebeurt vaak spontaan en incidenteel. Er is geen sprake van een slachtoffer en pester; beide partijen zijn even sterk/gelijkwaardig. Plagen gaat vaak gepaard met humor. Plagen gebeurt over en weer en vergroot de sociale weerbaarheid van kinderen. Kinderen leren spelenderwijs hun eigen grenzen kennen en die van een ander (her)kennen. Dit draagt bij aan hun sociaal-emotionele ontwikkeling. Plagen kwetst de ander (meestal) niet en de ander plaagt terug, omdat er geen machtsverschil bestaat. De rollen wisselen continu (plagen-geplaagd worden). Wel moeten leerkrachten en ouders erop bedacht zijn dat kinderen met een laag zelfbeeld/weinig zelfvertrouwen en (ex-) pestslachtoffers plagen kunnen opvatten als pesten.*

*Bij pesten ligt dit anders. Dan is er sprake van machtsongelijkheid en wordt de pester winnaar en het gepeste kind verliezer, het zondebok-effect. Pesten is het systematisch misbruiken van persoonlijke macht en/of kracht om anderen die zich niet of moeilijk kunnen verweren pijn te doen, te intimideren of bang te maken met de bedoeling er zelf beter van te worden. Pesten kan variëren van steeds terugkerende, kleine pesterijen tot echte bedreigingen en lichamelijk geweld.*

*Pesten kent vele vormen zoals:*

- *Verbaal: Voortdurend plagen, kleineren, uitschelden, uitlachen, roddelen. Lichamelijk: Knijpen, laten struikelen, duwen, vechten.*
- *Gebaren: Dreigende gezichtsuitdrukkingen of gebaren.*
- *Afpersing: Eisen dat geld, de middagboterham of schoolwerk wordt afgegeven.*
- *Buitensluiten: Niet mee mogen doen, bij activiteiten steeds worden buitengesloten.*
- *Geniepigheiden: Tas afpakken en dingen laten verdwijnen.*
- *Telefonisch of mailen: pesterijen via de telefoon of internet (cyberpesten)*

## Feiten over pesten

### Algemeen

- 1 op de 5 leerlingen wordt gepest
- De jongere en fysiek zwakkere leerlingen worden het meest gepest
- In lagere klassen wordt meer fysiek geweld gebruikt
- Pesten gebeurt het meest door oudere leerlingen

### Jongens en meisjes

- De trend is dat jongens meer gepest worden dan meisjes
- Meisjes krijgen meer te maken met subtiele vormen van pesten
- Het zijn grotendeels jongens die verantwoordelijk zijn voor het pesten van meisjes
- Meer jongens dan meisjes vertonen pestgedrag
- Jongens zijn vaker slachtoffer van openlijk pesten

### Waar wordt het meest gepest?

- De school is zonder twijfel de plek waar het meest gepest wordt
- Pesten komt niet hoofdzakelijk voor in grote steden
- De omvang van de klas is een te verwaarlozen factor als het gaat om de frequentie of de mate van pesten
- Hoe kleiner het aantal leerkrachten dat toezicht houdt tijdens de pauzes, hoe meer er gepest wordt
- De houding van de leerkrachten tegenover pesten en hun gedrag in peestsituaties, is van groot belang voor de grootte van de pestproblemen op school en in de klas

### Na vele jaren?

- Leerlingen die in een bepaalde periode gepest worden, worden een aantal jaren later vaak nog steeds gepest
- Leerlingen die agressief zijn naar hun medeleerlingen in een bepaalde periode, zijn vaak velen jaren later nog steeds agressief
- Een pester of een slachtoffer is iemand voor een langere tijd, meestal voor meerdere jaren
- Het feit dat iemand pester is of slachtoffer valt niet te verklaren door slechte socio-economische omstandigheden van de familie

### Waarom pester of slachtoffer?

- Het gedrag van de agressieve jongens is niet te verklaren door slechte cijfers of falen op school
- Slachtoffers van pesten hebben niet meer fysieke bijzonderheden dan andere leerlingen
- Fysieke bijzonderheden zijn niet de oorzaak van het pesten
- Fysieke kracht verhoogt de populariteit van een jongen en verlaagt daarmee de kans op gepest worden

## De vijf-sporen aanpak bij pesten

De Vijfsporenaanpak is een manier om in scholen en andere instellingen waar kinderen samenkomen het pesten aan te pakken. Deze aanpak richt zich op alle betrokkenen: het gepeste kind, de pesters, de ouders/verzorgers, de klas- of groepsleden en de school. De Vijfsporenaanpak is bedacht en uitgewerkt door Bob van der Meer, die al sinds de jaren tachtig aandacht vraagt voor pesten.



**Spoor 1:** Het gepeste kind steunen

Dat wil zeggen:

- # luisteren naar wat er gebeurd is
- # het probleem van het kind serieus nemen
- # met het kind overleggen over mogelijke oplossingen
- # samen met het kind werken aan die oplossingen
- # eventueel deskundige hulp van buiten inschakelen (bijvoorbeeld een weerbaarheidstraining of sociale vaardigheidstraining)
- # zorgen voor vervolggesprekken.

**Spoor 2:** De pester steunen

Dat wil zeggen:

- # met het kind bespreken wat pesten voor een ander betekent
- # het kind helpen zijn relaties met andere kinderen te verbeteren
- # zorgen dat het kind zich veilig voelt en uitleggen wat jij als pedagogisch medewerker (of leerkracht) daaraan gaat doen
- # grenzen stellen en die consequent handhaven
- # het kind helpen zich aan regels en afspraken te houden
- # zorgen voor vervolggesprekken.

**Spoor 3:** De ouders van het gepeste kind en de ouders van de pester steunen

Dat wil zeggen:

- # ouders die zich zorgen maken serieus nemen
- # ouders informeren over pestsituaties, over pesten en over manieren om pesten aan te pakken en te voorkomen
- # met ouders overleggen over manieren om pestsituaties aan te pakken
- # zo nodig ouders doorverwijzen naar deskundige hulp.

**Spoor 4:** De andere kinderen betrekken bij de oplossing van het pesten

Dat wil zeggen:

- # met de kinderen in de groep praten over het pesten en hun eigen rol daarin
- # met de andere kinderen overleggen over mogelijke manieren van aanpak en oplossing en hun rol daarin
- # samen met de kinderen werken aan oplossingen waaraan ze zelf actief bijdragen.

**Spoor 5:** Als instelling de verantwoordelijkheid nemen

Dat wil zeggen:

- # de instelling neemt nadrukkelijk stelling tegen pesten en ontwikkelt een duidelijk beleid
- # de instelling zorgt dat alle medewerkers voldoende bekend zijn met pesten in het algemeen en in staat zijn het pesten in de eigen groep te herkennen en aan te passen.

**Kenmerken, oorzaken, signalen, gevolgen en begeleiding.**

Als we het over pesten hebben, kan dit worden uitgesplitst in drie niveaus, te weten slachtoffer, pesters en omstanders. Het is belangrijk voor leerkrachten en ouders/verzorgers op de hoogte te zijn wat de kenmerken, oorzaken, signalen en gevolgen zijn van pestgedrag op alle drie de niveaus, zodat pestgedrag tijdig kan worden gesignaleerd en kan worden aangepakt.

## **Groep 1: De pestende leerling**

Kenmerken pester:

- \* Dominante persoonlijkheid, staat graag in het middelpunt van de belangstelling. Behoeft om te overheersen.
- \* Impulsief gedrag, snel gefrustreerd
- \* Overziet gevolgen van het eigen gedrag niet of nauwelijks. Schat zijn eigen gedrag positiever in. \*
- \* Legt de schuld buiten zichzelf
- \* Grens opzoekend/overschrijdend gedrag. Moeite met het opvolgen van regels.
- \* Vijandigheid naar de omgeving
- \* Weinig invoelingsvermogen. In het bijzonder gericht op eigen "ik".
- \* Staat (vrij) positief ten aanzien van het gebruiken van geweld.
- \* Niet bijzonder populair

Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn:

- \* Problematische thuissituatie
- \* Voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen)
- \* Voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt
- \* Voortdurend met elkaar in competitie gaan
- \* Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt
- \* Onzekerheid

Signalen pester:

- \* Verdraagt nauwelijks kritiek en kan moeilijk grenzen aanvaarden die zijn opgelegd
- \* Wordt snel boos, is ongeduldig (wil eigen wensen ingewilligd zien)
- \* Heeft moeite zich te uiten en emoties te bespreken
- \* Vertoont agressief gedrag
- \* Wil baas spelen en "zijn vrienden" zijn meelopers
- \* Scheldt uit via social media
- \* Wil wachtwoorden niet bekend maken bij ouders. Ouders mogen niet meekijken wanneer zij aan de computer/telefoon zitten

Gevolgen pesters:

- \* Ontwikkelen van onaangepaste gedragspatronen (op langere termijn).
- \* Moeite om zich aan te passen.
- \* Ze zijn sneller, hyperactiviteit en gespannen
- \* Lopen vaak slaapproblemen op
- \* Hebben vaker last van psychische aandoeningen dan andere kinderen.
- \* Kunnen niet onderhandelen en ongedwongen
- \* Pesters leren nooit op een sociale manier met problemen om te gaan
- \* Gebrekkig sociale functioneren staat hun op latere leeftijd in de weg met andere activiteiten
- \* Pesters raken vaak op oudere leeftijd in contact met justitie, verslaving en gevangenis.
- \* Meer kans op crimineel gedrag
- \* Externaliserende problemen, zoals agressie
- \* Vaker depressief dan normale kinderen



Begeleiding pesters:

- \* Praten; zoeken naar de reden van het ruzie maken/pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen)
- \* (h)erkenning van pestgedrag
- \* Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste leerling
- \* Excuses aan laten bieden
- \* Pesten is verboden in en om de school: wij houden ons aan de gedragsverwachtingen; er volgen consequenties voor de leerling die pest en een compliment wanneer de leerling zich aan de afspraken houdt.
- \* Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen; stop-denk-na-houding of een andere manier van gedrag aanleren
- \* Contact tussen ouders en school: elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind.
- \* Zoeken van een sport of club waar het kind kan ervaren dat contact met andere kinderen leuk kan zijn.
- \* Inschakelen professionele hulp: sociale vaardigheidstrainingen, jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD

### **Groep 2: De gepeste leerling (Slachtoffer)**

Sommige kinderen lopen meer kans om slachtoffer van pesten te worden dan anderen. Vaak zijn ze gevoeliger en rustiger dan andere kinderen. De kans bestaat dat hun reactie op het pesten onbedoeld de pester beloont. Bijvoorbeeld doordat ze van streek raken, gaan huilen, of juist boos worden. In ernstigere gevallen kan het zelfs zijn dat slachtoffers spullen/geld aan de pester geven uit angst. Hierdoor krijgen de pesters het gevoel van macht en raken zij eraan gewend dat ze hun zin krijgen en blijven ze doorgaan met pesten. Veel kinderen vertellen aan niemand dat ze gepest worden.

**Kenmerken gepeste leerling (slachtoffer):**

**Passief slachtoffer:**

- > Zenuwachtig en onzeker
- > Bedachtzaam en gevoelig
- > Stil en eenzaam
- > Als ze aangevallen worden, gaan ze huilen of trekken zich terug
- > Negatief zelfbeeld en lichamelijk zwakker
- > Positieve relatie met ouders

**Provocerend slachtoffer:**

- > Combinatie van zenuwachtig en agressief reactiepatroon
- > Concentratieproblemen en soms hyperactief
- > Veroorzaken irritatie en spanning
- > Provocerend en driftig gedrag

Signalen slachtoffer:

*Primaire signalen:*

- > Hebben ruzies waarbij ze de neiging hebben om zich terug te trekken
- > Hun bezittingen worden afgenomen of liggen overal verspreid
- > Hebben kneuzingen, verwondingen of kapot gescheurde kleren
- > Komen thuis uit school met kapotte kleren en beschadigde boeken
- > Hebben kneuzingen, verwondingen of kapot gescheurde kleren

### *Secundaire signalen:*

- > Onzeker in sociale contacten, teruggetrokken, weinig vriendschappen
- > Verlegen gedrag naar andere kinderen
- > Moeite hebben om zichzelf te uiten
- > Negatief zelfbeeld of zichzelf kleineren
- > Missen sociale vaardigheden
- > Durven niet goed voor zichzelf op te komen, weinig assertief
- > Zijn vaak alleen en buitengesloten tijdens pauzes en overblijven
- > Van streek lijken, angstig of verdrietig zijn.
- > Worden als laatste gekozen bij team-spelletjes
- > Blijven dicht bij de onderwijzer staan tijdens pauzes en overblijven
- > Lijken gestrest, ongelukkig en depressief
- > Reageren niet op gepaste manier op druk van buitenaf. Geneigd zich onderdanig op te stellen/huilen
- > Voelen niet goed aan welke normen en regels er binnen een groep gelden
- > Schoolprestaties gaan langzaam achteruit
- > Krijgen regelmatig (negatieve) berichtjes op social media (die niet van vrienden zijn)

### *Secundaire signalen, thuis*

- > Nemen geen klasgenootjes mee naar huis
- > Hebben misschien niet één goede vriend om de vrije tijd mee door te brengen
- > Worden niet uitgenodigd voor feestjes
- > Zijn bang om naar school te gaan
- > Kiezen een onlogische route naar en van school
- > Slapen onrustig met slechte dromen
- > Vragen of stelen geld van de familie
- > Vermijdingsgedrag, bv weigeren om naar school of sportclub te gaan.

### *Secundaire signalen, provocerende slachtoffers*

- > Kunnen zeer temperamentvol zijn
- > Proberen terug te vechten als ze worden aangevallen of beledigd, maar meestal niet erg effectief
- > Kunnen hyperactief en rusteloos zijn
- > Kunnen ongeconcentreerd zijn
- > Kunnen zich verdedigend gedragen en creëren spanning
- > Zijn onhandig en kinderlijk en kunnen irritante gewoontes hebben
- > Kunnen niet aardig gevonden worden door volwassenen (inclusief de leerkracht)
- > Kunnen zelf proberen om nog zwakkere kinderen te pesten

### *Gevolgen slachtoffers:*

Sommige kinderen lopen meer kans om slachtoffer van pesten te worden dan andere. Vaak zijn ze gevoeliger, omzichtiger en rustiger dan andere kinderen. De kans bestaat dat hun reactie op het pesten onbedoeld de pestkop beloont, bijvoorbeeld doordat ze van streek raken, gaan huilen, toegeven of geen weerstand bieden en hun geld of boterhammen aan de pestkop afgeven. Hierdoor raken pestkoppes eraan gewend dat ze hun zin krijgen en blijven ze doorgaan met andere kinderen pesten.

*De psychische gevolgen kunnen zijn:*

- Emotioneel zijn.
- Depressief zijn.
- Vermoeidheid.
- Allerlei angsten zoals ook pleinvrees hebben.
- Perfectionisme: je moet alles goed doen zodat niemand je uit kan lachen.
- Terugtrekken in een fantasiewereld.
- Jezelf pijn doen (automutilatie). Vaak in de vorm van snijden in je lichaam. Dit om andere (innerlijke) pijn maar niet te hoeven voelen.
- Suïdegedachten (en helaas ook de uitvoering hiervan).
- Psychiatrische ziekten (DSM IV) zoals, persoonlijkheidsstoornissen, manisch depressief, (dwang)neuroses, psychoses en fobieën.

*De sociale gevolgen kunnen zijn:*

- Weinig vrienden (gevolg van het opgelopen tekort aan sociale vaardigheden en de vaak blijvende angst om nieuwe contacten aan te gaan).
- Moeite met het aangaan en het behouden van een relatie.
- Moeite met intimiteit en seksualiteit. Dit heeft alles te maken met het aangeven van grenzen en met wie je werkelijk bent.
- Moeite met opleiding/werk. Juist in een nieuwe groep mensen bang zijn. Bang om te falen, bang om weer het slachtoffer te worden. Het omgaan met feedback kan moeilijk zijn.
- Later ook moeilijkheden in de relatie met de eigen kinderen (er alles aan doen opdat zij niet gepest worden, met alle gevolgen van dien).
- Angst voor groepen blijft vaak bestaan.

*De lichamelijke gevolgen kunnen zijn:*

- Fysieke klachten, psychosomatisch.
- Slechte lichaamshouding. Je loopt en beweegt zoals je je van binnen voelt.
- Eetstoornissen zoals anorexia en boulimia.
- Automutilatie zoals hierboven beschreven.
- Slecht voor jezelf zorgen omdat jezelf niets waard vindt.

*Begeleiding van de gepeste leerling:*

- Medeleven tonen en luisteren en vragen: hoe en door wie wordt hij/zij gepest?
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert
- Huilen of boos worden is vaak de reactie die de pester wil uitlokken. De leerling leren hoe deze anders kan reageren bv door stop-loop-praat (SWPBS)
- Zoeken en oefenen van een reactie
- Nagaan welke oplossing de leerling zelf wil
- Sterke kanten van de leerling benadrukken
- Belonen wanneer het de leerling lukt anders te reageren
- Aparte gesprekken met de ouders van beide partijen
- De gepeste leerling niet overbeschermen door bijvoorbeeld naar school te brengen. Hierdoor wordt hij/zij in een uitzonderingspositie geplaatst.
- Inschakelen professionele hulp: sociale vaardigheidstrainingen, jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD

### *Groep 3: De andere leerlingen van de groep*

De omstanders kunnen ook weer in drie groepen verdeeld worden, namelijk meelopers, verdedigers en buitenstaanders.

#### *Kenmerken meelopers:*

- ◇ Pesten actief mee, maar beginnen niet met pesten
- ◇ Zijn vaak bang om zelf slachtoffer van pesten te worden
- ◇ Ze kunnen ook het stoere gedrag interessant vinden en denken daardoor populair in de groep te worden
- ◇ Versterken het succes van de pestende kinderen door op een afstandje toe te kijken en te lachen om wat er gebeurt

#### *Kenmerken verdedigers:*

- ◇ Komen af en toe op voor het slachtoffer
- ◇ Zijn meestal populair in de groep en worden aardig gevonden
- ◇ Hebben invloed in de klas
- ◇ Kunnen helpen het pesten te stoppen

#### *Kenmerken buitenstaanders:*

- ◇ Pesten niet, maar doen ook niets om het pesten te stoppen
- ◇ Merken vaak niet dat er gepest wordt of willen het niet weten
- ◇ Durven vaak niets tegen het pesten te doen, omdat ze bang zijn zelf het slachtoffer te worden

#### *Begeleiding van de andere leerlingen in de groep*

- ◇ De leerlingen middels gesprekken bewust maken van de invloed die ze (kunnen) hebben ten aanzien van het voortbestaan of het stoppen van pestgedrag
- ◇ De leerlingen stimuleren om voor zichzelf op te komen
- ◇ De leerlingen stimuleren om voor een ander op te komen
- ◇ De sterke kenmerken van de gepeste leerling benoemen
- ◇ Samen spelen en werken met de gepeste leerling stimuleren
- ◇ Leerlingen aanspreken op hun verantwoordelijkheid voor het behoud van een goede sfeer in de groep
- ◇ Herhalen van school-groepsafspraken
- ◇ Benadrukken dat andere leerlingen verschillend mogen zijn

### **Hoe wordt pesten aangepakt op basisschool de Berensprong?**

Aanpak van ruzies en pestgedrag in vijf stappen:

Als de leerkracht het vermoeden heeft dat er sprake is van onderhuids pesten dan zal in zo'n geval altijd een algemeen probleem aan de orde worden gesteld om langs die weg bij het probleem in de klas te komen.

De leerkracht ziet dat een leerling wordt gepest (of de gepeste of medeleerlingen komen het bij hem melden). Dan zal de leerkracht de 5 stappen, die hieronder beschreven zijn, doorlopen.

#### STAP 1:

De leerlingen proberen er eerst samen uit te komen.

#### STAP 2:

Op het moment dat een van de leerlingen er niet uitkomt ( in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) heeft deze het recht en de plicht het probleem aan de meester of juf voor te leggen (zie bijlage, route 1)

#### STAP 3:

De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. **Zie bijlage gespreksvoering**  
Bij herhaling van pesterijen / ruzies tussen dezelfde leerlingen worden de ouders op de hoogte gebracht en de anti-pestcoördinator wordt ingelicht. Er worden afspraken gemaakt en het anti-pestcontract wordt ondertekend. Na twee weken volgt nog een gesprek (zie route 1).

#### STAP 4:

Wanneer na twee weken het pestgedrag nog steeds aanhoudt wordt de intern begeleider en directie ingelicht. De anti-pestcoördinator neemt contact op met de ouders van de pester en de gepeste leerling.

De anti-pestcoördinator houdt samen met de groepsleerkracht een gesprek met de pester. Er worden sancties opgelegd (zie verderop in dit hoofdstuk).

De groepsleerkracht bespreekt het pestgedrag met de hele groep, zodat de leerlingen zich bewust worden van hun rol in de groep.

(Zie verder route 2 in de bijlage).

#### STAP 5:

Wanneer het pestgedrag na het volgen van de vorige stappen nog niet gestopt is, wordt door de directeur contact gezocht met de ouders van de pester en de gepeste leerling. Er volgt een gesprek en sancties worden opgelegd. Indien nodig wordt externe hulp ingeschakeld. In extreme gevallen kan een leerling uiteindelijk geschorst of verwijderd worden.

(zie bijlage, route 3)

Sancties (voor de pester) vanaf route 2:

1. Een of meerdere pauzes binnen blijven.
2. Nablijven tot alle kinderen naar huis vertrokken zijn.
3. Een schriftelijke opdracht zoals een stelopdracht over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem.
4. Een gesprek waarin de pester bewust wordt gemaakt van de gevolgen voor het slachtoffer van het pestgedrag en mogelijke gevolgen voor hem zelf.
5. Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komen aan het einde van iedere week (voor een periode) in een kort gesprek aan de orde.

De rol van de anti-pestcoördinator

De anti-pest coördinator van onze school is Wendy Simons. Haar taken zijn:

- Aanspreekpunt voor leerkrachten wanneer pestgedrag gesignaleerd wordt.
- Leerkracht ondersteunen bij de aanpak van het pesten.
- Coördineren van het anti-pestbeleid.
- Actief werken aan een veilig schoolklimaat
- Collega's informeren d.m.v. teambijeenkomsten of studiedagen.
- Leerlingen, leerkrachten en ouders begeleiden.
- Beleidsadviseur
- Houdt zich op de hoogte van de laatste ontwikkelingen.

Externe hulp voor betrokkenen

Ouders, leerlingen, leerkrachten en alle anderen die bij een peestsituatie betrokken zijn, kunnen externe hulp vragen bij verschillende instanties. Enkele instanties en hun contactgegevens zijn:

GGD Limburg-Noord

Jeugdgezondheidszorg van de GGD Limburg-Noord richt zich op alle 4 tot 19 jarigen en hun ouders en/of verzorgers. Er is een nauwe samenwerking met de zorg van Jeugdgezondheidszorg 0-4 jaar van de Zorggroep. Samen bewaken, bevorderen en beschermen ze de gezonde groei en ontwikkeling van kinderen, lichamelijk én geestelijk.

Contact:

GGD Limburg-noord

Postbus 1150

5900 BD Venlo

T 099-1191200

E [info.ggd@vrln.nl](mailto:info.ggd@vrln.nl)

VOF Weerbaarheid

VOF De Vlinder is een bedrijf dat sinds 2005 trainingen verzorgt op het gebied van weerbaarheid.

Contact

Beneden Boukoul 16

6071 AJ Boukoul

Marleen Heynen; 0475-319642

Lindy Beurskens; 0475-503913

email: [devlinder.swalmen@home.nl](mailto:devlinder.swalmen@home.nl)



## Bijlage 1: Routes bij pestgedrag

### Route 1

Elke leerkracht is alert op signalen en neemt elke melding serieus.

Een incident op het schoolplein wordt altijd doorgegeven aan de groepsleerkracht



De groepsleerkracht heeft een gesprek met de gepeste leerling en de pester(s).

De leerkracht maakt hier een korte notitie van in het leerlingenjournal.



Na dit gesprek is de  
pestsituatie  
Opgelost. Het ging om een  
pestincident.



De pestsituatie is niet opgelost.  
De leerkracht brengt de ouders van de gepeste leerling en  
de pester op de hoogte d.m.v. een telefoontje.  
De leerkracht heeft overleg met de anti-pestcoördinator.



De leerkracht heeft een gesprek met beide partijen. Dit gesprek wordt vastgelegd in het  
leerlingenjournal van beide leerlingen.

Er worden afspraken gemaakt in een anti-pestcontract. De leerkracht bewaard dit in de groep en  
de anti-pestcoördinator krijgt een kopie hiervan.



De leerkracht houdt na twee weken een gesprek met beide partijen.

Dit gesprek wordt vastgelegd in het leerlingenjournal van beide leerlingen.



Het pesten in over

Het pesten is niet over → Volg route 2



## Route 2

De leerkracht licht de anti-pestcoördinator en de interne begeleider in.

Er wordt contact gezocht met de ouders van de pester en de gepeste leerling door de anti-pestcoördinator of de interne begeleider.



De groepsleerkracht en de anti-pestcoördinator houden een gesprek met de pester. Er worden sancties opgelegd. Deze sancties worden gemeld in het leerlingenjournaal. De ouders worden op de hoogte gebracht van de sancties door de groepsleerkracht



De anti-pestcoördinator geeft advies aan de leerkracht en begeleid indien nodig de pester en de gepeste leerling.



De groepsleerkracht informeert de rest van de groep over de ontstane peestsituatie in de groep en geeft uitleg over de verschillende rollen bij pestgedrag (zie handleiding gesprelvoering). De leerkracht kan hierbij advies krijgen/ondersteund worden door de anti-pestcoördinator.



Na twee weken volgt er een evaluatiegesprek met de pester, de gepeste leerling en de anti-pestcoördinator en/of interne begeleider. Dit gesprek wordt vastgelegd in het leerlingenjournaal en in de klapper van de anti-pestcoördinator.



Na dit gesprek is de peestsituatie opgelost. De ouders van alle betrokken partijen worden ingelicht. De groepsleerkracht en anti-pestcoördinator blijven de betrokken leerlingen volgen.



Het pesten is niet over.  
Volg route 3 van het pestprotocol.



### Route 3

De leerkracht licht de anti-pestcoördinator in. Deze licht de directie in. De directie neemt contact op met de ouders van de pester en de gepeste leerling.



De directie, anti-pestcoördinator en de groepsleerkracht houden een gesprek met de pester (zie handleiding gespreksvoering).

Er wordt plan van aanpak gemaakt en er worden sancties opgelegd. Dit plan wordt vastgelegd in de klapper van de anti-pestcoördinator en een verwijzing in het leerlingjournaal gemaakt.



Er wordt externe deskundige hulp ingeschakeld (ambulante begeleiding, psycholoog).

Er wordt een plan van aanpak gemaakt door externe hulpinstantie.



De groepsleerkracht, anti-pestcoördinator en directie hebben om de 4 weken een evaluatiegesprek met de externe deskundigen. Deze verslagen worden vastgelegd.



Het pestgedrag is over.

De ouders worden ingelicht.

Alle betrokkenen blijven de pester en gepeste leerling volgen en de groepsleerkracht/anti-pestcoördinator houdt periodiek een gesprek.



Het pestgedrag is na 3 sessie van 4 weken nog niet over



De inspectie wordt op de hoogte gebracht en het protocol van schorsing en/of verwijdering wordt in gang gezet. De ouders worden hiervan op de hoogte gesteld door de directie.

## **Bijlage 2: handreiking gespreksvoering**

Onderstaande gesprekstechnieken zijn voorbeelden die aansluiten bij de Vijfsporenaanpak.

Voorwaarden voor een gesprek zijn:

- Er moet voldoende tijd zijn voor een gesprek
- Er moet een ruimte zijn waar ongestoord gepraat kan worden
- Het kind moet voor het gesprek begint, weten wat het doel is.
- Het gesprek moet vertrouwelijk zijn
- Soms vinden kinderen het prettig om te praten en tegelijk wat te doen (bv tekenen, klas opruimen)

### ***Spoor 1: Hulp aan het gepeste kind (slachtoffer).***

*Doel:* Nagaan wat er aan de hand is. De leerling de kans geven om het hart te luchten. Samen kijken of er een oplossing is voor het probleem.

*Werkwijze:* De leerling vrij laten vertellen, gerichte open vragen stellen.

#### *Het gesprek*

- Maak aan het begin van het gesprek duidelijk waarom je dit gesprek wilt voeren (bijv. ik wil eens met je praten . Ik maak mij zorgen over...Het lijkt mij voor jou heel vervelend dat...)
- Wanneer de leerling niet wil praten, respecteer dit dan en beëindig het gesprek. Vertel dat de leerling altijd bij je terecht kan als hij wel wil praten.
- Luister tijdens dit gesprek zoveel mogelijk naar de leerling en probeer middels het stellen van open vragen een zo duidelijk mogelijk beeld over de situatie te krijgen.
- Bedenk en bespreek samen wat de volgende stap zal zijn en maak hier afspraken over.
- Zorg dat de leerling zich veilig voelt en leg uit wat je gaat doen.
- Geef de leerling het gevoel dat je naast hem staat.

#### *Bemiddelingsgesprek*

Er is een conflict waar de leerlingen zelf niet uitkomen. Beide kinderen hebben persoonlijke emoties overgehouden aan eerdere incidenten. De volwassene bemiddelt zonder daarbij partij te kiezen door naar beide partijen te luisteren en zich in te leven in beide partijen.

*Doel:* Nadat er individuele gesprekken hebben plaatsgevonden met de pester en het gepeste kind, kan één van de bedachte oplossingen een bemiddelingsgesprek zijn. De volwassene probeert een dialoog mogelijk te maken tussen de twee partijen.

*Werkwijze:* Voorafgaand aan het gesprek is een duidelijk beeld gevormd van de situatie en beleving van de leerlingen. In wisselwerking met beide leerlingen wordt een probleemstelling geformuleerd en samen gezocht naar een oplossing.

#### *Het gesprek:*

- Doel van het gesprek weergeven
- Actief luisteren naar beide partijen zonder oordelen
- Inleven in de gevoelens van beide leerlingen
- Laat de leerlingen zelf met elkaar praten waar je bij zit. Laat heb hierbij hun gevoelens verwoorden en wat ze van de situatie vinden. Vraag daarna wat de leerlingen graag zouden willen (de oplossing).
- Zorg ervoor dat de leerlingen elkaar laten uitspreken en elkaar aankijken.
- Vraag om samen na te denken over een oplossing waar ze allebei achter staan (wat zou je eraan kunnen doen? Wie heeft er een idee?)
- Laat de leerlingen samen een oplossing kiezen en vraag beiden afzonderlijk of ze zich kunnen vinden in de oplossing.
- Maak concrete afspraken.
- Maak met alle betrokkenen een vervolgspraak na uiterlijk 2 weken om te kijken hoe de gekozen oplossing werkt.

### **Spoor 2: Hulp aan de pester**

**Doel:** De leerling de kans geven om zijn verhaal te vertellen en samen te zoeken naar een oplossing. Of Duidelijk maken welk probleem je hebt met het gedrag van de leerling. Duidelijk maken wat pesten voor de ander betekent.

#### *Het gesprek*

- > Het doel van het gesprek weergeven.
- > Informeer het kind welk gedrag als hinderlijk ervaren wordt. Gebruik hierbij ik-boodschappen zonder oordelen. Zorg dat de leerling niet afgewezen wordt, maar dat alleen het gedrag afgekeurd wordt.
- > Benoem de gevolgen van het pestgedrag voor de ander en voor de sfeer in de groep.
- > Vertel wat de afspraken zijn en geef hierbij duidelijk de grenzen aan.
- > Wanneer het gedrag voortkomt uit een onderliggend probleem biedt dan hulp aan.
- > Zoek samen naar mogelijke oplossingen en goede voornemens en maak hier afspraken over.
- > Vraag welke hulp de leerling nodig heeft van jou.
- > Maak een afspraak samen met de gepeste leerling
- > Maak een vervolgspraak na uiterlijk twee weken om te kijken hoe de situatie is.

### **Spoor 3: Hulp bieden aan ouders**

**Doel:** Informeren van de ouders van beide partijen over de ontstane situatie, de aanpak van pesten (informatie uit het pestprotocol) en het voorkomen van pesten. Samen met de ouders zoeken naar oplossingen. Eventueel doorverwijzen naar deskundige hulp.

#### *Het gesprek:*

- Doel van het gesprek weergeven
- Toon begrip: geef ruimte om te vertellen en erken de emoties. Toon interesse door vragen te stellen. Toon waardering voor hun inzet.
- Benoem de deskundigheid van de ouders
- Maak aanspraak op de verantwoordelijkheid van de ouders. Vraag wat zij zelf denken te kunnen doen. Wat zien zij als hun rol?
- Vraag naar de verwachtingen die de ouders van school heeft en vertel wat de verwachtingen van school zijn.
- Maak duidelijke afspraken.
- Wees bereikbaar: Informeer regelmatig hoe het gaat en zorg dat het contact laagdrempelig blijft.

### **Spoor 4: Mobiliseren van de zwijgende middengroep**

#### *Klassengesprek:*

**Doel:** Mobiliseren van de zwijgende middengroep.

#### *Het gesprek*

Bij een klassengesprek over pesten staat veiligheid voorop. Bespreek met het gepeste kind dat er een klassengesprek gaat plaatsvinden. Overleg met het kind of het anoniem wil blijven of dat de situatie besproken mag worden.

Benoem eerst dat pesten een belangrijk onderwerp is waar je het met de klas over wil hebben. Check daarna of u de klas erop kunt vertrouwen dat ze het gesprek serieus aangaan zonder te oordelen of te lachen.

#### *Anoniem:*

- Neem de pester(s) en het slachtoffer in bescherming door geen namen te noemen of concrete incidenten te bespreken in dit gesprek.
- Gebruik fictieve peestsituaties waarin je de klas laat nadenken over mogelijke oplossingen.

#### *Niet anoniem:*

- Praat met de leerlingen over de peestsituatie in de klas en hun eigen rol bij het pesten.
- Bespreek aanpakken en oplossingen (deze zijn al eerder besproken met de pester en het gepeste kind)

- Overleg hoe de leerlingen actief kunnen bijdragen aan de oplossingen.

### **Bijlage 3: SWPBS pestpreventie: STOP-LOOP-PRAAT**

Binnen SWPBS bestaat een lessenserie als pestpreventie. In pestpreventie SWPBS wordt pestgedrag vergeleken met een brandende kaars. Net als een brandende kaars zuurstof nodig heeft, heeft pestgedrag aandacht nodig om aan te houden. De pestpreventielessen sluiten aan bij het groene gedeelte van de SWPBS piramide. Bij deze preventie pestaanpak wordt aan alle leerlingen aangeleerd op welke wijze de aandacht van pestgedrag weggehaald kan worden, door een driestappenreactie: Het gebruik van een stopsignaal, weglopen en praten met een volwassene. Deze interventie wordt niet alleen aangeleerd, maar ook geoefend d.m.v. rollenspellen en bekrachtigd.

De STOP-LOOP-PRAAT routine:

Bij STOP wordt een binnen het team en met de leerlingen afgesproken handgebaar gebruikt en stevig STOP gezegd. Tijdens de lessen leren en oefenen de leerlingen hoe ze dit kunnen doen (stevig staan en een duidelijk stop zeggen).

Wanneer dit niet het gewenste effect heeft en de andere leerling gaat door, komen we bij de tweede stap LOOP.

Daarbij is het vooral de bedoeling om de aandacht bij het pestgedrag weg te halen. De leerling kijkt de ander zelfverzekerd (stevig staan, kin naar voren, borst iets vooruit) aan en loopt weg.

Mocht blijken dat het pesten niet stopt, dan is de derde reactie PRAAT van toepassing. De leerling gaat dan naar een volwassene en vraagt om hulp voor het oplossen van het probleem.

Medeleerlingen hebben ook een verantwoordelijkheid als toeschouwer. Ook de toeschouwer kan de leerling steunen door STOP te roepen en door met de gepeste leerling samen uit de situatie te lopen en mee te gaan naar de leerkracht. De toeschouwer, de omstander heeft een steunende rol die in dit proces erg belangrijk is.

## **Bijlage 4: Adviezen voor ouders**

Ouders van gepeste kinderen:

1. Raak niet in paniek, elk kind loopt wel eens de kans om gepest te worden
2. Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
3. Pesten op school kunt u het best zo snel mogelijk met de leerkracht bespreken.
4. Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
5. Doorpositieve stimulering en schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden.
6. Stimuleer uw kind om een sport te beoefenen.

Ouders van pesters:

1. Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
2. Neem het probleem van uw kind serieus.
3. Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
4. Praat met uw kind over de gevolgen voor de ander.
5. Besteed extra aandacht aan uw kind.
6. Corrigeer ongewenst gedrag en benoem en complimenteer het goede gedrag van uw kind.
7. Maak uw kind duidelijk dat u achter de regels en afspraken van de school staat.
8. Stimuleer uw kind om een sport te beoefenen.

Aan alle ouders:

1. Ga respectvol met elkaar om en neem elkaar serieus.
2. Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
3. Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem en complimenteer het goede gedrag.
4. Geef zelf het goede voorbeeld.
5. Leer uw kind voor anderen op te komen.
6. Leer uw kind voor zichzelf op te komen.