

o.b.s. 't Swarte Meer

Zwartemeer

Locatieleider: Richard Jeurissen



Anti-pestprotocol

Inhoudsopgave:

Inleiding pagina 2-3

Verschil plagen – pesten pagina 4

Kenmerken pester / gepeste pagina 5

Signalen die wijzen op pestgedrag pagina 6

Het voorkomen van pestgedrag pagina 7

Aanpak van ruzies en pestgedrag in 4 stappen pagina 8

Algemene spelregels / omgangsregels pagina 9

Bijlage 1: handreiking gesprekken pagina 10-13

Bijlage 2: online pesten pagina 14-16

De pedagogische functie

De opvoeding van kinderen is in de eerste plaats de taak van de ouders / verzorgers. Zij verzorgen hun kind(eren), bieden geborgenheid en stimuleren in de groei naar volwassenheid. In de omgang komt de opvoeding tot uitdrukking in het pedagogisch handelen: de ouders beïnvloeden hun kind(eren) bewust én gericht met het doel bij te dragen aan de ontwikkeling. Eigen ervaringen en levensbeschouwing spelen daarin een grote rol: waarden en normen die men belangrijk vindt, wil men ook overdragen aan de kinderen.

Een gedeelte van de opvoeding wordt mede vormgegeven door het onderwijs. Ieder kind is hierbij uniek en ieder kind is een sociaal wezen. Wij hechten er belang aan dat kinderen zich ontwikkelen tot mondige, vrije en verantwoordelijke mensen.

We vinden het daarom belangrijk dat zelfstandigheid bevorderd wordt, dat kinderen leren samenwerken en verantwoordelijkheid leren dragen. Voorwaarde hierbij is dat kinderen zich veilig en geborgen voelen op school.

De leerkracht is naast begeleider van het leerproces ook pedagoog. We streven daarom naar een goede, wederzijdse relatie tussen de leerkracht en het kind. We willen steeds oog hebben voor wat leeft bij het kind, voor zijn of haar mogelijkheden en beperkingen en spelen hierop in. Wanneer een juist pedagogisch klimaat geschapen is, komt een kind toe aan het leren van attitudes die het kind helpen respectvol te leren leven met zichzelf en anderen.

We streven derhalve naar een pedagogisch klimaat met de volgende kenmerken:

- veiligheid en geborgenheid als basis
- aandacht voor het individu van het kind
- leren samenwerken
- leren zelfstandig te zijn
- duidelijke eisen met betrekking tot de omgang van leerlingen met elkaar en met volwassenen
- leren verantwoordelijkheid te nemen en te dragen
- positieve, hoge verwachtingen tonen als leerkracht

Binnen de school doen zich buitengewoon veel situaties voor, waarin kinderen zich heel kwetsbaar opstellen binnen de groep, of bijvoorbeeld bij het spelen op het plein. Situaties, die gemakkelijk kunnen leiden tot gevoelens van ontevredenheid, jaloezie en je achtergesteld of

o.b.s. 't Swarte Meer

zelfs genegeerd voelen. Dergelijke situaties leiden gemakkelijk tot pestgedrag. Er wordt een slachtoffer gezocht en gevonden. Er worden nog wat meelopers geronseld en de basis voor een langdurige peestsituatie, met alle negatieve gevolgen van dien, is gelegd.

Pestgedrag is een niet te ontkennen fenomeen, dat zich de laatste jaren steeds meer voordoet bij zowel kinderen als bij volwassenen.

Pestgedrag in en rondom onze school belemmert niet alleen de voortgang van het onderwijsleerproces, doordat veel tijd aan de oplossing van dergelijk gedrag moet worden besteed, maar doet ook absoluut inbreuk op onze visie, dat wij in onze school een veilige en kindvriendelijke onderwijsleeromgeving nastreven.

En hoe kunnen kinderen, die hun onzekerheid en frustraties door middel van pestgedrag uiten, en tot een vast gedragspatroon maken, later als volwassenen op een respectvolle manier met andere mensen in de maatschappij omgaan?

Met behulp van dit anti-pestprotocol willen wij het pestgedrag binnen onze school niet alleen aanpakken nadat een peestsituatie is gesignaleerd, maar ook pestgedrag voorkomen door dit gedrag met al zijn aspecten, gevolgen en de erbij horende rollen van pester, meeloper, gepeste en zwijgende meerderheid bespreekbaar te maken.

In dit protocol is een duidelijk plan van aanpak beschreven voor situaties waarin pestgedrag wordt gesignaleerd. In de bijlage zijn algemene omgangsregels en handreikingen voor gesprekken opgenomen. Bij de aanpak van gesignaleerd pestgedrag worden ook de ouders intensief betrokken, omdat pestgedrag zich niet alleen beperkt tot de school en omdat oorzaken van pestgedrag zeker niet alleen binnen de school, maar vaak ook buiten de school liggen.

Dit anti-pestprotocol is een middel om de volgende doelstellingen te bereiken:

- De leerkrachten kunnen het pestgedrag signaleren en onderkennen.
- Het anti-pestprotocol vormt een plan van aanpak ten aanzien van:
 - Het voorkomen van pestgedrag
 - Het tijdig signaleren van pestgedrag
 - Het remediëren/bespreekbaar maken en aanpakken van pestgedrag
 - De samenwerking tussen ouders en school om pestgedrag te voorkomen en om te buigen

Met dit anti-pestprotocol verwachten wij als leerkrachten van onze school, samen met de leerlingen en ouders een positieve en effectieve bijdrage te kunnen leveren aan het voorkomen en bestrijden van pestgedrag.

Wat verstaan wij onder pesten?

Het verschijnsel pesten is een zondebokfenomeen, dat inhoudt, dat leden van een groep om een bepaalde reden een soortgenoot mishandelen, zowel lichamelijk als geestelijk.

Pesten kent duidelijk andere kenmerken dan plagen. Uit een plaagsituatie kan echter heel gemakkelijk een pestsituatie voortvloeien.

Een duidelijk overzicht van de kenmerken van PLAGEN en PESTEN en de gevolgen van dit gedrag vormen een basis voor het signaleren van pestgedrag:

<p>Pesten en plagen, waar zit het verschil?</p> <p>PLAGEN</p> <ul style="list-style-type: none">• Is onschuldig, en gebeurt onbezonnen en spontaan. Gaat soms gepaard met humor.• Is van korte duur of gebeurt slechts tijdelijk.• Speelt zich af tussen 'gelijken'• Is meestal te verdragen of zelfs leuk maar kan ook kwetsend of agressief zijn.• Meestal één tegen één.• Wie geplaagd wordt, ligt niet vast. De tegenpartijen wisselen keer op keer. <p>GEVOLGEN</p> <ul style="list-style-type: none">• Op het moment dat het gebeurt is het niet leuk, maar de pijn gaat snel over.• De vroegere relaties worden vlug weer hersteld. De ruzie of het conflict wordt spoedig bijgelegd.• Men blijft opgenomen in de groep.• De groep lijdt er niet echt onder.	<p>PESTEN</p> <ul style="list-style-type: none">• Gebeurt berekenend (men weet meestal vooraf wie, hoe en wanneer men gaat pesten). Men wil bewust iemand kwetsen of kleineren.• Is duurzaam: het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig (stopt niet vanzelf en na korte tijd).• Ongelijke strijd. De onmachtsgedvoelens van de gepeste staan tegenover de machtsgedvoelens van de pester.• De pester heeft geen positieve bedoelingen en wil pijn doen, vernielen of kwetsen.• Meestal een groep (pester en meelopers) tegenover één geïsoleerd slachtoffer.• Er bestaat een neiging tot een vaste structuur. De pesters zijn meestal diezelfde, net zoals de slachtoffers (mogelijk wisselend door omstandigheden).• Slachtoffer zit vaak in neerwaartse spiraal, waardoor pesters zich op hem richten. <p>GEVOLGEN</p> <ul style="list-style-type: none">• Indien niet tijdig wordt ingegrepen, kunnen de gevolgen (zowel lichamelijk als psychisch) heel pijnlijk en ingewikkeld zijn en ook lang naslepen.• Het is niet gemakkelijk om tot betere relaties te komen. Het herstel verloopt heel moeizaam.• Isolement en grote eenzaamheid bij het gekwetste kind. Aan de basisbehoefte om 'bij de groep te horen' wordt niet voldaan.• De groep lijdt onder een dreigend en onveilig klimaat. Iedereen is angstig en men vertrouwt elkaar niet. Er is daardoor weinig openheid, spontaniteit en contact met elkaar. Er zijn weinig of geen echte vrienden binnen de groep.
--	---

Kenmerken van de pester

Alhoewel wij niet zomaar iemand een etiket van 'pester' kunnen opplakken op basis van een of meer van de volgende kenmerken en kinderen natuurlijk onderling verschillen, is toch in de praktijksituatie gebleken, dat bij kinderen die pesten, vaak een of meer van de volgende kenmerken opvallen:

- Staat vrij positief tegenover geweld, agressie, en het gebruik van stoere taal.
- Imiteert graag agressief gedrag.
- Is vlugger agressief, gebruikt meer geweld.
- Lijkt assertief: zegt spontaan wat hij denkt of voelt. Komt uit voor zijn mening.
- Is vrij impulsief.
- Heeft de neiging anderen te domineren om controle te houden, maar is misschien minder zeker dan het lijkt.
- Wil het middelpunt zijn en is vlug jaloers.
- Is meestal fysiek sterker of omringd door sterke vrienden die zijn gezag respecteren.
- Heeft moeite met regels, grenzen, en eigen of door anderen opgelegde regels, met andere woorden: is altijd grensverleggend bezig.
- Schat situaties verkeerd in.
- Schat de gevolgen van zijn gedrag verkeerd in.
- Heeft het moeilijk met stress of spanning, die van buitenaf wordt opgelegd (proefwerken, agressie van ouders, etc.).
- Er is vaak sprake van negatieve faalangst.
- Hoe onveiliger hij zich voelt, hoe groter de behoefte aan een zondebok.
- Is niet noodzakelijk dommer of slimmer dan de rest.
- Geniet respect uit angst en niet uit waardering, m.a.w. kinderen volgen hem meer uit angst zelf het slachtoffer te worden dan uit vriendschap.
- Heeft een zwak inlevingsvermogen, is vooral met zichzelf bezig en houdt geen rekening met anderen.

Kenmerken van de gepeste

Alhoewel wij niet zomaar iemand een etiket van 'gepeste' kunnen opplakken op basis van een of meer van de volgende kenmerken, en kinderen natuurlijk onderling verschillen, is toch in de praktijksituatie gebleken, dat bij kinderen die gepest worden, vaak een of meer van de volgende kenmerken opvallen:

- Houdt niet van geweld en agressief of onbeschoft taalgebruik.
- Weet niet hoe hij met agressie van anderen om moet gaan.
- Is meestal fysiek zwakker.
- Is eerder in zichzelf gekeerd.
- Is geneigd zich onderdanig of gediensstig te gedragen.
- Is onzeker in zijn sociale contacten.
- Durft niet op te komen voor zichzelf.
- Heeft vaak een lage dunk van zichzelf en gelooft uiteindelijk, dat hij het verdient om gepest te worden.
- Voelt zich vaker eenzaam dan andere kinderen.
- Voelt niet goed aan, welke regels of normen er binnen de groep gelden.
- Reageert niet op de gepaste manier op druk: Begint te huilen, of gedraagt zich slaafs, gaat klikken of vleien, probeert zich vrij te kopen met snoep of geld, probeert de pesters na te bootsen, maar faalt daarin.

Signalen, die wijzen op pestgedrag

Vaak kunnen door middel van een goede observatie al bepaalde signalen van pestgedrag worden opgevangen. Door het goed observeren van kinderen in de verschillende onderwijsleersituaties en spelsituaties kunnen peestsituaties al in een vroeg stadium worden gesignaleerd en kan op gepaste wijze worden ingegrepen. Dergelijke signalen kunnen ook voor ouders een indicatie zijn.

Signalen bij de gepeste:

- Het kind heeft blauwe plekken, of schrammen, gescheurde kleren, beschadigde boeken, en 'verliest' sportkleren en eigendommen. Let zeker op, als het kind normaliter niet slordig is. Ook als het niet weet hoe de signalen er gekomen zijn, of excuses zoekt, is er vaak meer aan de hand.
- Het kind maakt zich het liefst onzichtbaar. Zelfs zonder zichtbare aanleiding gedraagt het zich als een geslagen hondje. Het is vaak verdrietig of neerslachtig, of heeft onverwachte stemmingswisselingen met driftbuien.
- In sommige gevallen is het onhandelbaar, agressief en overspannen.
- Het kind staat dikwijls alleen op de speelplaats, of speelt met jongere leerlingen; er komen geen vriendjes thuis om te spelen en het wordt ook niet uitgenodigd om te komen spelen, of te komen op feestjes en logeerpartijen.
- Het kind zoekt het veilige gezelschap van de leerkracht.
- Als er groepjes worden gekozen, wordt het kind als laatste gekozen of het blijft over.
- De schoolresultaten worden opeens veel slechter.
- Het kind is vaak afwezig, letterlijk of figuurlijk. Het vlucht weg in de fantasie en zorgt ervoor dat het zo nipt mogelijk op tijd op school komt en is meteen na de bel weer weg.
- Op zondagavond of voor het kind naar een club moet, is het bijzonder gestrest en zoekt redenen om niet naar school of naar de club te moeten.

Signalen bij de pester:

- Zijn vriendjes zijn volgzame meelopers, die wachten op instructies van de pester.
- Het kind vindt het moeilijk om samen te spelen of samen te werken, omdat het altijd de baas wil zijn.
- Het kind verdraagt geen kritiek en wordt boos als zijn positieve beeld van zichzelf ter discussie wordt gesteld, al is het ook maar door een grapje.
- Zijn vriendjes zijn gelijkgezinden. Ze spreken vaak negatief of kleinerend over bepaalde kinderen. Wie niet bij de groep hoort, is een zwakkeling of zelfs een vijand. Ze kiezen agressieve idolen uit sport, muziek of film.
- De pester is regelmatig brutaal.
- De pester kan zich moeilijk inleven in de gevoelens van anderen en heeft weinig of geen schuldgevoelens.
- Het kind kan moeilijk grenzen aanvaarden die door anderen worden opgelegd en verdraagt geen kritiek.
- Je krijgt de indruk, dat het kind een dubbelleven leidt: thuis of tegenover de leraar is het volgzzaam en braaf, maar je hoort klachten over het kind in onbewaakte momenten.

Het voorkomen van pestgedrag

Ter voorkoming van pestgedrag hanteren wij in onze school de volgende maatregelen / werkwijze:

In alle groepen hebben wij structureel aandacht voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van onze kinderen. Op basis van ons leerlingvolgsysteem 'SCOL' worden groepsplannen en/of individuele handelingsplannen opgesteld. Inhoudelijk maken wij hierbij gerichte keuzes vanuit ons bronnenboek waarin coöperatieve werkvormen en groepsvorming en interactie centraal staan. In alle groepen zijn duidelijke groepsregels opgesteld en gehanteerd. Onze schoolregels hangen op een zichtbare plaats. Regelmatig wordt in gesprekken met de groep aandacht besteed aan deze regels.

Positief gedrag van leerlingen wordt gecompimenteerd.

Voor school en tijdens de pauzes surveilleren leerkrachten op de speelplaats. Zij zien er op toe dat kinderen tijdens hun spel de gedragsregels en afspraken naleven. In situaties waarin dit niet gebeurt, worden kinderen aangesproken op hun gedrag en kan dit consequenties hebben.

Aanpak van de ruzies en pestgedrag in 4 stappen

Als leerlingen ruzie hebben en / of elkaar pesten gaan we als volgt te werk:

stap1:

Probeer eerst zelf (en samen) tot een oplossing 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.

stap 3:

De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderend gesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. Het probleem wordt besproken in de groep om de zwijgende meerderheid in te schakelen. Deze kinderen kunnen stelling nemen tegen de pester en de gepeste ondersteunen. Bij herhaling van pesterijen / ruzies tussen leerlingen volgen sancties en worden ouders hiervan op de hoogte gebracht door de groepsleerkracht :

- Een of meerdere pauzes binnen blijven met een duidelijke opdracht
- Nablijven met strafwerk
- Een schriftelijke opdracht zoals een stelopdracht over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem
- Afspraken maken met de leerling(en) over gedragsverandering. De naleving van deze afspraken komen aan het einde van iedere week in een kort gesprek aan de orde

stap 4:

Bij het signaleren van pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest. Er volgen gesprekken met de ouders, van beide partijen afzonderlijk, waarin hen nadrukkelijk wordt gevraagd mee te werken aan het oplossen van het probleem. Een verslag (beschrijving van situatie en gemaakte afspraken) hiervan wordt vastgelegd in onze zorgnotities. De situatie wordt ook besproken binnen het team.

Bij aanhoudend pestgedrag kan externe hulp worden ingeschakeld. In deze situatie vinden ook vervolggesprekken met ouders plaats. Hierdoor kan de verwachting bij ouders ontstaan dat een oplossing mogelijk is voor dit complexe probleem. Naast het bespreken van de te ondernemen interventies met de betrokken ouders is het belangrijk ook afspraken te maken over de beoogde resultaten. Door te monitoren en te evalueren wordt ook helder wanneer de school in handelingsverlegenheid is en er een einde komt aan de reëel te ondernemen interventies. Zorgvuldige en duidelijke communicatie met betrokken partijen en verslaglegging zijn van groot belang.

o.b.s. 't Swarte Meer

Algemene Spelregels:

• Een belangrijke spelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken. Vanaf groep 1 brengen we de kinderen dit al bij:

- Je mag niet klikken, maar
- Als je wordt gepest of als je ruzie hebt met een ander en je komt er zelf niet uit dan mag je hulp aan de leerkracht vragen. Dit wordt niet gezien als klikken.
- Belangrijk is hierbij ook het bij de kinderen bekende 3-stappen principe:

Als er ruzie is:

- Probeer je het eerst zelf op te lossen door te praten en niet gelijk te schelden of te slaan.
- Krijg je het niet opgelost dan vertel je het tegen de meester of juffrouw op de speelplaats.
- Is het niet opgelost vertel je het aan je eigen meester of juffrouw, die het ook al heeft gehoord van de meester of juffrouw op de speelplaats.

Nadat het uitgepraat is, moet het vergeven en vergeten zijn.

- Een tweede spelregel is dat een medeleerling ook de verantwoordelijkheid heeft om het pestprobleem bij de leerkracht aan te kaarten. Alle leerlingen zijn immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.

Samenwerken zonder bemoeienissen:

School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Dit neemt niet weg dat iedere partij moet waken voor haar eigen grenzen. Het is bijvoorbeeld niet de bedoeling dat ouders naar school komen om eigenhandig een probleem voor hun kind op te lossen. De inbreng van de ouders blijft beperkt tot het aanreiken van informatie, tot het geven van suggesties en tot het ondersteunen van de aanpak van school.

Algemene omgangsregels:

- Doe niet bij een ander kind, wat jezelf ook niet prettig zou vinden
- Kom niet aan een ander als de ander dat niet wil
- We noemen elkaar bij de voornaam en gebruiken geen scheldwoorden
- Als je kwaad bent ga je niet slaan, schoppen, krabben (je komt niet aan een ander).

Probeer eerst samen te praten. Ga anders naar de meester of de juf. Na het uitpraten kunnen we ook weer vergeven en vergeten.

- Niet: zomaar klikken. Wel: aan de juf of meester vertellen als er iets gebeurt wat je niet prettig of gevaarlijk vindt.
- Vertel de meester of de juf wanneer jezelf of iemand anders wordt gepest.
- Word je gepest praat er thuis ook over, je moet het niet geheim houden.
- Uitlachen, roddelen en dingen afpakken of kinderen buitensluiten vinden we niet goed.
- Niet aan spullen van een ander zitten.
- Luisteren naar elkaar.
- Iemand niet op het uiterlijk beoordelen of beoordeeld worden.
- Opzettelijk iemand pijn doen, opwachten buiten school, achterna zitten om te pesten is beslist niet toegestaan.
- Bemoei je niet met een ruzie door zomaar partij te kiezen

Bijlage 1

Handreiking gesprekken:

Gesprekken

Een gesprek met een pestkop en met een gepeste heeft vooral tot doel de problemen ook op individueel niveau bespreekbaar te maken. De gesprekken hebben geen therapeutisch doel. Een leerkracht is geen hulpverlener. Hij geeft wel aan waar de grenzen liggen en maakt aan de zondebok duidelijk dat deze met zijn problemen bij hem terecht kan. Gezamenlijk wordt gezocht naar oplossingen voor die problemen.

Voorwaarden voor een individueel gesprek

- Er moet voldoende tijd zijn voor een gesprek.
- Er moet een ruimte zijn waar ongestoord gepraat kan worden.
- De leerling moet voor het gesprek begint, weten wat de bedoeling is.
- Het gesprek moet vertrouwelijk zijn.
- Soms vinden kinderen het prettiger om te praten en tegelijk wat te doen (b.v. opruimen in de klas, of samen een eindje wandelen).

Een gesprek met een “pester” en een “gepeste” (samen)

Stap 1

Luister actief naar/probeer je in te leven in de klacht van een leerling (dat geldt zowel voor de klacht van de “pester” als voor de beleving van het slachtoffer); kies daarbij vooral geen partij: als je voor het ene kind kiest, kies je tegen het andere en dat kind kan zich dan afgewezen voelen (ook als dat andere kind de “pester” is, is afwijzing heel vervelend).

Stap 2

Als je naar beide partijen hebt geluisterd, kun je ze vragen om met elkaar te gaan praten waar je zelf bij zit. Laat ze tegen elkaar zeggen wat ze van de situatie vinden en wat ze zouden willen. Help ze daarbij om naar elkaar te luisteren en op elkaar te reageren. Zorg ervoor dat ze elkaar tijdens het gesprek aankijken.

Stap 3

Vraag ze om samen een oplossing te bedenken waar ze allebei iets in zien. Help ze daarbij door vragen te stellen als “Wat zou je daaraan kunnen doen? Wie van jullie heeft er misschien een idee?”.

Stap 4

Laat ze samen een oplossing kiezen. Vraag aan beiden afzonderlijk of ze die oplossing “echt zien zitten”. Help ze zo nodig om met elkaar een afspraak te maken.

Stap 5

Maak met z'n drieën een afspraak om over een tijdje te kijken hoe de gekozen oplossing werkt.

o.b.s. 't Swarte Meer

Gesprek met een “gepeste”

Doel van het gesprek

- De leerling de kans geven om zijn hart te luchten, als hij dat zelf tenminste wil.
- Met de leerling nagaan hoe problemen in de omgang met leeftijdgenoten opgelost kunnen worden en hoe dit in de toekomst voorkomen kan worden.

Begin van het gesprek

Maak aan het begin duidelijk waarom je dit gesprek wilt voeren (bijv.: “Ik wil eens met je praten. Ik merk de laatste tijd dat jij nogal eens geplaagd wordt. Ik maak me daar zorgen over. Het lijkt mij voor jou heel vervelend.....”).

Vraag vervolgens -heel nadrukkelijk- of de leerling zelf er ook over wil praten.

De leerling mag niet het gevoel krijgen “op de pijnbank” gelegd te worden, uitgehoord te worden of wat dan ook. Als een kind er echt niet over wil praten, respecteer dat dan. Beëindig het gesprek zonder verwijt en voeg hieraan toe dat de leerling altijd bij je terecht kan als hij wel wil praten.

Ingrediënten voor het gesprek

Als leerkracht zul je in het gesprek de deur zelf moeten openzetten. Dat kan heel goed door open vragen te stellen, zoals:

- “Wat vind jij er zelf van?”.
- “Heb jij misschien een idee waarom ze jou pesten?”.
- “Hoe reageer je als het gebeurt?”.

Probeer eerst vast te stellen wat de leerling precies als probleem ervaart. Dat alleen al kan tijd vergen. Neem die tijd. Draag niet zelf allerlei oplossingen aan, ga vooral niet preken.

Vraag liever aan de leerling:

“Hoe zou je daar nou een oplossing voor kunnen vinden? Heb je misschien zelf een idee?”.

Het belangrijkste ingrediënt in zo'n gesprek is: luisteren.

Actief luisteren met name. Dat betekent: je inleven in de leerling. Niet meelijden, maar meeleven. Dat kan heel goed door zinnetje te gebruiken, zoals:

- “Je bedoelt dat je.....?”
- “Je hebt het gevoel dat.....?”
- “Je probeert me duidelijk te maken dat.....?”
- “Je zou het liefst willen.....?”

Aandachtspunten

- Vermijd oordelen! Het gaat er in dit gesprek niet zozeer om wat jij als leerkracht ervan vindt of denkt, maar wat de leerling zelf aangeeft als probleem en als mogelijke oplossingen daarvoor.
- Als de leerling over oplossingen voor zijn problemen begint te denken, neem die dan uiterst serieus. Maak eerst een rijtje “mogelijke oplossingen”, ga pas daarna met de leerling na welke oplossing haalbaar is.
- Probeer samen een oplossing te kiezen die de leerling zelf “ziet zitten” en die ook naar jouw inschatting haalbaar en effectief is.
- Juist omdat gepeste kinderen vaak sociaal niet zo vaardig zijn, is het handig om een gekozen oplossing eerst uit te proberen. Misschien in de vorm van een rollenspelletje, dat je samen speelt?
- Maak na afloop van het gesprek een afspraak om over een tijdje weer eens samen te praten om te kijken of de gekozen oplossing echt werkt.
- Vermijd in het gesprek ook oordelen of verklaringen te geven voor het (pest)gedrag van andere kinderen. Er mag geen “roddelsfeer” ontstaan in het gesprek.
- Houd het gesprek, als het even kan, een beetje luchtig. Het is al moeilijk voor een kind

o.b.s. 't Swarte Meer

om over dit soort onderwerpen te praten. als het dan ook nog met een sombere ondertoon gebeurt, is het helemaal tabben geblazen.

o.b.s. 't Swarte Meer

Gesprek met een “pester”

Doel van het gesprek

- Aan de leerling duidelijk maken dat zijn gedrag voor jou onacceptabel is, een duidelijke grens stellen.
- Maar ook: de “pester” de kans geven om zijn “verhaal” te vertellen en als daarin problemen voorkomen: samen zoeken naar een oplossing.

Begin van het gesprek

Maak de leerling duidelijk dat je dit gesprek beslist met hem wilt voeren en welke bedoeling je daarbij hebt. Anders dan bij het gesprek met de gepeste geldt hier **niet**:

“Als de leerling geen zin heeft om te praten, okay, dan niet”.

Je hebt als leerkracht behoefte om aan de leerling duidelijk te maken waar de grenzen (in dit geval: met betrekking tot plagen/pesten) liggen en dus wil jij dit gesprek voeren.

Ingrediënten/stappen in het gesprek

Stap 1: is de toelichting: waarom dit gesprek plaats vindt (zie hierboven).

Stap 2: benoem vervolgens:

- Het gedrag van de leerling waar je je aan ergert of waar je bezorgd over bent. Benoem dat zo zuiver mogelijk, dat wil zeggen met weglating van alle overbodige oordelen en verwijten. Alleen het “zuiver waarneembare gedrag”.
- Het gevolg dat het gedrag van de leerling heeft voor andere leerlingen (de gepeste, de rest van de klas, de sfeer in de klas).
- En tenslotte wat je zelf van vindt, van het gedrag van de leerling en de gevolgen die dat heeft. Met deze drie elementen kun je zonder onnodige verwijten, zonder in gepreek te vervallen precies aangeven waar de grens ligt en welk gedrag je niet accepteert en waarom niet.

Stap 3: de kans is groot dat de leerling na zo'n confrontatie in verzet gaat en zegt: “Ja, maar....”.

Dat zijn momenten om over te schakelen op actief luisteren. Luister naar het verzet, de verklaringen van de leerling. Maar blij bij je (in stap 2) aangegeven grens: dat kan bijvoorbeeld door, na het verzet van de leerling te zeggen: “Je bedoelt.....?” En vervolgens te herhalen: “En toch vind ik het heel erg dat een van de kinderen in de klas nu bijna niet meer naar school durft omdat jij een paar keer z'n tas hebt afgepakt en leeggegooid in de gang”.

Misschien is het gesprek hiermee afgedaan. Je hebt gezegd wat je wilde zeggen, de leerling heeft zijn verzet daartegen kunnen spuien en daar is naar geluisterd.

Maar het is ook mogelijk dat de leerling tijdens het gesprek laat merken dat zijn gedrag voortkomt uit een “probleem” bijvoorbeeld:

- hij vertelt het pesten niet te kunnen laten
- of de ander vraagt erom, die doet altijd zo raar.....

Soms zal zo'n confronterend gesprek over gaan in een helpend gesprek, waarbij je net als in het gesprek met de gepeste samen zoekt naar een oplossing voor het probleem van de pester.

Aandachtspunten in dit gesprek

• Veel pesters beschouwen hun eigen gedrag als heel normaal. Ze zullen nogal eens hun schouders ophalen en mompelen “Nou ja, dat je je daar druk over maakt.....”. Vaak is dat geen onwil, maar eerder een uiting van onvermogen: veel pesters weten bijna niet hoe ze zich anders moeten gedragen. Daarom zijn twee dingen aan te bevelen:

- heel duidelijk zijn in de grens die je aangeeft;
- oppassen dat je niet de leerling afwijst, maar alleen zijn gedrag.

o.b.s. 't Swarte Meer

Het is mogelijk dat het tijdens zo'n gesprek voor de pester zelf duidelijk wordt, waar zijn gedrag uit voortkomt of mee samenhangt: eigen onzekerheid, een negatief beeld van zichzelf, of onvermogen om op een andere manier met leerlingen om te gaan. In dat geval is het zeker van belang om tijdig, in het gesprek, over te schakelen van confronteren op actief luisteren en. Ga samen met de leerling na of hij iets aan die problemen wil doen en op welke manier.

Er zijn onverbeterlijke pesters. Je kunt ze heel duidelijk aangeven waar de grens ligt. Je kunt heel zorgvuldig luisteren naar hun verzet of verklaring, maar ze veranderen hun gedrag niet. In dat geval heeft het geen zin om het gesprek een aantal malen te herhalen, dan moeten er andere oplossingen/maatregelen bedacht worden. Praat er dan over met de directie of met collega's in een teambespreking.

Bijlage 2

Online pesten

Veel kinderen en jongeren vinden internetten net zo gewoon als televisie kijken. 98% van de kinderen in Nederland is dan ook regelmatig te vinden op het internet. Om iets op te zoeken, om spelletjes te spelen of om met iemand te e-mailen of te chatten. Ze vinden dit meestal heel leuk om te doen. Maar internetten is niet alleen leuk. Het komt regelmatig voor dat kinderen vervelende berichtjes ontvangen of zelfs gepest en bedreigd worden. Eén op de acht kinderen wordt wel eens gepest op het internet.

Het gemak en de anonimiteit van internet veroorzaken onder tieners ongeremder online pestgedrag dan in het werkelijke leven. Online schelden wordt door tieners vaker als een geintje gezien dan schelden in de echte wereld. Bijna een vijfde van de tieners vindt het grappig om online te pesten omdat het anoniem kan. Ook de grenzen van het taalgebruik worden verlegd: tieners durven meer via internet. Bij online pesten wordt tevens minder vaak ingegrepen (door ouders of leraren) dan in het werkelijke leven.

Hoe zorg je dat kinderen zorgeloos, veilig op internet kunnen vertoeven? **Door betrokken te zijn bij wat ze doen.** Geen enkele ouder stuurt zijn kinderen zomaar de straat op, de grote stad in. Je vertelt ze wat ze daar kunnen verwachten, wat leuk is en wat niet, wat wel mag en wat niet. En in het begin blijf je er een beetje bij. Hetzelfde zou eigenlijk voor internet moeten gelden. Maar dan moet je natuurlijk wel weten waar het over gaat.

Tips

Internet hoort bij het dagelijks leven van de kinderen. Verbieden heeft dan ook geen zin. Belangrijk is wel om goede afspraken te maken.

- **Plaats de computer op een centrale plaats in huis.**

Op deze manier kunt u zicht houden op de computer en kunt u enigszins zicht houden op de activiteiten waarmee uw kind zich bezighoudt op internet. Wanneer u op de hoogte wilt blijven van het surfgedrag van uw kind (welke websites uw kind bezoekt)" kunt u de 'geschiedenis' bekijken (hiervoor is een aparte knop). Let wel: dit biedt geen garantie, want kinderen kunnen deze geschiedenis knop wissen.

- **Houd er rekening mee dat er geen veilige chatboxen zijn.**

Echt goede chatsites, speciaal voor kinderen, zijn er eigenlijk niet. Het is te duur om alle babbels voortdurend in de gaten te houden. Daardoor bestaat de kans op scheldkanonnades en seksueel getinte berichten. Wijs uw kind op de risico's.

- **Wees voorzichtig met het uitbreiden van de contactlijst van MSN.**

Wanneer kinderen onbekenden toevoegen, kunnen ze weer makkelijker vervelende berichten ontvangen. Toch kun je de personen van wie de berichtjes afkomstig zijn heel eenvoudig blokkeren. Bij de uitleg van MSN staat hoe dat moet.

o.b.s. 't Swarte Meer

- **Breng uw kind het besef bij dat je op internet nooit weet wie je voor je hebt.**

Kleine kinderen chatten het liefst met vriendjes en vriendinnetjes, maar naarmate ze ouder worden gaan ze ook met onbekenden chatten. Voorzichtigheid is dan op zijn plaats, want Jamie van 11 is in werkelijkheid misschien wel Hans van 40. En wie weet of Debiel echt een meisje is? Internet is een anoniem medium, je kunt er zijn wie je wilt. Zorg dat uw kinderen dit goed beseffen. Vertel ook dat uw kind veilig is zolang het zich aan de afspraken houdt.

- **Spreek af om nooit persoonlijke informatie te geven.**

Als kinderen persoonlijke informatie doorgeven kan dat vervelend of zelfs gevaarlijk zijn. Anderen kunnen dan immers achterhalen wie je bent of waar je woont. Vertel uw kinderen daarom dat ze nooit persoonlijke informatie geven, ook al lijkt iemand nog zo aardig en betrouwbaar.

Onder persoonlijke gegevens verstaan we:

- @ Je eigen naam
- @ De namen van familieleden, vrienden, etc.
- @ Telefoonnummers
- @ Huisadres
- @ Je e-mailadres
- @ Naam van de school
- @ Creditcard informatie
- @ Foto's
- @ Wachtwoorden

- **Laat uw kind beloven nooit stiekeme afspraken te maken.**

Kinderen die elkaar via het chatten hebben leren kennen, krijgen soms de behoefte om elkaar te gaan bellen of te ontmoeten. Vertel dat u zich dat kunt voorstellen, maar vertel er ook bij waarom ze dat niet zomaar kunnen doen zonder medeweten van u als vader of moeder. Eerst eens telefoneren kan al veel duidelijk maken. U kunt zelf een indruk krijgen van het chatvriendje of vriendinnetje en een ontmoeting kan plaatsvinden onder leiding van de wederzijdse ouders.

- **Leer uw kind om te gaan met vervelende berichten.**

Hatelijke scheldberichten, discriminerende opmerkingen en seksuele toespelingen komen vaak voor, zeker in openbare chatrooms.

Leer uw kinderen de volgende basisregels:

- @ Verlaat de chat als er iets vervelends gebeurt
- @ Vat het niet persoonlijk op
- @ Reageer niet op vervelende berichten
- @ Ga naar je ouders als je je ongemakkelijk of bedreigd voelt
- @ Voel je niet schuldig als iets vervelends gebeurt.

Vaak kun je het adres van een afzender blokkeren. In de handleiding van MSN of het mailprogramma kunt u lezen hoe dit werkt. Weet u waar de e-mail vandaan komt, neem dan contact op met de provider. Die kan zo nodig optreden tegen de afzender. Lukt het niet om van iemand af te komen, of is de afzender onbekend, neem dan gewoon een ander e-mail adres.

- **Zorg dat uw kind het e-mail adres beschermt.**

Mailen is bij kinderen een van de populairste bezigheden. Mailen is veiliger dan chatten, maar ook hier kleven risico's aan. Als een kwaadwillende het e-mailadres in handen krijgt (via een chatroom, nieuwsgroep of website) kan uw kind via de e-mail lastiggevallen worden. Pestmail

o.b.s. 't Swarte Meer

komt steeds vaker voor. Het belangrijkste advies is dus dat ze hun e-mail adres zo veel mogelijk voor zichzelf houden.

o.b.s. 't Swarte Meer

- **Leer uw kind geen onbekende e-mail en bijlagen te openen.**

De beste manier om met vreemde mailtjes om te gaan is: negeren. Leer je kind om nooit e-mail van onbekenden te openen. Net zoals je geen snoepjes van vreemden aanneemt, open je ook geen e-mail van vreemden.

- **Bewaar pestmail.**

Wanneer het niet lukt om een einde te maken aan de ongewenste berichtjes is het goed om deze mails of chats te bewaren, zeker wanneer u de indruk heeft wanneer ze telkens van dezelfde afzender afkomstig zijn. De mail is namelijk bewijsmateriaal en kan een hulpmiddel zijn bij het traceren van de dader.

- **Praat met uw kind over online-contacten.**

Blijf geïnteresseerd in het surfgedrag van uw kind en wijs uw kind regelmatig op de minder leuke kanten, zoals pedofielen in chatboxen, pornosites, scheld e-mails en nog veel meer. Laat uw kind weten dat het bij u terecht kan als het vervelende berichtjes ontvangt. Praat met uw kind over online vrienden, en leer ze op die manier beter kennen. Net zoals u benieuwd bent naar de vriendjes en vriendinnetjes van school of van paardrijden wil je ook graag weten met wie uw kinderen omgaan als ze online zijn. Praat met uw kind ook over de leuke kanten van internet, of ga eens samen surfen op internet.

- **Neem uw kind serieus, maar leer het ook te relativeren.**

Een kind denkt al snel dat het zijn eigen schuld is dat hij gepest wordt. Probeer dat schuldgevoel te voorkomen en neem alles waarmee uw kind zich tot u wendt serieus. Je hebt het dus niet in de hand dat iemand zulke mail naar je stuurt, maar je kunt wel zelf bepalen in hoeverre je jezelf erdoor laat beïnvloeden. Wimpel het probleem niet weg, maar probeer het wel te relativeren.

- **Leer uw kind de gedragsregels op internet.**

Online gelden dezelfde omgangsvormen als offline. Leer uw kind altijd vriendelijk, eerlijk en beleefd te blijven, en niet (terug) te gaan schelden als iemand vervelend doet. Woorden / zinnen die alleen met hoofdletters geschreven worden, worden bijvoorbeeld vaak als schreeuwen geïnterpreteerd Maar: wat anderen kunnen, kan uw eigen kind meestal ook. Denk niet dat uw eigen kind altijd het lieverdje is. Ook uw kind kan andere kinderen uitdagen, pesten of lastigvallen. Ze kunnen zich anders voordoen dan ze zijn. Zorg dat ze zelf geen vervelende berichtjes posten. Wie zich bij het chatten en mailen aan dit soort fatsoensregels houdt, zal zelf ook minder snel in de problemen komen.

Is er sprake van pesten?

Het is vaak heel moeilijk om te signaleren of uw kind gepest wordt. Slecht slapen, geen eetlust, buikpijn, hoofdpijn, niet graag naar school gaan en slechtere cijfers op school kunnen signalen zijn. Voor online pesten gelden grotendeels dezelfde signalen als voor 'gewoon' pesten. Echter, het is vaak nog moeilijker te signaleren, omdat er nu geen vernielde spullen of blauwe plekken zijn die als aanwijzing kunnen dienen. Bovendien is uw kind meestal alleen wanneer het op internet actief is en kunt u moeilijker merken wanneer uw kind zich ongemakkelijk voelt. Bovendien vinden veel kinderen dat ouders niets begrijpen van internet en zullen u wellicht daarom niet in vertrouwen nemen.

Het is belangrijk om in contact te blijven met uw kind en uw kind te stimuleren om het aan iemand te vertellen wanneer ze lastig worden gevallen. Wanneer ze er niet met u over willen praten, kunt u kinderen ook adviseren om het tegen vrienden, de leerkracht of familie te zeggen.