



Mattheusschool Galder

## **Pestprotocol Mattheusschool Galder**

1. Doel van het protocol
2. Wat verstaan wij onder "pesten"
3. Onderzoek
4. Pesten op school
5. Hoe willen we met "pesten" omgaan
6. Aanpak van pestgedrag (en ruzie) in stappen
7. Begeleiding
8. Bijlagen

*Dit pestprotocol is de opvolger van het pestprotocol uit 2011 en wordt vastgesteld voor de komende schoolplanperiode.*

*Dit protocol maakt onderdeel uit van het Protocol "Sociale veiligheid op de Mattheusschool".*

### **1. Dit PESTPROTOCOL heeft als doel:**

**" Alle kinderen mogen zich in hun basisschoolperiode veilig voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen"**

**"Regels en afspraken zichtbaar maken zodat kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken".**

**"Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!"**

### **2. WAT VERSTAAN WIJ ONDER PESTEN ?**

**Plagen is niet hetzelfde als pesten. De verschillen zou je zo kunnen aangeven:**

#### **Plagen**

#### **Pesten**

---

Gelijkwaardigheid

Machtsverschil

---

Wisselend 'slachtofferschap'

Hetzelfde slachtoffer

---

Humoristisch

Kwetsend

---

Een definitie van pesten op school luidt als volgt:

*“Pesten is het systematisch uitoefenen van psychische en/of fysieke mishandeling door een leerling of een groep leerlingen van één of meer klasgenoten, die niet (meer) in staat zijn zichzelf te verdedigen.”*  
Met deze definitie is het verschil tussen pesten en plagen duidelijk aangegeven. Bij plagen is sprake van incidenten. Pesten echter gebeurt systematisch: een aantal keren per week, een keer per week of regelmatig

### **3. ONDERZOEK**

#### *Pesten in het basisonderwijs*

In 2012 heeft de School & Innovatie Groep een landelijk onderzoek gedaan naar pesten in het primair onderwijs. Van de deelnemende leerlingen zegt 17 procent dat ze wel eens pesten, 7 procent daarvan als degene die begint met pesten, 6 procent als actieve mee-pester en 58 procent als passieve mee-pester. In 2012 zegt 2,7 procent van de leerlingen zelf structureel te pesten. Vier jaar eerder was dat nog 3,8 procent.

Op de vraag waarom ze pesten, geven leerlingen veel verschillende antwoorden, maar twee springen eruit: om met vrienden mee te doen (22 procent) en om zelf niet gepest te worden (19 procent).

Een uitgebreider verslag kunt u vinden in bijlage 2 of op [www.nji.nl/Cijfers-over-pesten](http://www.nji.nl/Cijfers-over-pesten)

### **4. PESTEN OP SCHOOL**

#### PESTEN

Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aan willen pakken.

Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden

#### VOORWAARDEN

Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders/ verzorgers (hierna genoemd: ouders)

#### PREVENTIE

De school moet proberen pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld. We maken gebruik van de methode Taakspel en Soemo kaarten om preventief het klimaat en de sfeer in de groep positief te beïnvloeden.

#### MAATREGELEN

Als pesten optreedt, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen.

#### AANPAK

Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet de school beschikken over een directe aanpak.

#### DESKUNDIGHEID

Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan is de inschakeling van een vertrouwenspersoon nodig. De interne vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren.

## **5. HOE WILLEN WIJ MET "PESTEN OMGAAN ?**

### **a. Preventief, onderzoekend en opvoedend.**

- Ons team gelooft in een preventieve aanpak en de professionaliteit van leerkrachten om een positief onderwijsklimaat te bevorderen. Het creëren van een veilig pedagogisch klimaat voor iedereen heeft prioriteit. De school gebruikt daarom "Taakspel" als universeel preventieprogramma. Het bestaat uit een groepsgerichte aanpak voor leerlingen van groep 4 tot en met 8 van het basisonderwijs, waarbij leerlingen middels een spel leren zich beter aan klassenregels en regels op de speelplaats te houden. Doel is het verbeteren van taakgericht gedrag en het verminderen van regel overtredend gedrag bij de kinderen en het bevorderen van een positief onderwijsklimaat. Uiteindelijk doel is beginnend probleemgedrag in een vroeg stadium te verminderen en om te buigen in positief gedrag.
- Ons team wil onderzoeken hoe de groep en het individuele kind ervoor staat en brengt met de Methode "ZIEN" in kaart hoe de leerlingen zich ten opzichte van elkaar verhouden en welke behoefte er bij de leerlingen is. In het schooljaar 2015 – 2016 wordt "ZIEN" uitgebreid met een leerling- monitor zodat niet alleen uit observaties, maar ook uit de belevingswereld van de leerling zelf, de sociale emotionele ontwikkeling in kaart wordt gebracht. ZIEN: meer dan volgen! ZIEN! is een webbased expertsysteem dat meer doet dan het volgen van de leerling. ZIEN! geeft op basis van een analyse van observaties concrete doelen en handelingssuggesties. Om op die manier de leerkracht of docent te helpen bij het ondersteunen van leerlingen en groepen. ZIEN! ondersteunt het gehele proces van signaleren tot handelen.
- In de groepsplannen omschrijven de leerkrachten de onderwijsbehoefte en sociaal emotionele ontwikkeling en het beschrijven van belemmerende en stimulerende factoren en bewaken op deze wijze voor groei en voortgang van de leerling in groepsverband.
- Het team gelooft in de preventieve en repressieve werking van de SOEMO methode als het gaat om sociaal emotionele ontwikkeling van leerlingen.  
Iedere leerkracht vindt het belangrijk dat kinderen bijvoorbeeld weten wat schamen is, dat kinderen weten wat er met je gebeurt als iemand zich schaamt en dat iedereen zich wel eens schaamt. Bovendien mogen kinderen leren wat je aan schamen kunt doen. Een dergelijke ondersteuning kan kinderen immers helpen bij hun sociale weerbaarheid en emotionele ontwikkeling.  
Anderzijds vinden leerkrachten het belangrijk dat leerlingen zich 'weten te gedragen': welk gedrag past bij welke situatie? Welk gedrag kan door anderen als hinderlijk en kwetsend worden ervaren? Ook op die ondersteuning mogen kinderen rekenen
- Andere werkvormen zijn ook denkbaar, zoals; spreekbeurten, rollenspelen, regels met elkaar afspreken over omgaan met elkaar en groepsopdrachten.
- Het voorbeeld van de leerkrachten (en thuis de ouders) is van groot belang. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar verschillen worden aanvaard en waar ruzies niet met geweld worden opgelost maar uitgesproken. Agressief gedrag van leerkrachten, ouders en de leerlingen wordt niet geaccepteerd. Leerkrachten horen duidelijk stelling te nemen tegen dergelijke gedragingen.
- Een effectieve methode om pesten te stoppen of binnen de perken te houden, is het afspreken van regels voor de leerlingen.

### **b. Signalen van pesten kunnen onder andere zijn :**

- altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen
- zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- briefjes doorgeven
- beledigen

- opmerkingen maken over kleding
  - isoleren
  - buiten school opwachten, slaan of schoppen
  - op weg naar huis achterna rijden
  - naar het huis van het slachtoffer gaan
  - bezittingen afpakken
  - schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer
- Deze lijst kan nog verder worden uitgebreid.

**c. Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn:**

- Een problematische thuissituatie
- Voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen)
- Voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt
- Voortdurend met elkaar de competitie aan gaan
- Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt (zie ook artikel bijlage 4)

**d. Gevolgen van pestgedrag kunnen zijn:**

(zie ook artikel bijlage 4)

**e. Vertrouwen, communicatie en verantwoordelijkheid**

Leerkrachten en ouders moeten alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.

- *REGEL 1:*

Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken. Vanaf de kleutergroep brengen we kinderen dit al bij:

- je mag niet klikken, maar.....  
als je wordt gepest of als je ruzie met een ander hebt en je komt je er zelf niet uit dan mag je hulp aan de leerkracht vragen. Dit wordt niet gezien als klikken.

- *REGEL 2:*

Een tweede stelregel 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.

- *REGEL 3:*

Samenwerken zonder bemoeienissen:

School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Dit neemt niet weg dat iedere partij moet waken over haar eigen grenzen. Het is bijvoorbeeld niet de bedoeling dat ouders naar school komen om eigenhandig een probleem voor hun kind op te lossen.

Bij problemen van pesten zullen de directie en de leerkrachten hun verantwoordelijkheid (moeten) nemen en overleg voeren met de ouders. De inbreng van de ouders blijft bij voorkeur beperkt tot het aanreiken van informatie, tot het geven van suggesties en tot het ondersteunen van en het vertrouwen in de aanpak van de school.

- *REGEL 4:*

Alleen zaken die "gesignaleerd" zijn kunnen door leerkrachten objectief beoordeeld worden en besproken worden. Alle gevolgen hebben een oorzaak en daarom is het belangrijk dat ruzie of pestgedrag goed onderzocht wordt zodat er objectief vastgesteld kan worden wat er aan de hand is of geweest is. Wat je niet gezien hebt kun je vaak niet bewijzen. Kinderen doorlopen fasen in hun leven waarin de "waarheid" soms een interpretabel begrip is. In bijlage 3 van een Artikel uit "Jeugd en gezin" worden deze fasen nader toegelicht.

## f. Regels die gelden in alle groepen.

We hanteren de volgende vijf vuistregels die iedereen kent.

- We praten vriendelijk en beleefd tegen iedereen
- We lopen altijd rustig door de school
- We spelen op de speelplaats samen en letten op de veiligheid van iedereen
- Ga voorzichtig om met de spullen van een ander
- Als je een onenigheid niet zelf op kunt lossen, praat dan met je juf of meneer

### De volgende omgangsregels gelden natuurlijk ook:

- Doe niets 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  
De leerling in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren.
- Als je kwaad bent ga je niet slaan, schoppen, krabben (je komt niet aan de ander).  
Probeer eerst samen te praten. Ga anders naar de meester of de juf.
- 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
- Blijft de pester doorgaan dan aan de meester of juf vertellen. Kinderen die pesten zitten zelf in de nesten !
- Word je gepest praat er thuis ook over, je moet het niet geheim houden.
- Uitschelden, 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
- Nieuwe kinderen willen we goed ontvangen en opvangen. Zij zijn ook welkom op onze school.
- Opzettelijk iemand pijn doen, opwachten buiten school, achterna zitten om te pesten is beslist niet toegestaan.
- Probeer ook zelf een ruzie met praten op te lossen. Na het uitpraten kunnen we ook weer vergeven en vergeten.

## 6. AANPAK VAN PESTGEDRAG (en ruzie) IN STAPPEN

Wanneer leerlingen ruzie met elkaar hebben en/of elkaar pesten proberen zij en wij:

Vooraf:

Algemeen : De leerkracht biedt **altijd** hulp aan de gepeste en begeleidt de pester.  
Ouders worden altijd op de hoogte gesteld.

- Iedere melding van pestgedrag dient serieus genomen te worden.
- Wanneer leerlingen ruzie met elkaar hebben en/of elkaar pesten proberen zij en wij er eerst zelf (en samen) uit te komen.
- Op het moment dat een leerling er niet uitkomt legt hij/zij dit voor aan de leerkracht.
- Op het moment dat een leerling, een ouder, een collega of de contactpersoon melding maakt van pestgedrag worden de volgende stappen ondernomen. Deze stappen zijn erop gericht om het pestgedrag zo snel mogelijk te stoppen.

STAP 1:

**Er eerst zelf ( en samen) uit te komen:**

De leerkracht heeft een afzonderlijk gesprek met de leerling die pest (de pester) en de leerling die gepest wordt (de gepeste). Aan de hand van zo concreet mogelijke voorvallen uit het recente verleden wordt een analyse gemaakt en de ernst van de situatie ingeschat. Indien wenselijk kan de leerkracht de ib-er op de hoogte stellen. Als eerste worden de ouders op de hoogte gesteld en vervolgens de betrokken partijen zoals tussen schoolse opvang (TSO) naschoolse opvang en het team. Leerkracht zal nauwkeurig observeren en registreren in het digitaal leerlingvolgsysteem (Parnassys).

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.**

De leerkracht heeft een gezamenlijk gesprek met de pester en de gepeste. Het probleem wordt duidelijk en helder geformuleerd. In overleg met beide partijen worden concrete afspraken gemaakt om pestgedrag tegen te gaan/ te stoppen. Als er meerdere kinderen uit de groep betrokken zijn bij het pestgedrag zal de leerkracht klassikaal aandacht schenken aan het probleem, waarbij gebruik gemaakt kan worden van beschikbare methoden. Binnen één week vindt eerste evaluatie plaats met de kinderen. Er wordt terugkoppeling naar de ouders gedaan. Leerkracht zal nauwkeurig observeren en registreren in het digitaal leerlingvolgsysteem (Parnassys).

STAP 3:

**Partijen bij elkaar brengen**

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.

Bij herhaling van pesterijen / ruzies tussen dezelfde leerlingen volgen sancties (zie bij consequenties).

Wanneer blijkt dat er signalen zijn dat de situatie niet is verbeterd wordt er in samenspraak met de Ib-er een **groepsplan** gemaakt. De betrokken ouders zullen op de hoogte gesteld worden van dit plan. Na 6 weken wordt dit plan geëvalueerd, zijn de doelen gehaald? Gesprek met de betrokken leerlingen (leerkracht kan zelf inschatten wat het beste is: gezamenlijk of afzonderlijk). Is het gelukt om de afspraken na te komen? Plan wordt met Ib-er geëvalueerd en betrokken ouders worden geïnformeerd. Wanneer doelen zijn behaald wordt plan afgesloten. Wanneer doelen niet zijn behaald volgt stap 4.

STAP 4:

Bij herhaaldelijke ruzie/ pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest /ruzie maakt. De fases van bestraffen treden in werking (zie bij consequenties).

Ook wordt de naam van de ruziemaken/ pester in de "Dit-kan-niet" map genoteerd. Bij iedere melding in de map omschrijft de leerling 'de toedracht' met een aanvulling van de leerkracht. Bij de derde melding of eerder ter beoordeling van de leerkracht in de map worden de ouders op de hoogte gebracht van het ruzie-pestgedrag. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing.

**Herhaling van het gedrag**

Doelen groepsplan niet behaald, de volgende 2 stappen zijn mogelijk:

- a. Doelen bijstellen, opnieuw stap 3 volgen.
- b. Groot overleg; aanwezig Ib-er, directie en betreffende leerkracht.  
- Wanneer individueel traject nodig is worden de stappen gevolgd die staan in de

individuele leerlingenzorg in het schoolplan  
- Externen inschakelen, contact opnemen met het ZAT.  
Er wordt terugkoppeling naar de ouders gedaan. Alle afspraken worden geregistreerd in Parnassys.

#### STAP 5

##### **Andere maatregelen**

Mocht al het bovenstaande niet het gewenste effect hebben, zullen wij het protocol "schorsing en verwijdering van leerlingen" van HGL in werking laten treden.

#### **CONSEQUENTIES:**

De leerkracht heeft het idee dat er sprake is van (onderhuids) pesten:

In zo'n geval stelt de leerkracht een algemeen probleem aan de orde om langs die weg bij het probleem in de klas te komen.

De leerkracht "ziet" en "hoort" dat een leerling wordt gepest  
(of de gepeste of medeleerlingen komen het bij hem melden)  
En vervolgens leveren stap 1 tm 4 geen positief resultaat op voor de gepeste.

De leerkracht neemt duidelijk een stelling in.  
De straf is opgebouwd in 5 fases; afhankelijk hoelang de pester door blijft gaan met zijn/ haar pestgedrag en geen verbetering vertoond in zijn / haar gedrag:

##### **FASE 1:**

- een of meerdere pauzes binnen blijven
- nablijven tot alle kinderen naar huis vertrokken zijn
- een schriftelijke opdracht zoals een stelopdracht over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem
- door gesprek: bewustwording voor wat hij met het gepeste kind uithaalt
- 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.

##### FASE 2:

- Een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken.
- De school heeft alle activiteiten vastgelegd in de 'Dit-kan-niet' map en de school heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.

##### FASE 3:

- Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals de Schoolbegeleidingsdienst, de schoolarts van de GGD of schoolmaatschappelijk werk.

##### Fase 4:

- Bij aanhoudend pestgedrag kan er voor gekozen worden om een leerling tijdelijk in een andere groep te plaatsen, binnen de school.
- Ook het (tijdelijk) plaatsen op een andere school behoort tot de mogelijkheden.

##### Fase 5:

- In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden.

## **7. BEGELEIDING**

### **Hulp aan het gepeste kind**

Uiteraard moet ook hulp aan het slachtoffer worden geboden. Kinderen die voortdurend worden gepest, kunnen op verschillende manieren reageren. De meeste kinderen worden passief en zitten er duidelijk mee.

Een enkel gepest kind gaat zelf uitdagen.

Beide vormen van gedrag zijn 'aangeleerd', in de zin van 'reacties op uitstoting'. Dit gedrag kan ook weer afgeleerd worden.

In dit geval zijn bijvoorbeeld sociale vaardigheidstraining, op zelfverdediging, kanjertraining goede interventies.

Begeleiding van de gepeste leerling

- Medeleven tonen en luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten
- Huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken.  
De leerling in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren.
- Zoeken en oefenen van een andere reactie bijvoorbeeld je niet afzonderen
- Het gepeste kind in laten zien waarom een kind pest.
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil
- Sterke kanten van de leerling benadrukken
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders/beter opstelt
- Praten met de ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester(s)

Het gepeste kind niet over beschermen bijvoorbeeld naar school brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen'. Hiermee plaats je het gepeste kind in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.

### **Hulp aan de pester**

- Praten; zoeken naar de reden van het ruzie maken/ pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen.)
- Laten inzien wat het effect van zijn/ haar gedrag is voor de gepeste.
- Excuses aan laten bieden.
- In laten zien welke sterke (leuke) kanten de gepeste heeft.
- Pesten is verboden in en om de school: wij houden ons aan deze regel; straffen als het kind wel pest, belonen (schouderklopje) als kind zich aan de regels houdt.
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de 'stop-eerst-nadenken-houding' of een andere manier van gedrag aanleren.
- Contact tussen ouders en school; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind; wat is de oorzaak van het pesten? \*
- Zoeken van een sport of club; waar het kind kan ervaren dat contact met andere kinderen wel leuk kan zijn.
- Inschakelen hulp; sociale vaardigheidstrainingen ; Jeugdgezondheidszorg; huisarts; GGD

### **Hulp aan de zwijgende middengroep**

Om de zwijgende middengroep tot bondgenoot in de strijd tegen het pesten te maken zijn de volgende acties mogelijk:

- Pesten aan de orde stellen in de klas bijvoorbeeld door aandacht voor dit pestprotocol en het onderwerp regelmatig terug te laten komen. Telkens in andere bewoordingen en ook gebruikmakend van verschillende werkvormen.
- Als een leraar met de klas spreekt over pesten, is het raadzaam geen peestsituatie in de klas als uitgangspunt te nemen, maar het onderwerp daar bovenuit te tillen. Gebeurt dit niet dan kan de klas het probleem ontkennen, bagatelliseren, het slachtoffer de schuld geven of zeggen dat het maar een grapje is. Of de pesters gaan het slachtoffer voor zijn klikken



bestrafen.

- Via rollenspel het buitengesloten zijn aan den lijve ondervinden.

### **Hulp aan de ouders. (zie ook bijlage 1)**

In de brochure "Pesten op school, hoe ga je er mee om?" staan de volgende adviezen:

#### *Ouders van gepeste kinderen:*

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt

#### *Ouders van pesters:*

- Neem het probleem van uw kind serieus
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans een pester te worden
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet
- Besteed extra aandacht aan uw kind
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat

#### *Alle andere ouders*

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw kind voor anderen op te komen
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen.

7

*Leerkrachten en de medezeggenschapsraad onderschrijven gezamenlijk dit PESTPROTOCOL wat is*

*vastgesteld op \_\_\_\_\_*

*N. Zwinkels: voorzitter Medezeggenschapsraad Mattheusschool \_\_\_\_\_*

## **BIJLAGEN**

Bijlage 1

### **Adviezen aan ouders van gepeste kinderen Drs. Bob van der Meer**

In onderstaande tekst wordt soms tussen haakjes een nummer genoemd. Deze nummers verwijzen naar producten die onder de zes knoppen op de

website [www.pesten.net](http://www.pesten.net) zijn geplaatst.

## Vijf situaties

**Wanneer je kind gepest wordt zijn er vijf situaties:**

- **Je kind vertelt uit eigen beweging dat het gepest is. Het is net gebeurd en geeft aan dat het moet stoppen.**
- **Je kind vertoont 'ander' gedrag. Het wordt stiller, trekt zich terug, gaat niet meer met klasgenoten om. Je vermoedt dat het al lange tijd wordt gepest.**
- **Het vertelt uit eigen beweging dat het wordt gepest, maar vraagt tegelijkertijd er met niemand over te praten.**
- **Je weet het al jaren. De leerkrachten doen wel iets, maar het stopt niet. De aanpak van de school is duidelijk ontoereikend. Niets lijkt te helpen.**
- **De situatie is volkomen uit de hand gelopen**

Sommige van de adviezen die nu volgen zijn gekoppeld aan een specifieke situatie, terwijl andere adviezen voor alle situaties nuttig zijn. Zo is het altijd noodzakelijk je kind te steunen. Ik heb dit geplaatst bij de situatie, waarin je kind niet wil dat je er met iemand over praat. Het bieden van steun is echter in alle situaties noodzakelijk. Wordt je kind op school gepest, lees dan alle adviezen en kies die adviezen er uit, die je voor de situatie van je kind het meest geschikt lijken.

### **2.1 Je kind vertelt uit eigen beweging dat het gepest is. Het is net gebeurd en geeft aan dat het moet stoppen.**

Wat je als ouder precies gaat doen, hangt af van de situatie en vooral hoe lang je kind al last heeft van pesterijen. Wordt het voor het eerst of slechts sinds kort met pesterijen geconfronteerd, dan kun je er door meteen op te treden vaak een einde aan maken en daarmee erger voorkomen.

Hieronder een voorbeeld van pesten buiten en een van op school.

#### *Pesten buiten school*

We laten een vader aan het woord die het als volgt aanpakte:

"Zaterdagochtend. We zitten bij vrienden in de tuin. Onze dochter komt huilend aanlopen en vertelt dat zij met haar vriendinnetje aan het spelen was: ze sprongen over sloten, plukten bloemen en speelden met hun poppen. Twee klasgenoten waren aan komen rijden, scholden haar uit, maakten opmerkingen over het feit dat ze nog met poppen speelde, reden over haar op de grond liggende fiets en probeerden haar tot vechten uit te dagen door tegen haar aan te duwen.

Toen mijn dochter haar verhaal gedaan had, stapte ik op mijn fiets en ging op zoek naar de twee meisjes. Ik was woedend, maar heb me beheerst. De twee stonden op een hoek met elkaar te praten. Ik vertelde hen wat ik gehoord had en zei dat ik dit gedrag niet accepteerde; dat ik zelf niets kon doen, maar dat ik hun ouders zou opbellen om hen van het gebeurde op de hoogte te stellen.

Thuisgekomen belde ik naar een ouder op. Een broertje nam de telefoon aan, riep zijn vader, onder vermelding van mijn naam. Daarop hoorde ik dat iemand begon te huilen. De vader kwam aan de telefoon.

Ik legde het probleem zo rustig mogelijk uit; vertelde daarbij dat kinderen wel eens meer ruzie hebben, waar we ons niet altijd mee moeten bemoeien, maar dat mijn

dochter wel erg overstuur thuisgekomen was. Mijn verzoek aan de vader was zijn eigen dochter te vragen wat er nu precies voorgevallen was en niet meteen kwaad op haar te worden. Misschien, vertelde ik hem, was het een storm in een glas water. Van de andere kant, stelde ik nadrukkelijk, moest mijn dochter wel veilig op straat kunnen spelen. De vader beaamde dat en beloofde er direct aandacht aan te besteden. De andere ouder belde ik de volgende dag op. Ook daar kwam de vader aan de telefoon. Ook hij beloofde er met zijn dochter over te praten. Beiden deelden overigens mee dat ze het op prijs stelden dat ik hen van het feit op de hoogte had gebracht".

Deze aanpak heeft gewerkt. Het pesten hield op. Ik denk dat het 'anonieme' of het 'overvalachtige' karakter van opbellen in deze situatie daar debet aan was. Als je namelijk naar het huis van de pester gaat, bevindt je je in een afhankelijke positie. De deur wordt al dan niet opengedaan. Als je binnengelaten wordt, moet je misschien je verhaal doen waar alle huisgenoten bij zijn. De anderen zien je, je uiterlijk, je gevoelens van kwaadheid, angst of verslagenheid en kunnen je verhaal, op grond van deze informatie, afzwakken. Door op te bellen, leg je het probleem waar het thuishoort: bij de ouders van de pester. Zij zitten nu met een probleem opgescheept en zullen er, wanneer de telefoon is neergelegd, geen gras over laten groeien en de zaak met hun kind bespreken.

#### *Pesten op school*

Het advies is dan: geloof je kind, schets oplossingen en stel de leerkracht in kennis van het gebeurde.

Een voorbeeld. Je dochter gaat naar bed en komt - veel later - huilend naar beneden. Ze vertelt dan dat twee klasgenoten haar op school gepest hebben. Mogelijkheden zijn: tijdens het speelkwartier zijn twee klasgenoten op haar toegekomen en hebben voortdurend vernederende opmerkingen gemaakt, constant de weg versperd, tegen haar aangeduwd, haar spullen afgepakt en naar elkaar overgegooid en haar voortdurend geschopt en geslagen.

Als duidelijk is wat er plaatsgevonden heeft, is het raadzaam goede adviezen te geven. Als er geschopt en geslagen is en de school heeft geen regels voor de leerlingen van groepen 1-3 gemaakt (logo van de Fiep Westendorp Foundation), noch hebben de leerlingen van groepen 4-8 en klassen 1-3 regels met elkaar afgesproken (nummer 100 voor het basis- en nummer 200 voor het voortgezet onderwijs), is het advies dit niet te accepteren en terug te slaan. Je kan dan meteen vertellen dat niemand, als je dat zelf niet wil, aan je lichaam mag zitten.

Tevens kan daarbij worden verteld dat, als er een vechtpartij ontstaat en een leerkracht er zich mee bemoeit, dat het dit advies van de ouders heeft gekregen. De leerkracht kan dan opbellen, waarop je als ouder je verhaal kwijt kunt en kan eisen dat de school iets aan pesten moet gaan doen.

Wanneer echter de school wel regels heeft, waaronder de regel dat er op en buiten school niet wordt gevochten en daarnaast de regel heeft vastgesteld dat wanneer je gepest wordt, je er eerst zelf probeert uit te komen en, als dat niet lukt, je het recht en de plicht hebt het aan de leerkracht te vertellen en dat dit geen klikken is, dan hoeft geen enkele leerling het meer fysiek voor zichzelf op te nemen en mag en moet de leerkracht zelfs op de hoogte worden gesteld van de fysieke mishandeling.

Moeilijker wordt het wanneer klasgenoten geen gebruik maken van lichamen, maar van geestelijk geweld: voortdurend uitlachen, vernederende opmerkingen over kleding,

uiterlijk of godsdienst maken, roddelen of buitensluiten. Omdat dit door leerkrachten veel moeilijker te signaleren is, is het zaak om over dit soort zaken in het begin van het schooljaar, zoals hierboven reeds aangegeven, voor de leerlingen duidelijke regels vast te stellen (groepen 1-3) of de leerlingen de opdracht geven met elkaar regels te maken (groepen 4-8 en klassen 1-3). Als dit wordt uitgevoerd, is het echter van het allergrootste belang dat de leerkracht of mentor in het kringgesprek of de begeleidingsles elke keer duidelijk maakt dat de school voor iedere leerling een veilige school wil zijn; dat de leerlingen, om dit te bereiken, met elkaar regels hebben afgesproken; dat je niet klikt als je vertelt dat en wie deze regels blijft overtreden en dat ze met elkaar nu kunnen overleggen hoe dit probleem binnen de groep moet worden aangepakt en opgelost. Hiermee maak je een individueel probleem tot een groepsprobleem, dat door de groep moet worden opgelost en maak je leerlingen verantwoordelijk voor elkaars psychosociale veiligheid.

## **2.2 Je kind vertoont 'ander' gedrag. Het wordt stiller, trekt zich terug, gaat niet meer met klasgenoten om. Je vermoedt dat het al lange tijd wordt gepest.**

Anders ligt de zaak als je kind al langere tijd het slachtoffer is van pesterijen. Het stoppen ervan vraagt dan meestal om een uitgebreidere aanpak. Lang niet altijd vertellen kinderen aan hun ouders dat ze gepest worden. Volgens onderzoek uit 1992 vertellen 64% van de leerlingen in het basisonderwijs niet aan hun ouders dat ze worden gepest. In het voortgezet onderwijs is dat 90%. Alhoewel dit een 'oud' onderzoek is, heb ik niet het idee dat er intussen veel veranderd is. Wellicht dat de percentages nu iets minder zijn, toch zullen veel kinderen het niet durven vertellen. Hun grootste angst is namelijk dat ze klikken, voor welke activiteit ze (zwaar) gestraft zullen worden.

Als het pesten al langere tijd plaatsvindt kan een ouder in veel gevallen aan veranderingen in het gedrag van het kind merken dat er iets aan de hand is. Het wordt bijvoorbeeld stiller, trekt zich terug en gaat niet meer met klasgenoten om. Wat eens een open en stralend kind was, is nu angstig en teruggetrokken.

### *Neem contact op met de leerkracht of mentor*

Wanneer je kind 'ander' gedrag vertoont, is het goed bij de leerkracht of mentor informatie in te winnen over de mogelijke oorzaak. Je kan dan vertellen dat je je zorgen maakt, met het verzoek op hem of haar te letten. Als je het vermoeden hebt dat je kind gepest wordt, is het advies dit ook kenbaar te maken. De leerkracht of mentor kan dan gericht(er) gaan observeren. Een voorbeeld.

Een mentor ging, na het signaal van een ouder, gericht observeren en kwam tot de ontdekking dat twee jongens zich voortdurend in de buurt van Peter ophielden. Andere leerkrachten en de conciërge letten, op verzoek van de mentor, ook op en men kwam al spoedig tot de ontdekking dat deze twee jongens Peter het leven zuur maakten. De mentor nodigde hem voor een gesprek uit en vroeg of hij zich op school veilig voelde, welke vraag hij bevestigend beantwoordde. De mentor deelde Peter daarna zijn vermoeden mee dat hij gepest werd. Hij ontkende het ten stelligste en vroeg de mentor waar hij dat nu weer vandaan haalde. Einde gesprek.

De mentor nodigde daarop de twee pesters en twee andere jongens, niet pesters, uit de klas voor een gesprek uit. Hij vertelde hen over zijn vermoeden dat Peter wel eens

gepest zou kunnen worden en stelde het groepje van vier voor de komende week eens op te letten of het waar was. Tevens verzocht hij hen op het einde van de week met z'n vieren bij hem terug te komen en hun observaties mee te delen.

Op het einde van de week kwamen de twee pesters en de twee anderen op rapport bij de leerkracht. Allen verklaarden niets gezien te hebben dat in de richting van pesten wees. Tot slot voerde de mentor nogmaals een gesprek met Peter. Hij was zichtbaar opgelucht en verklaarde nogmaals dat hij niet gepest werd.

Alhoewel dit een zeer creatieve aanpak is, leidt ze niet tot een structurele oplossing: pesters gaan, niet ontdekt, na enige tijd weer over op pestgedrag. Dan wordt het zaak hen op heterdaad te betrappen, waarna de hulp aan de pester (nummers 036, 037 en 059) in gang wordt gezet.

#### *Ga bij school kijken*

Je kan ook je kind naar school brengen en op de speelplaats nog wat met andere ouders blijven praten. Misschien dat je iets ziet in de richting van pesten.

Deze aanpak is slechts van toepassing voor het basisonderwijs en kan ontoereikend zijn: de (vermoedelijke) pesters zullen het wellicht niet doen waar je zelf bij bent. Soms echter zien ouders die dit advies opvolgen verschrikkelijke dingen met hun kind op de speelplaats gebeuren. Zelf als ouder van een gepest kind ingrijpen is dan, hoe vreemd het ook lijkt, niet de oplossing. Een ouder die dit doet krijgt dan vaak van de pester de opmerking dat hij of zij zich hiermee niet heeft te bemoeien, terwijl het gepeste kind het verwijt krijgt dat hij het niet alleen af kon en zijn ouders hiervoor moest inschakelen.

Het volgende advies werpt wellicht meer vruchten af. Aan bevriende ouders, buurtgenoten of conciërge kan worden gevraagd op te letten en, wanneer zij iets zien, duidelijk stelling te nemen en te zeggen dat je zó niet met elkaar omgaat en de leerkracht hiervan op de hoogte zal stellen.

Maar ook kan de pleinwacht, de overblijfvaders en -moeders of de leerkracht worden gevraagd gericht te gaan kijken: op de speelplaats, in de fietsenstalling, tijdens het speelkwartier of in de kleedkamer van het gymnastieklokaal.

#### *Lees boeken en bekijk videobanden*

Wat te doen als je vermoeden bewaarheid wordt? Een aantal opties.

Je kan uit de bibliotheek een leesboek voor kinderen over pesten meenemen (nummer 029) en hieruit voorlezen of laten lezen. Een andere manier is, bijvoorbeeld tijdens het avondeten, vragen of er op school gepest wordt. Een krantenartikel of een boek over pesten laten rondslingeren is ook te adviseren. Ouders van vriendjes of vriendinnetjes inschakelen, is een andere mogelijkheid. Zij kunnen, waar het gepeste kind bij is, de hiervóór genoemde activiteiten met hun eigen kinderen uitvoeren: een gesprek, een leesboek of krantenartikel.

Sommige kinderen vertelden uit eigen beweging dat ze gepest werden, toen in een tv-programma het onderwerp werd behandeld. Zittend naast hun vader of moeder en kijkend naar de televisie, zeiden zij dat hen dit ook overkwam. Een advies kan derhalve zijn om als ouder een videoband over pesten aan te schaffen, op te zetten en samen de band te gaan bekijken. Ditzelfde kunnen ook ouders van het vriendje of vriendinnetje doen.

### **2.3 Je mag er met niemand over praten**

Kinderen die na veel pijn en moeite aan hun ouders vertellen dat ze worden gepest, vragen hen meteen er met niemand over te praten. Ze kunnen namelijk bang zijn dat, als de klas er achter komt dat ze 'geklikt' hebben, ze nog harder of erger gepest gaan worden. Sommige pesters dreigen hier ook mee, met de woorden: "Als je er met iemand over praat, pakken we je echt".

Als je als ouder echter belooft dat je er met niemand over zal praten, kom je zelf ook terecht in de zogenaamde samenzwering om te zwijgen. Je wordt deelgenoot aan een geheim, maar je mag aan het probleem niets doen. Je handen worden daardoor gebonden. Wat te doen in een dergelijke situatie? De volgende adviezen.

### *Steun je kind*

Een zeer belangrijk advies is je kind te (blijven) steunen. Daarbij is het van belang te vertellen dat:

- pesten op school veel voorkomt;
- het niet zou mogen gebeuren;
- het kind er zelf niet voor verantwoordelijk is dat het gepest of mishandeld wordt;
- het heel erg is dat het gebeurt, maar dat het niet het verdere leven hoeft te beheersen;
- er veel oplossingen zijn;
- het probleem of de mishandeling hoe dan ook moet stoppen.

### *Geef informatie*

Een advies dat met het vorige verband houdt is: geef je kind achtergrondinformatie. Geef antwoord op vragen als: hoeveel pesters en gepesten zijn er - bij benadering - in Nederland (nummer 010)? Wat halen pesters met hun slachtoffers uit (de eerder genoemde rubriek Ouders, eerste kolom verticaal op [www.pestten.net](http://www.pestten.net), mail 1-4)? Waarom pesten sommige kinderen wel en andere kinderen niet (nummer 033)? Lukt het slachtoffer het pestgedrag zelf uit (nummer 232)? Waarom ziet de leerkracht het vaak niet (nummer 172)? Waarom doet de rest van de klas of groep meestal niets? En wat zijn de oorzaken van pestgedrag (nummers 033 en 163)?

### *Schets aanpakken*

De enige aanpak die optimale veiligheid biedt is als volgt. Wanneer een kind aan vader of moeder vertelt dat het wordt gepest, deelt de ouder aan het kind mee dat de school de volgende - uiterst veilige - aanpak toepast: de ouder mag vragen *wie* het doen, *wat* ze doen en *waar* ze het doen, welke informatie de ouder aan de leerkracht doorgeeft. Hij of zij schakelt daarop een aantal anderen in met de vraag gericht te gaan letten op gepeste en pesters. Wanneer iemand van hen die in het complot zit iets ziet dat wijst op pestgedrag, neemt deze persoon duidelijk stelling, waarna de hulp aan de pester (036, 037 en 059) in werking wordt gezet. Op deze manier aangepakt, heeft de school het zelf gesignaleerd en zal het gepeste kind noch de ouder(s) het verwijt krijgen 'geklikt' te hebben. Deze aanpak is in feite een 'heterdaadje' organiseren.

### *Laat het kind boeken over pesten lezen*

Er zijn nogal wat lees- en voorleesboeken over anders zijn, bedplassen, verhuizen, vriendjes of vriendinnetjes maken en pesten. Een overzicht hiervan staat in 029. Bij (zeer) kleine kinderen kun je ze voorlezen. Oudere kinderen kan men de boeken zelf laten lezen.

Een goed leesboek voor oudere kinderen - eind basis- en begin voortgezet onderwijs -

is 'Tirannen', geschreven door A. Chambers. Hierin wordt een creatieve aanpak van het probleem aan de hand gedaan. Als het kind dit of (een gedeelte van) een ander boek gelezen heeft, is er voldoende gesprekstof. Je kan de in het boek aangedragen oplossing bespreken of bekijken welke andere oplossingen voor het eigen probleem te bedenken zijn. De oorzaken van pestgedrag kunnen worden besproken, alsook de redenen waarom leerkrachten het niet zien.

Een andere mogelijkheid met dezelfde vervolgvactiteiten is: samen met je kind naar videobanden over pesten kijken.

### *Beloon je kind*

Kinderen die lang de rol van zondebok vervuld hebben, zijn uiterst onzekere kinderen. Ze hebben een laag beeld van zichzelf.

Dat zij zo geworden zijn, is eenvoudig te verklaren. Pesters hebben een lage dunk van hun slachtoffers, behandelen hen als oud vuil. Onder andere daardoor komt het dat gepeste kinderen denken dat zij niets (meer) waard zijn. Zij gaan zich naar dat beeld van zichzelf gedragen.

Een belangrijk advies is dan ook hen te helpen hun zelfrespect terug te krijgen. Je kan hen belonen voor onafhankelijk gedrag. Je kan ze stimuleren zelf activiteiten te gaan ondernemen. Ze moeten daarbij dan wel in staat zijn successen te behalen. Je kan hen laten zien waar ze goed in zijn. En tenslotte moet je hen stimuleren hun eigen leven te leiden en niet teveel van anderen - leeftijdgenoten en volwassenen - afhankelijk te zijn.

Zonder volledig te zijn, hieronder een aantal activiteiten.

- Geef zakgeld en laat je kind zelf bepalen waar het een gedeelte van het bedrag aan wil besteden.

Het is goed daarbij te bedenken dat sommige pesters cadeau's eisen in ruil voor betrekkelijke 'veiligheid'. Soms persen zij geld af. Als ouder zal je dus enige vorm van 'controle' op het uitgavenpatroon van je kind moeten uitoefenen.

- Geef inspraak in het kopen van kleding.

Dit is geen advies om het kind aan te passen aan de 'norm' van de klas of groep. Soms is de norm modieuze kleding of merkkleding te dragen, soms is de norm dit nu juist niet te doen. Een probleem hierbij is echter dat sommige pesters voortdurend andere leerlingen uitlachen om hun kleding. Gepeste kinderen, hiermee geconfronteerd, weten op een gegeven moment ook niet meer wat zij moeten kopen of aantrekken; conformeren zich soms aan de kleding van hun pesters of proberen zich juist van hen te onderscheiden, wat weer hoon van de pesters oplevert. Aan de school de taak om aan leerlingen duidelijk te maken dat iedere leerling 'anders' is; iedereen in de klas zichzelf mag zijn en niemand binnen de klas of groep wordt uitgelachen om zijn of haar kleding.

- Roep bij tijd en wijle een familierraad bijeen.

De werkwijze is hierbij als volgt. Ieder gezinslid is gerechtigd een familierraad bijeen te roepen over ongeacht welk onderwerp. Iemand in het gezin zit iets dwars: iedereen laat zijn spullen slingeren; één persoon is de hele dag bezig de rommel van de anderen op te ruimen; de ouders hebben bepaald dat er geen televisie gekeken wordt en de kinderen willen af en toe een programma zien; de kinderen en/of de ouders gaan slechts op ruzieachtige toon met elkaar om en de kinderen en/of ouders zouden graag zien dat er andere omgangsnormen zouden ontstaan.

Het onderwerp wordt vastgesteld en ieder gezinslid mag zijn of haar zegje doen. Als dit

plaatsgevonden heeft, probeer je tot een vergelijk te komen. Het is dan wel van belang dat de ouders hun kinderen 'successen' laten behalen en niet voor de kinderen bepalen wat wel en niet geoorloofd is.

Je leert je kind dus voor zichzelf opkomen en aan elkaar en aan volwassenen te vertellen wat hen dwarszit of grieft, of waardoor ze zich gekwetst voelen. Dit probeer ik ook te bereiken door leerlingen met elkaar regels vast te stellen, over welke regels zij elkaar niet alleen mogen corrigeren, maar ook aan elkaar en de leerkracht/mentor mogen vertellen wat hen dwars zit.

#### *Stimuleer je kind aan een sport te doen*

Dit advies is makkelijker gegeven dan uitgevoerd. Het kan best zijn dat je kind juist van een teamsport is afgegaan, omdat het daar gepest werd. Je kind kan ook minder motorisch vaardig of onhandig zijn in balspelen.

De algemene strekking van het advies is de volgende. Kijk naar de mogelijkheden van je kind om in een spel of motorische vaardigheid uit te blinken. Dit is goed voor het zelfbeeld of zelfrespect van je kind.

Goed in sport zijn is namelijk zeer belangrijk voor kinderen in de leeftijd van tien tot vijftien jaar. Daarna worden in de meeste gevallen andere interesses belangrijk. Judo is een sport die zowel voor gepeste kinderen als pesters goed is. Als deze sport op de juiste wijze onderwezen wordt, leert men verantwoordelijkheid voor de tegenstander. Daarnaast is men afwisselend werper en geworpene. Wat het is om lichamelijk of geestelijk onder of op de rug te liggen, kent het slachtoffer wel. Maar ook eens de sterkere, de werper, de overwinnaar te zijn, dat is een ongekende ervaring. Het probleem van judo echter is dat, wil deze sport een positief effect hebben, het gegeven moet worden door een leerkracht, die zicht heeft op de behoeften van een gepest en weerloos (gemaakt) kind.

Als blijkt dat het slachtoffer motorisch minder vaardig is, is het te adviseren de leerkracht Lichamelijke Opvoeding in te schakelen. Sommigen van hen geven motorische remedial teaching. Anderen besteden tijdens hun lessen extra aandacht aan de motorisch 'zwakke' leerling. Dit doen zij via methodische en didactische hulpmiddelen en door het aanbieden van veel verschillende sporten en sportieve activiteiten.

Als - tenslotte - duidelijk is dat kinderen sportmotorische vaardigheden missen, kan overwogen worden hen niet te kwellen en constant voor de ogen van anderen af te laten gaan. Je kan de leerkracht Lichamelijke Opvoeding dan vragen hen vrij te stellen van de reguliere lessen Lichamelijke Opvoeding. In plaats daarvan kunnen deze kinderen zich bekwamen in andere activiteiten of kwaliteiten, zoals scheidsrechters, of hen opdragen klasgenoten tests af te nemen op het gebied van motoriek en gezondheid.

#### *Houd de communicatie open*

Een even belangrijk advies is om de communicatie met je kind open te houden. Gepeste kinderen zijn vaak gesloten. Een van de mogelijke oorzaken is dat de pesters soms dreigen nog harder op te zullen treden, als het slachtoffer er met niemand over praat.

De communicatie met je kind openhouden betekent niet dat alles wat je onderneemt om aan het probleem een einde te maken, met je kind moet worden besproken. Anoniem advies vragen aan externe instanties is niet iets dat aan het kind verteld hoeft te worden. Wel is het goed te communiceren over mogelijke aanpakken naar het



team of de (klassen)leraar toe.

Kinderen zijn vaak doodsbenauwd dat de ouders in paniek raken, waardoor het probleem alleen maar groter wordt. Als het kind aangeeft dat het voor bepaalde oplossingen niet kiest, is het beter dit ook niet te doen. Een zorgvuldig opgebouwd vertrouwen kan dan vernield worden. Door met je kind in gesprek te blijven, wen je het aan mogelijke aanpakken.

#### *Laat je kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining*

Kinderen die voortdurend gepest, getreiterd, fysiek of psychisch mishandeld zijn, is eigenlijk het recht onthouden op normale wijze met leeftijdgenoten om te gaan. Het kan dus zijn dat zij 'anders' in de omgang met hun leeftijdgenoten zijn geworden. Daar kunnen ze zelf niets aan doen. Alles wat ze zeggen of doen, wordt verkeerd geïnterpreteerd. De anderen reageren op wat ze doen of juist niet doen. Het slachtoffer zit daardoor in een val, ten nadele van zichzelf. Alléén komen ze niet uit deze vicieuze cirkel. Ze hebben hulp nodig. Een mogelijke oplossing is hen aan een sociale vaardigheidstraining te laten deelnemen. Informatie hierover is te krijgen via de huisarts.

Het probleem hierbij echter is de bestaande sociale vaardigheidstrainingen voor gepeste kinderen. Beter zou het zijn als Jeugdzorg voor goede sociale vaardigheidstrainingen voor notoire pesters zorgt en er criteria worden vastgesteld om een sovatraining voor gepeste kinderen te kunnen beoordelen.

Naar mijn opvatting verzetten ouders van gepeste kinderen zich daarom terecht tegen het advies van de school, IB-er of Jeugdzorg een gepest kind naar een sociale vaardigheidstraining te sturen, terwijl er niets wordt gedaan aan het mobiliseren van de zwijgende middengroep (het eerste spoor van mijn vijfsporenaanpak), de hulp aan de pester (het tweede spoor), het professionaliseren van het team (het derde spoor) en het professionaliseren van de ouders (het vierde spoor). Door hier niets aan te doen, legt men in feite de schuld van het pesten bij het slachtoffer neer, nog steeds, ondanks 25 jaar van mijn kant verzet hiertegen, de geëigende 'oplossing' van het probleem.

#### *Laat je kind opschrijven wat het meegemaakt heeft*

Je kan je kind adviseren op te schrijven wat het meegemaakt heeft. Dit advies wordt om de navolgende redenen gegeven. Als ouder krijg je kennis over wat er gebeurd is en wie het deden. Je krijgt ook zicht op de gevoelens: de angst, machteloosheid, woede, onzekerheid. Je kan je daardoor beter verplaatsen in de gedachten- en gevoelswereld van je kind. Voor het kind kan het therapeutisch werken.

Door op te schrijven wat het heeft meegemaakt, is de kans groot dat het een bijzonder negatieve ervaring van zich af kan schrijven. Het probleem daarbij echter is dat er bij het schrijven zoveel gevoelens vrijkomen dat het voor het kind onmogelijk is het schrijven voort te zetten. Als ouder kun je het dan overnemen of je kind helpen de gevoelens te uiten of het te troosten. Maar soms zijn de emoties zo groot dat het onverantwoord is het zelf te doen en wordt de inschakeling van een op het onderwerp gespecialiseerde (psycho)therapeut noodzakelijk.

Het uiteindelijke product kan ook worden gebruikt om de leerkrachten te overtuigen van het feit dat het ook op de eigen school voorkomt. Het moet dan wel anoniem aan de leerkrachten, als een dagboek of verhaal van een van de leerlingen van de eigen school, gepresenteerd worden.

## **2.4 Je weet het al jaren. De leerkrachten schenken er wel aandacht aan, maar het stopt niet.**

Sommige ouders berusten in het feit dat hun kind gepest wordt. Ze hebben er al zo vaak met anderen over gesproken. Zo vaak hebben ze al geprobeerd het tot een gemeenschappelijk probleem te maken. Steeds vingen ze echter bot. Andere ouders brachten het steeds maar weer voorzichtig ter sprake en wachtten dan rustig af of er iets aan gedaan werd. Soms stopte het even. Daarna gebeurde het weer, soms in heviger mate.

Het advies is je niet te richten tot één persoon en dan lijdzaam af te wachten, maar het onder de aandacht van verschillende groeperingen op school te brengen: medezeggenschapsraad, bestuur, oudervereniging, projectgroep leerlingbegeleiding, mentor, pastor, commissie jeugdzorg, vertrouwenspersoon. De ervaring leert dat er vaak pas wat aan dit probleem wordt gedaan als hetzelfde signaal van verschillende kanten binnenkomt.

Je kan je ook aanmelden als lid van de oudervereniging of MR.

Een voorbeeld. Een moeder meldde zich als lid van de oudervereniging aan. Eenmaal lid hiervan pleitte ze 'veiligheid' op school. In het bijzonder voor aandacht voor pesten op school. Een van haar eerste successen was dat de oudervereniging een avond organiseerde voor alle ouders over dit onderwerp. Het tweede succes was dat de oudervereniging haar toestemming gaf zich met dit onderwerp bezig te houden. Zij mocht materiaal aanschaffen: videobanden, boeken, artikelen. Er ontstond een pakket achtergrondinformatie en lesmateriaal. Het derde en vierde succes waren dat de school een studiedagdeel voor de leerkrachten over dit onderwerp organiseerde en dat de school beleid op dit onderwerp ging maken. Pesten op school werd daarna tijdens lessen en begeleidingslessen ingepast.

Als je zelf geen lid kan worden van de oudervereniging, medezeggenschapsraad of bestuur, is het advies opzoek te gaan naar een of meer andere ouders waarvan de kinderen ook worden gepest en daarna contact op te nemen met de Medezeggenschapsraad door als groep in een brief om beleid op dit onderwerp te vragen. Immers, de Medezeggenschapsraad mag zich niet bezighouden met problemen van individuen, maar wel met een gezamenlijk probleem. In deze brief kan een beroep worden gedaan op artikel 3 van de Arbeidsomstandigheden wet (rubriek **Ouders**, Conceptbrief 1 en 2). Dit artikel verplicht iedere werkgever, dus ook een schoolbestuur, maatregelen te treffen inzake alle ongewenste omgangsvormen tussen de verschillende geledingen, waaronder nu ook expliciet pesten is gebracht. Tevens kent de nieuwste versie van de wet een omgekeerde bewijslast. Moesten vroeger ouders van gepeste kinderen bewijzen dat hun kind werd gepest, wat makkelijk door de school kon worden ontkend, nu moet de school, op de klacht van de ouders dat hun kind wordt gepest bewijzen dat daar geen sprake van is (geweest), een onmogelijke zaak als met behulp van drie objectieve instrumenten kan worden bewezen dat pesten plaatsvindt en een analyse kan uitwijzen dat het antipestbeleid van de school geen deugdelijk antipestbeleid is (rubriek **Gratis**, Beleidsplan psychosociale veiligheid basisonderwijs, voortgezet onderwijs/roc).

## **5 De situatie is volkomen uit de hand gelopen**

Vaak hebben ouders al allerlei schoolgeledingen ingeschakeld en argumenten gegeven.

Soms hebben ze daardoor de naam gekregen van iemand die altijd klachten heeft. Dit is een heel natuurlijke reactie van mensen, wanneer zij horen dat een kind door klasgenoten wordt gepest.

Ontkenning is de eerste reactie: "Dat kunnen kinderen elkaar niet aandoen, zo zijn kinderen niet". Als het niet meer ontkend kan worden, wordt 'het geloof in de rechtvaardige wereld' geschokt en krijgt degene die de slechte boodschap meldt de schuld: "Het kind zal het wel uitgelokt hebben. Hadden de ouders het kind maar weerbaar(der) moeten maken". De ouder die het probleem meldt, wordt tot querulant gebombardeerd. De rijen sluiten zich. Niet alleen het kind, maar ook de klagende ouders worden buitengesloten.

Als hier sprake van is, heeft het geen zin meer het probleem op school aan te kaarten. Het heeft ook geen zin je wenden tot personen of instanties buiten school: schoolarts, schoolmaatschappelijk werk, schoolbegeleidingsdienst, Bureau Leerplicht, Inspectie, Vertrouwensinspectie, Ministerie van OCW, onderwijsconsulent, de Kinderombudsman, Jeugdzorg, klachtencommissie, interne dan wel externe vertrouwens(contact)persoon of een beroep te doen op de klachtenprocedure.

Al deze instanties en procedures zijn ten enenmale machteloos wanneer een kind wordt gepest en de school niet bij machte blijkt te zijn het probleem aan te pakken en op te lossen. Het enig juiste advies is op zoek te gaan naar een andere school,; melden dat je op zoek bent naar een ditmaal veilige school; wanneer je kind definitief is aangenomen, het snel van school nemen en hem of haar op de nieuwe school plaatsen. Zo voorkom je dat de school ten onrechte een beroep doet op 'handelingsverlegenheid' en – op grond hiervan - een melding bij het Advies- en Meldpunt Kindermishandeling (AMK) doet. Hierop komt het hele woud van ondersteuners in beweging, welke beweging pas stopt als over de ouders een Ondertoezichtstelling (OTS) wordt uitgesproken of bedreigd wordt het gepeste kind uit huis te plaatsen.

Om duidelijk te maken wat dan gebeurt, plaats ik hier de inhoud van een column die ik op verzoek van Brabants Dagblad over vanwege pesten thuiszittende leerlingen heb geschreven.

zaterdag 26 november 2011 brabantsdagblad  
opinie | 30-31

PESTEN Deskundige: Ouders weten niet waar ze in terecht komen als hun kind wordt gepest

Een conflict is zo geboren

#### GASTOPINIE

Een gepeste jongen zit al een paar weken thuis. De school doet aangifte tegen de vader. Volgens deskundige Bob van der Meer werkt de huidige aanpak van scholen niet of slechts kort.

In het afgelopen schooljaar benaderden mij zo'n vijftien ouderechtparen met het probleem dat hun kind werd gepest. De school beloofde aan de ouders het probleem aan te pakken. De aanpak werkte niet of slechts kort. De leerling kreeg nachtmerries en huilbuien. De ouders uitten opnieuw hun zorgen. De school beloofde extra op te letten. Het pesten werd stiekem. Het kind werd ziek of wendde dat voor, nam geen vriendjes of vriendinnetjes meer mee naar huis, werd niet meer op feestjes uitgenodigd, sloot zich in zijn of haar kamer op en verpieterde. Wat eens een stralend kind was, is nu een hoopje ellende.

Wat daarna gebeurt lijkt mij nu een wetmatigheid te worden. Je kind is je achilleshiel. Daar doe je alles voor. Andere kinderen hebben niet het recht je kind ongelukkig te maken, buiten te sluiten, zodanig te slaan of te schoppen dat het onder de blauwe plekken zit, voortdurend uit te lachen of voor homo uit te schelden. De ouders zien dat hun kind niet meer goed in zijn vel zit en gaan weer naar school.

Hiermee is het conflict geboren. School en ouders zetten hun hakken in het zand. De ouders eisen veiligheid die de school klaarblijkelijk niet aan hun kind kan geven, houden het thuis en maken duidelijk dat ze hun kind pas weer naar school sturen als de school de pesters, die vaak met naam bekend zijn, de wacht heeft aangezegd. De pesters beloven beterschap, maar blijven gewoon doorgaan.

Dan escaleert de situatie. Er wordt door de school een melding bij het Advies- en Meldpunt Kindermishandeling (AMK) gedaan. In plaats van de wettelijke verplichting onderzoek te doen, is dat in verband met de overbelasting van het AMK op het gebied van kindermishandeling, voor pesten door het AMK vaak niet uit te voeren. De IB-er, leerplechtambtenaar, politie, vertrouwensinspecteur, inspecteur, onderwijsconsulent van het ministerie van OCW, psycholoog, orthopedagoog, jeugdarts, Raad voor de Kinderbescherming, vertrouwens-(contact)persoon, bestuur, worden – al dan niet in deze volgorde – ingeschakeld en er wordt een klacht bij een al dan niet deskundige dan wel niet onafhankelijke klachtencommissie ingediend, waarna tot slot de ouders een brief naar de wethouder van Onderwijs van de gemeente sturen, in de hoop dat hij of zij uitkomst kan bieden.

De ouders worden nu vermalen in de molen van de ondersteuning. In plaats van het probleem goed aan te pakken en/of deskundige hulp in te schakelen, krijgen de ouders een oproep op school te komen om met een vier-, vijf- of zesschaar te worden geconfronteerd: de directeur, voogd, adjunct-directeur, leerplechtambtenaar, IB-er, vertrouwenspersoon, jurist van de stichting waar de school onder valt en interne dan wel externe schoolpsycholoog. Er is dan wel een uitnodiging tot een gesprek over het pesten, maar geen agenda. Ook wordt hen niet op de mogelijkheid gewezen zich door iemand te laten vergezellen en doen zij dit onverhoopt wel, dan wordt deze persoon slechts toegelaten op voorwaarde dat hij geen aantekeningen maakt, zijn mond houdt en zich niet met de discussie bemoeit.

Overdreven? Je weet niet waar je in Nederland terecht komt als je kind wordt gepest en de school niet in staat blijkt dit – in principe niet zo moeilijk aan te pakken – probleem op te lossen. En de gevolgen? De school stuurt je kind van school omdat zij niet meer met de ouders door een deur kan. De school beroept zich op 'handelingsverlegenheid', wat dat ook moge betekenen. Je kind zit werkloos thuis, wanneer de school weigert huiswerk thuis te brengen of voor huiswerkbegeleiding te zorgen. De school schakelt de Raad voor de Kinderbescherming in. Soms komt de zaak voor de rechter en wordt er een OTS uitgesproken die dan weer door de ouders met succes bevochten wordt en een tweede rechter het eerste vonnis vernietigt. En vaak gaat de school op zoek naar een andere school, plaatst onwaarheden in het dossier, op grond waarvan geen enkele andere school de gepeste leerling durft op te nemen en men op zoek gaat naar een school voor speciaal onderwijs.

En tot slot de gevolgen voor het gepeste kind. Mogelijke gevolgen van voortdurend gepest worden zijn: faalangst, andere mensen wantrouwen, ptss, depressie, automutilatie, overwegingen of pogingen tot zelfdoding, zoals in 2009 Bas, een tienjarig jongetje uit Groesbeek, die een einde aan zijn leven maakte omdat hij niet meer tegen het pesten kon. We houden dan even onze adem in, houden een stille tocht, branden kaarsjes en laten het probleem daarna voor wat het is. Dit ondanks het

feit dat door het ministerie van OCW aan de aanpak van het pestprobleem jaarlijks acht ton wordt besteed. Voor dit bedrag had bovengenoemd probleem toch wel een aantal keren kunnen worden gesignaleerd?

Bob van der Meer is psycholoog, deskundig op geweld op en buiten school en beheerder van de website [www.pesttenet.nl](http://www.pesttenet.nl).

Bron: Brabants Dagblad, 26-11-2011, Rubriek opinie, 30-31

### **Wat doe je niet?**

Tot slot de beantwoording van de vraag: "Wat doe je, als ouder van een gepest kind, niet?"

#### *Ga geen gesprek met de pester op school aan*

Wat je als ouder van een gepest kind niet moet doen is: naar school gaan en een gesprek met de pesters aangaan. Het is de verantwoordelijkheid van de leerkracht dergelijke gesprekken te voeren. Hij ziet de leerlingen elke dag en heeft het recht en de plicht om gedrag(ingen) van zijn pupillen te corrigeren en straffen op te leggen. Ouders die wel een gesprek voeren met pesters op school, kunnen in grote problemen komen. De pesters ontkennen glashard, kijken daarbij de ouder aan alsof ze totaal niet begrijpen waar het over gaat of zeggen gewoon door te gaan. Ze doen dit omdat de ouder van een gepest kind erg kwetsbaar is. De ouder is namelijk zelf partij. Daarnaast kan hij kwaad zijn, zonder het te mogen uiten. Pesters voelen dit niet alleen haarzuiver aan, ook vinden zij dat de ouder zich niet met hun zaken heeft te bemoeien. Zij zijn buitenstaander in het conflict en de pesters laten dit ook duidelijk merken. Na een dergelijk gesprek hebben de pesters vaak veel lol en beramen ze daarna 'maatregelen' om het slachtoffer voor het 'klikken' te straffen.

#### *Ga geen gesprek met de ouders van de pester aan*

Als je besluit tot een gesprek met de ouders van een pester kan dit soms heel vervelend zijn.

In plaats van een open gesprek kan de ontmoeting uitlopen op een bijzonder negatieve ervaring. Ook de ouder van de pester kan het ontkennen, bagatelliseren of van mening zijn dat het gepeste kind het zelf uitlokt.

Het kan zijn dat de ouder van de pester vermoedens had dat het eigen kind pestte. Nu dit vermoeden waar blijkt te zijn, kan de ouder reageren met kwaadheid. Deze richt zich in eerste instantie op de brenger van het slechte nieuws. De ouder van het gepeste kind kan dan - in het ergste geval - zelf mishandeld worden. Dit overkwam een moeder die zich vervoegde bij het huis van de ouders van de pester met deze klacht. Ze werd door de vader van de pester zodanig toegetakeld dat ze in een ziekenhuis opgenomen moest worden. Een aanklacht durfde ze niet in te dienen. Het gezin verhuisde naar een andere gemeente.

#### *Organiseer geen feestjes thuis*

In de laatste plaats is het niet aan te raden voor de klas of groep een feestje thuis te geven. Een dergelijk - goed bedoeld - initiatief kan namelijk volkomen verkeerd uitpakken, vooral als de ouders van het gepeste kind de klasgenoten overdadig fêteren. Dit kan men beschouwen als 'afkoopgedrag' van de ouders van het gepeste

kind. De pesters hebben dit snel door en kunnen het kind, waar de ouders zelf bij zijn, buitensluiten.

HET PROBLEEM DAT PESTEN HEET:

In bijlage twee kunt u meer lezen over het onderzoek uit 2012

## **1 Landelijk onderzoek Pesten 2012 Primair onderwijs**

Van de leerlingen die aan dit onderzoek hebben deelgenomen, geeft 16 procent aan dat ze in de voorgaande weken gepest zijn. De overige 84 procent zegt niet te zijn gepest.

Ongeveer evenveel jongens als meisjes hebben in het onderzoek aangegeven frequent (dagelijks of wekelijks) gepest te worden. De gepeste leerlingen zitten vooral in de groepen 5 en 6. Het percentage leerlingen dat gepest wordt, is in de groepen 7 en 8 lager.

Leerlingen die gepest worden, voelen zich significant minder veilig in en rondom school dan leerlingen die niet gepest worden. Met betrekking tot het gedrag van de groepsleerkracht en de school rondom pesten (oplettend, aanpakken, praten over pesten e.d.) blijkt dat leerlingen die gepest worden, het gedrag van de leerkracht en de school lager beoordelen dan leerlingen die niet gepest worden. De gepesten vinden dus vaker dan de niet-gepesten dat de leerkracht en de school niet (altijd) goed oplettend op pestgedrag, het niet (altijd) goed aanpakken, en/of niet goed luisteren naar de gepeste leerlingen.

Van de leerlingen die gepest worden zegt 20 procent dat dit dagelijks gebeurt; 35 procent geeft aan elke week te worden gepest. Dat betreft 9 procent van de onderzochte leerlingen. Twee derde van de gepeste kinderen zegt dat dit op het schoolplein plaatsvindt. Opvallend is dat een derde van deze kinderen zegt (ook) in de klas gepest te worden. Het pesten gebeurt in twee derde van de gevallen door kinderen uit de eigen groep en het kan vele vormen aannemen: de schuld krijgen van iets, buitengesloten en uitgescholden worden, maar het gebeurt ook vaak dat deze kinderen het slachtoffer zijn van roddel of grappen. Deze kinderen voelen zich daardoor boos (66 procent), verdrietig (50 procent), alleen (45 procent) en bedreigd (21 procent).

Gevraagd naar hun reactie geeft 51 procent aan dat ze tegen de pester zeggen dat hij moet ophouden, 46 procent dat ze weglopen en 39 procent dat ze het aan de leerkracht vertellen. Ruim twee derde van de gepeste leerlingen zegt dat ze er met hun ouders over praten, 45 procent met vrienden of vriendinnen en bijna 40 procent met de leerkracht. Op de vraag of ze weten wat ze moeten doen wanneer ze gepest worden, zegt 47 procent dat ze dat niet altijd weten.

Van de deelnemende leerlingen zegt 17 procent dat ze wel eens pesten, 7 procent daarvan als degene die begint met pesten, 6 procent als actieve meepester en 58 procent als passieve meepester. Op de vraag waarom ze dat doen worden veel verschillende antwoorden gegeven, maar twee springen eruit: om met vrienden mee te doen (22 procent) en om zelf niet gepest te worden (19 procent).

Bijlage 3 (Artikel uit : Jeugd en gezin)

**Het is belangrijk om te weten waarom kinderen liegen. Is je kind bang voor straf, bang voor jou of ziet het geen verschil tussen de waarheid en de leugen. Kinderen liegen om veel**

## **verschillende redenen en niet alle zijn 'slecht'. In dit artikel enkele argumenten voor kinderen om te liegen en voor ouders om ze te herkennen.**

### **1**

#### **Liegen is geen groot probleem of wel?**

Alle kinderen gaan door een fase heen waarin ze iets vaker liegen. Het is een ontwikkelingsfase die veel kinderen doorlopen. Kinderen liegen om veel verschillende redenen en sommige zijn helemaal niet verkeerd. Toch vinden veel ouders een kinderleugen een probleem en soms is ongerustheid zeker op zijn plaats. Wanneer kinderen heel regelmatig liegen en daarmee hun relaties met anderen op het spel zetten is er reden voor zorg. Ook wanneer kinderen door te liegen zichzelf en anderen in gevaar brengen.

Sommige kinderen liegen meer dan andere. Kinderen die opgroeien in een omgeving waarin vaak wordt gelogen zullen sneller een leugen vertellen. In ander gevallen liegt een kind om geen andere reden dan om zichzelf veilig te voelen. Soms ligt het gewoon aan de persoonlijkheid van een kind, de een zal eerder liegen dan de ander.

### **2 Kinderen van drie liegen niet**

De eerste drie jaar van hun leven liegen kinderen niet. Ze zijn dan vaak nog niet taalvaardig genoeg om een leugen in elkaar te zetten. Meestal zijn ze ook gewoon vergeten dat ze iets fout hebben gedaan of dat iets niet mocht. 'Wie heeft de deur open laten staan?' Een kind van drie kan blijven volhouden dat hij dat niet heeft gedaan terwijl dat wel zo is. Het liegt niet, het weet het niet meer, te onbelangrijk om te onthouden. Maar de grens tussen de werkelijkheid en de 'droomwereld' is op deze leeftijd soms flinterdun. Je dreumes kan een geweldig fantasievol verhaal vertellen en dit als een waar verhaal presenteren, het heeft niets met liegen te maken.

Vraag een kind van een jaar of drie op een boze toon of hij van de koekjes heeft gesnoept en je krijgt een verschrikt 'Nee'. Waar antwoordt hij nou 'nee' op? Heel misschien op je vraag maar misschien ook op de toon van de vraag. Wat het nog iets ingewikkelder maakt is dat kinderen van deze leeftijd nog amper een 'slecht' geweten kennen. Wanneer jij in de kamer bent laten ze de planten met rust, zodra je de kamer verlaat hangen ze er als Tarzan in. Jij bent nog een tijd het geweten van je kind, eenmaal uit zicht gelden er andere regels.

### **3 Vier jaar en ouder, we gaan liegen**

Zo ongeveer tegen het vierde jaar weten kinderen het verschil tussen werkelijkheid en fantasie. Het prachtige gloedvolle fantasieverhaal van de peutertijd begint aan kleur te verliezen. Ook belangrijk is dat kinderen nu wel een slecht geweten kunnen hebben. Wanneer een ouder de kamer verlaat weten ze wel dat ze niet aan de tv mogen komen. Met de eerste 'echte' leugens proberen ze de straf te ontlopen.

Kinderen zijn zes wanneer ze de verschillende 'leugens' leren onderscheiden. Volwassenen noemen dit 'leugentjes om bestwil'. Je vertelt niet aan oma dat die met veel ijver gehaakte sjaal werkelijk afschuwelijk is. Dan pas kun je kinderen leren dat dit een ander leugen is dan die waarin ze bleven volhouden de vaas niet kapot gegooid te hebben. Op deze leeftijd kunnen kinderen ook gaan liegen omdat ze anderen willen beschermen of omdat ze hun ouders of docenten niet willen teleurstellen. Het vervolmaken van de leugentjes al dan niet om 'bestwil' is dan begonnen. Voordat je dit wilt aanpakken, waarom liegen kinderen?

#### **4 Verschillende kinderleugens**

Kinderen liegen net als volwassenen om verschillende redenen en niet alle zijn verkeerd. (Maar dat is voor later.)

Kinderen vertellen leugens omdat ze:

- geen straf willen krijgen
- zichzelf willen beschermen
- anderen willen beschermen
- hun ouders niet willen teleurstellen
- zichzelf beter willen voordoen ('ik krijg iedere week 20 euro zakgeld')
- iets willen ('van mam mocht ik een ijsje halen')
- een geheim moet bewaren
- de waarheid niet aardig vinden ('prachtige sjaal oma!')
- iemand willen pesten
- onder een klusje uit willen komen
- een beetje privacy willen ( Vraag maar wat ze op school deden. 'Weinig!')
- aandacht willen.

#### **5 Belangrijk: lieg niet**

Probeer zelf niet te liegen en dat is soms moeilijk. Laat kinderen aan de telefoon niet vertellen dat 'mamma niet thuis is'. Breek geen beloftes. Dat is niet altijd eenvoudig. In een druk leven verandert er nu eenmaal veel tussen nu en overmorgen. Leg dit altijd uit aan kinderen en ook dat je dit heel vervelend vindt. Soms moet je een kleine leugen vertellen. 'Nee, oma ze vinden de koekjes heerlijk!' Zo'n leugentje om bestwil is zeker voor kleine kinderen moeilijk te begrijpen. Toch zul je ook moeten proberen uit te leggen dat er gradaties zijn in leugens. Volwassen die niet willen dat hun kinderen leren liegen moeten het goede voorbeeld geven.

#### **6 Straffen en belonen bij liegen**

Wanneer je een kind betrapt op een leugen? In de eerste plaats heeft een kind waarschijnlijk een leugen verteld omdat hij straf vreesde. De straf voor waarom je hebt gelogen of de straf voor de leugen? Moeilijk om te kiezen niet? Probeer het waarom van de leugen te achterhalen. In de eerste 'ontdekkingsjaren' wil je ze liever leren dat de waarheid vertellen soms makkelijker is dan de leugen bedenken. Geef kinderen de kans om te 'bekennen' zonder een 'verhoor' af te nemen.

Straffen, natuurlijk voor wat het heeft uitgespookt maar dubbel straffen kun je misschien beter achterwege laten. Bedenk wel hoe zwaarder de straf hoe meer reden voor de volgende leugen. Bedenk geen straf wanneer je nog erg boos bent. Overigens nooit een goed moment. Leg uit dat je erg teleurgesteld bent, dat het je verdrietig maakt. Vaak maakt dat meer indruk.

'Ontmasker' niet in gezelschap. Laat een kind aan opa vertellen dat het tien doelpunten zette in de laatste wedstrijd. Opa vindt het verhaal geweldig en weet ook wel dat het verhaal met een korreltje zout moet worden genomen. Op dat moment ingrijpen is niet alleen gênant voor het kind maar ook voor de volwassenen in zijn omgeving.



## **7 Ik hou van je maar..**

Het moet makkelijker worden om de waarheid om te vertellen dan om te liegen. Dat kan alleen in een veilige omgeving. Laat een kind merken dat je weet dat hij liegt maar je bent geen leugenaar, je vertelt een leugen. Er is wel degelijk een verschil, label niet gelijk het karakter van een kind. Het is voor kinderen een natuurlijke ontwikkelingsfase om te ontdekken hoe ver de waarheid omgebogen kan worden.

## **8 De waarheid is belangrijk**

Kinderen moeten leren waarom het belangrijk is om de waarheid te vertellen. Ouders zijn verantwoordelijk voor een kind en moeten weten of het veilig is. Wanneer je veel liegt zullen mensen je soms niet geloven wanneer je de waarheid verteld. Iedere volwassene kent wel zo'n verhaal. Die man die verdronk omdat hij wat al te vaak 'help ik verdrink...' met publiek had geroepen. Het kind dat zwaar ziek naar school moest omdat het te vaak 'ziek' thuis wilde blijven. Ouders kunnen en moeten ervoor zorgen dat hun kind veilig is en kunnen dat beter wanneer ze de waarheid weten.

## **9 Veiligheid, veiligheid en veiligheid**

Kinderen die opgroeien in een veilige omgeving waarin ze fouten mogen maken en zo af en toe met een leugen kunnen experimenteren, worden zelfverzekerde volwassenen. Tegelijkertijd moeten ze ook leren dat er wel degelijk leugentjes zijn die mogen. Wanneer een onbekende belt en je bent alleen thuis zeg je dat pappa onder de douche staat. Je doet nooit een voordeur open wanneer je alleen thuis bent en wanneer ze blijven bellen roep je dat pappa ziek op bed ligt. Je mag best vertellen aan een vreemde in een auto dat je de weg niet weet.

Goede manieren: je bedankt hartelijk voor de meest vreselijke cadeaus en de cakejes van tante Greet zijn altijd heerlijk. Je vertelt natuurlijk niet wat je zus krijgt voor haar verjaardag.

## **10 Waarom ouders liegen**

Mag je soms liegen tegen je kinderen? Niet te snel 'nee' roepen. In een propvol restaurant begint juist jouw kind te gillen om een tweede ijsje. Helaas die zijn op. Dat is een echte leugen maar in enkele gevallen is een 'halve' leugen niet zo heel erg.

Soms is de hele waarheid nog te moeilijk om te bevatten. Hoe ga je om met al die vragen waarop je geen antwoord wilt geven, geen antwoord weet of de waarheid is moeilijk of verdrietig:

- Kinderen kunnen vragen stellen waarop je geen antwoord wilt geven. Niet alleen omdat het te privé is maar ook omdat het kind daar nog niet aan toe is. Op sommige vragen mag je antwoorden met, 'dat is echt privé'. Kinderen kunnen vragen hebben over je verleden maar het is maar de vraag of ze alles moeten weten.
- 'Bestaat Sinterklaas?' Waarschijnlijk kun je dan beter vragen, 'wat denk jij' of 'wat heb je gehoord op school?'
- 'Waarom komt pappa niet op mijn verjaardag?' Hoe graag je misschien wilt zeggen, 'omdat pappa een ... is', kun je ook zeggen, 'bel pappa maar even dan kun je het hem vragen'.
- In enkele gevallen is het beter de waarheid iets te verzachten. Wanneer er een ernstig ongeluk is gebeurd in de omgeving van een kind, kun je zelf de informatie geven. Kinderen hebben niet alle gruwelijke details nodig, wel informatie op hun eigen nivo.

Met mate mag je de waarheid een draai geven, eroverheen praten, antwoorden met een vraag of gedoseerd vertellen. Maar pas op. Een onderzoek toonde aan dat volwassenen vooral de leugens van hun ouders erg vonden. De meeste volwassenen konden zich die leugens ook nog goed herinneren. De meeste ouders waren deze vergeten

## **Bijlage 4 "Oorzaak en gevolgen van pesten"**

### **Oorzaken pesten**

De belangrijkste oorzaken van pesten zijn:

- Iemand ziet er anders uit: mensen vertonen vaak een reactie op anderen die er anders uit zien. Of het nou is omdat iemand rood haar heeft of een bril, opvallen is, zeker bij kinderen, niet altijd positief. Dingen die anders zijn vallen op, waardoor kinderen geneigd zijn die persoon in een hokje te plaatsen en een oordeel te vellen op basis van een idee dat ze hebben. Als je heel stevig in je schoenen staat, zullen pesters weinig grip op je krijgen.
- De rode lap: pesten bij kinderen begint altijd onschuldig. Door bepaalde reacties kunnen eenvoudige opmerkingen of plagerijen omslaan in pesten. Dit gebeurt met name als de persoon die gepest wordt, laat zien dat het hem of haar raakt. Door te huilen, boos te worden, mee te lachen of onzekerheid uit te stralen, kunnen kinderen reageren als een stier op een rode lap. Elke keer dat ze bevestigd worden dat de andere persoon moeite heeft met het pesten, zal een motivatie worden om nog meer en harder te pesten.
- Jaloezie is vaak een onderliggende reden. Veel gepeste kinderen zijn erg intelligent, vallen op of zijn heel erg zichzelf, waardoor pesters er weinig vat op krijgen. Ook dit kan juist reacties uitlokken.
- Meelopen: zodra de belangrijkste pester door heeft dat hij of zij aandacht krijgt van medeleerlingen als iemand gepest wordt, ontstaat er een machtspeletje. De pester zal de gepeste willen domineren en heeft daar een publiek voor nodig. Zolang dat publiek, de zogenaamde meelopers, niet ingrijpt, stijgt de macht die de pester krijgt met de dag en wordt het voor de gepeste moeilijker en moeilijker om zich staande te houden.
- Thuissituatie van de pester: ook de thuissituatie van de pester kan van invloed zijn op pestgedrag. In een instabiele thuissituatie waarin veel problemen zijn, zal de pester veel frustratie opbouwen. Door die frustratie af te reageren op iemand die minder dominant aanwezig is, ontstaat een patroon waarin de pester bevrediging haalt uit het vergroten van zijn invloed en kruipt de gepeste steeds verder weg.
- Meisjes pesten anders dan jongens. Jongens zijn eerder fysiek, meisjes zijn onderling gemener en kunnen verder gaan.

Zoals je merkt is pesten een ingewikkeld sociaal probleem waar niet 1-2-3 een oplossing voor is. Zelfs als de oorzaak van pesten duidelijk is, is het moeilijk hier effectief iets aan te doen. Het belangrijkste voor iemand die gepest wordt is een vertrouwenspersoon aan wie ze kunnen vertellen wat er aan de hand is. Houd er rekening mee dat gepeste kinderen dit over het algemeen zullen ontkennen en niet vol enthousiasme staan te springen om de hulp die volwassenen willen bieden.

### **Gevolgen van pesten**

Op deze pagina beschrijven we een aantal van de gevolgen die pesten kunnen hebben op kinderen. De gevolgen zijn divers, maar over het algemeen levert pesten grote problemen op voor kinderen. Ieder

kind zal pesten op zijn of haar eigen manier verwerken, maar dat de invloed op latere leeftijd en op het hele verdere leven van de gepeste groot zijn, staat buiten kijf. Onderzoek wijst uit dat 8% van de kinderen regelmatig gepest wordt.

### **Gevolgen van pesten voor kinderen:**

- Minderwaardigheidsgevoel: een kind dat stelselmatig gepest is, gaat automatisch van zichzelf denken dat hij of zij minderwaardig is. Als iedereen maar vaak genoeg laat merken dat je anders bent, ga je dit vanzelf geloven. De invloed hiervan is enorm. Een kind kan ernstig belemmerd worden in allerlei toekomstplannen door een minderwaardigheidsgevoel
- Eenzaamheid: eenzaamheid is een van de grootste gevolgen van pesten. Als je het gevoel hebt dat niemand je begrijpt en niemand je helpt, kan eenzaamheid een zware last zijn. Een mens is geprogrammeerd om vrienden te maken en sociale contacten te onderhouden. De eenzaamheid die ontstaat bij iemand die structureel gepest wordt, kan jaren en jaren duren, ook als ze daarna wel vrienden of kennissen hebben
- Schoolprestaties: als je continu op je hoede bent, kun je niet presteren. Een veilige omgeving is 1 van de benodigheden voor kinderen om succesvol te worden. Het gevolg van pesten kan zijn dat schoolprestaties zwaar lijden onder het pesten.
- Fysieke klachten: hoofdpijn, migraine en andere fysieke klachten komen vaak voort uit ophopingen van stress en wanhoop.
- Bang voor nieuwe contacten: gepeste kinderen durven ook in een nieuwe omgeving vaak geen contacten meer te leggen. Zelfs als ze bijvoorbeeld van school of sportclub veranderen, kan de situatie al zo ernstig zijn, dat ook hier het patroon zich herhaalt.
- Zelfmoord: hoewel niemand het graag leest, kan ook zelfmoord een mogelijk gevolg zijn van pesten. De invloed van pesten op iemands leven en welzijn is enorm. Ook daarom is het van enorm belangrijk dat pesters tijdig gestopt worden en gepeste kinderen hulp krijgen die effectief is.

