

## **(anti-)Pestprotocol Stichting Prisma**



### **1. Inleiding**

Pesten is in voorkomend geval een wezenlijk en groot probleem. Pestgedrag is schadelijk tot zeer schadelijk voor kinderen, zowel voor slachtoffers als voor de pesters. Dit ernstige probleem moet aangepakt worden.

Wij hanteren als school een aantal maatregelen ter voorkoming en bestrijding van pestgedrag. De basis daarvan is: het instellen van de "Gouden Leefregels" van de school. Van dit reglement, dat geldt voor iedereen, van kleuter tot leerkracht, krijgt ieder kind dat op school komt een kopie (in de schoolgids).

Wat er gebeuren kan, gebeuren zal, gebeuren moet als bovenstaande leefregels stelselmatig worden overtreden - dus als er toch gepest wordt - staat in het pestprotocol. Ze zijn gesplitst in drie hoofdstukken:

- wat kan een leerling die gepest wordt zelf doen?
- wat kan de rol zijn van de ouders?
- wat zal de leerkracht doen?

### **2. De "Gouden Leefregels" van de school**

#### *a. Op onze school laten we iedereen in zijn waarde.*

Niet alleen schelden we niet en lachen we elkaar niet uit, maar we houden ons ook aan de volgende regels:

- We raken niemand aan die niet aangeraakt wil worden.  
Dit betekent natuurlijk ook dat we nooit iemand pootje haken, schoppen, slaan of vechten.
- We blijven van elkaars spullen af.  
Dit betekent natuurlijk ook dat we nooit spullen van anderen vernielen
- We gunnen iedereen een plaatsje in de groep.  
Dit betekent natuurlijk ook dat we nooit demonstratief opstaan en/of weglopen als er iemand aankomt die we niet aardig vinden.
- We gebruiken geen grove taal.  
Dit betekent natuurlijk ook dat we elkaar niet 'voor de grap' allerlei vreemde benamingen geven, of grove woorden gebruiken om indruk te maken op elkaar. Je hebt iemand gekwetst voor je er erg in hebt.

#### *b. Op onze school luisteren we naar elkaar.*

Dus als iemand zegt dat hij/zij niet mee wil doen; of je vraagt op te houden met stoeien/plagen; of je vraagt terug te geven wat je hebt geleend, dan doe je dat.

#### *c. Op onze school kun je, als anderen zich niet aan deze regels houden, altijd bij de juf of de meester terecht.*

Los problemen met andere kinderen niet op met grove taal, schelden, slaan of vechten, ga zo nodig naar een juf of meester toe. Als je het gevoel hebt dat je echt gepest wordt, ga dan naar je eigen juf of meester toe en als je dat niet durft naar een juf of meester waartegen je dat wel durft te zeggen.

Een keertje plagen of geplaagd worden is niet zo erg, maar als je het gevoel hebt dat je echt gepest wordt, dus dat er kinderen zijn die steeds de regels die hierboven staan aan hun laars lappen, dan moet je dat echt melden. Dan kunnen er, in overleg met jou, maatregelen genomen worden. Dat geldt ook als pesterijen

meestal buiten schooltijd plaatsvinden, want deze regels gelden in de klas en op het schoolplein, binnen en buiten schooltijd en ook op weg van school naar huis!

### 3. De leerling

Wat je zelf kunt doen:

a. *Ga praten*

Denk je dat jouw eigen juf of meester jouw probleem niet goed zal begrijpen, ga dan naar een juf of meester waar je wel goed mee kunt praten. Misschien denk je: "Hoe moet dat nou? Er zijn altijd andere kinderen bij."

b. *Het antwoord is: Maak van tevoren een afspraak*

Dat klinkt ingewikkeld, maar dat valt best mee. Je stapt gewoon op de leerkracht waar jij mee wilt spreken af en je zegt: "Mag ik een keer met u praten?" Je hoeft dan nog niet te zeggen waarover je wilt praten. De juf of meester kijkt gewoon wanneer zij/hij tijd heeft en dan gaan jullie er samen voor zitten. Dat heeft een hoop voordelen:

- Er luistert niemand mee.
- De juf of meester heeft alle tijd voor jou.
- Jij kunt van tevoren precies bedenken wat je allemaal wilt gaan zeggen.

c. *Vind je zo'n gesprek helemaal in je eentje eng, dan mag je natuurlijk gerust iemand meenemen.* Een vriend of vriendin die nooit meepest, of bijvoorbeeld je vader of moeder.

d. *Als je niet gaat praten met je eigen leerkracht, maar met een andere juf of meester, dan ga je later met die meester of juf naar je eigen leraar om samen de problemen uit te leggen,* want je eigen juf of meester moet natuurlijk uiteindelijk wel weten van jouw problemen om je in de klas te kunnen helpen.

Als je alles hebt verteld moeten er natuurlijk samen met jou plannen gemaakt worden om het pesten te laten stoppen. Bovendien is het misschien belangrijk om, als je dat nog niet gedaan hebt, ook eens met je ouders te praten. Als je het zelf nog niet hebt durven vertellen kan de meester of juf je daarbij helpen. Kortom, gaan praten is het begin van een oplossing.

e. *Je kunt natuurlijk ook eerst met je ouders praten als je niet op school met je verhaal voor de dag durft te komen.*

Je ouders kunnen dan, als je dat wilt, eerst zonder jou met de juf of meester gaan praten. Tijdens dat gesprek kunnen ze dan voor jou een afspraak maken. Je ouders kunnen ook meteen samen met jou een gesprek op school hebben, waarbij ze je helpen met je juf of je meester te praten. *Jij bent degene die bepaalt hoe het zal gaan!*

Na die gesprekken moet er natuurlijk van alles gedaan worden. Waarschijnlijk zal er in de klas gepraat gaan worden over wat er met jou gebeurt. Dat klinkt eng, maar dat is het niet. Je kunt namelijk niet meer stiekem gepest worden, omdat je leraar er alles van af weet. En er zullen ook straffen afgesproken worden voor de kinderen die doorgaan met jou te pesten.

Er zijn kinderen genoeg in je klas die dat pesten eigenlijk ook helemaal niet leuk vinden, maar die er niks aan durven te doen. De meester of juf zal die kinderen vertellen dat ze je kunnen helpen door hem/haar te vertellen wanneer de pesters weer bezig zijn. *Dat is dan geen klikken!*

Bovendien zal de juf/meester gaan praten met de pester(s) zelf. Ook dat klinkt eng, maar het is erg belangrijk. Het is goed om te weten waarom kinderen pesten. Misschien is de pester zelf ook wel niet zo gelukkig in de klas en pest hij/zij daarom, of is hij vroeger zelf getreiterd en denkt hij/zij nu op deze manier de sterkste te zijn. Of misschien zijn pesters bang dat ze zelf gepest gaan worden en willen ze dat voor zijn. Als over de reden van het pesten gepraat kan worden is de kans groot dat het vanzelf minder wordt.

*Kortom:*

*Als iedereen weet dat pesten echt niet kan, dat er serieus op gelet wordt, dat pesters erop aangesproken worden en dat het echt straf oplevert als je het toch doet; als andere kinderen bovendien kunnen laten merken dat ze de pesters eigenlijk helemaal niet aardig vinden, dan is de kans groot dat het uiteindelijk echt stopt.*

*Dus:*

*Laat je helpen. Wij vinden het echt niet stom, kinderachtig of gek. Wij nemen je serieus en wij zijn er voor je.*

#### **4. De ouders**

Wanneer ouders erachter komen dat hun kind op school gepest wordt, zijn ze meestal erg geschokt. Als dat u overkomt, laat u dan niet afschrikken. Het is van groot belang, dat ouders ingaan op signalen van pestgedrag. Want pesten is een serieus probleem, waartegen zo snel mogelijk maatregelen moeten worden genomen !

Dat kan alleen als wij op school op de hoogte zijn van de situatie. En omdat pesten meestal in het geniep plaats vindt en gepeste kinderen er vaak niet zelf mee naar de leerkracht gaan, is dat niet altijd het geval. Wij vragen de ouders dan ook met klem om hun zorgen over dit onderwerp met ons te bespreken. Openheid helpt om eventuele problemen in kaart te brengen en er iets aan te doen.

Wij realiseren ons terdege dat je als ouder kwetsbaar bent wanneer blijkt dat je kind gepest wordt of, misschien nog wel erger, dat jouw kind een pester is. Toch is het van groot belang dat u contact met ons opneemt. Dat kan zijn met de eigen juf of meester van uw kind; maar als u daar moeite mee hebt kunt u voor een eerste gesprek ook terecht bij de interne contactpersoon. Natuurlijk zal deze leerkracht op termijn wel contact opnemen met de klassenleraar, zodat die samen met u en met uw kind kan gaan werken aan de aanpak van het probleem.

Wat zijn signalen waar u op zou moeten reageren:

*a. Het kan zijn dat uw kind gepest wordt als:*

- het vaak vage lichamelijke klachten heeft als het naar school moet. (buikpijn, hoofdpijn, misselijkheid enz.)
- het aangeeft dat het zich ongelukkig voelt binnen de groep of op school.
- het verhalen vertelt over pesterijen die hem of haar worden aangedaan en daarbij steeds dezelfde naam/namen noemt.

*b. Het kan zijn dat uw kind getuige is van pestgedrag als:*

- het aangeeft dat er een kind in de groep zit dat regelmatig gepest wordt door hetzelfde kind/dezelfde kinderen. Uw kind vindt het weliswaar zielig, maar durft er niets aan te doen.

c. *Het kan zijn dat uw kind zelf pest als:*

- het voortdurend met stoere verhalen thuiskomt, over hoe hij/zij de lachers op de hand krijgt of over hoe hij de meester of juf in de maling neemt.
- het vaak tegendraads en opstandig is.
- het altijd zijn zin wil doordrijven.
- het weinig of niets vertelt over waar en met wie hij/zij speelt of wat hij/zij buitenshuis doet.

Het spreekt vanzelf dat u in dergelijke gevallen in eerste instantie zelf met uw kind praat en eruit probeert te krijgen wat er nou precies aan de hand is. Want hoofdpijn, buikpijn en misselijkheid hoeven natuurlijk niet per definitie te betekenen dat het kind op school gepest wordt. Ook stoere verhalen willen niet per se zeggen dat uw kind een pester is. En ieder kind probeert wel eens zijn zin door te drammen. Maar een groot aantal van deze kenmerken bij elkaar wil toch zeggen dat u, als u met uw kind praat, eens moet doorvragen.

*Krijgt u in het gesprek met uw kind het idee dat er op school echt gericht gepest wordt, neem dan zo snel mogelijk contact met ons op.*

Wanneer de meester of juf van het gepeste kind op de hoogte is gebracht van het probleem kunnen er verschillende stappen volgen:

- a. De leerkracht neemt zelfstandig contact op met uw kind en nodigt het uit voor een gesprek onder vier ogen.
- b. U vertelt het kind (als het dat nog niet wist) dat u bent gaan praten en vraagt of het met u erbij een gesprek met de leerkracht wil aangaan, of dat het liever alleen met de juf of de meester wil praten. U maakt eventueel een afspraak voor het kind.
- c. De leerkracht neemt contact op met de pester, vraagt hem/haar naar de reden van het pestgedrag en wijst nog eens op de leefregels van de school en de consequenties van het blijven pesten.
- d. De leerkracht neemt eventueel contact op met de ouders van het gepeste kind – als dat niet degenen waren die het probleem hebben aangekaart – en nodigt ze uit voor een gesprek om er achter te komen of ze zelf ook het idee hebben dat er iets mis is. Als dat inderdaad zo is moet er ook met het kind zelf gesproken worden.

Het is van belang dat er een gesprek op gang komt tussen de leerkrachten en (in eerste instantie) het gepeste kind. Pas als de leerkracht precies weet wat er gaande is, kan hij/zij – in het overleg met het kind - maatregelen nemen.

Die maatregelen zullen in de regel bestaan uit:

- a. Een gesprek met de groep waarin het pesten bespreekbaar gemaakt wordt en waarin de kinderen eventueel betrokken worden bij de maatregelen/straffen die genomen/gegeven zullen worden bij verdergaand pesten. De mogelijke sancties die staan op pestgedrag zijn in principe bij de groep bekend, omdat die aan het begin van het schooljaar met de groep zijn besproken/vastgesteld. De kinderen kunnen daarbij hun eigen visie geven op pesten en de maatregelen die daartegen genomen zouden moeten worden. Dus ook creatieve oplossingen zijn mogelijk. Dat hangt van de sfeer in de groep af. De zwaarte van de straf hangt

af van de leeftijd van de kinderen en de aard van het pestgedrag. Het kan variëren van bijv. klusjes, tot – in het uiterste geval – schorsen of van school sturen.

- b. De goedwillende kinderen in de klas zal nogmaals duidelijk gemaakt worden dat ook zij een taak hebben in het groepsgebeuren. Dat er van hen verwacht wordt dat zij voor een zwakkere klasgenoot opkomen en dat pesten zo'n zwaar vergrijp is dat zij dit te allen tijde aan de leerkracht moeten melden en dat dit geen klikken is.
- c. De leerkracht zal er op toezien dat kinderen die voor het gepeste kind opkomen niet zelf ook het slachtoffer worden van de pester.
- d. De leerkracht zal een gesprek aangaan met de pester om uit te vinden wat dat kind tot zijn gedrag beweegt.
- e. Als een pester niet stopt met pesten, dan zullen er straffen worden gegeven.

Na het eerste gesprek zult u op de hoogte gehouden worden van wat er allemaal op school gebeurt. De leerkracht zal u vragen hem/haar ook te blijven informeren over hoe het thuis met uw kind gaat. En mocht u er behoefte aan hebben, kan er nog eens een wat formeler gesprek plaats vinden.

*Wat kunt u zelf doen om uw kind, als het gepest wordt, thuis te ondersteunen?*

- a. U kunt een gesprek op gang proberen te houden. En dat betekent vooral luisteren zonder teveel commentaar over hoe u het zou aanpakken. Geef uw kind het gevoel dat u het door dik en dun steunt.
- b. Hoe moeilijk het ook is, probeer uw kind zijn/haar zelfvertrouwen terug te geven, want dat is bij een kind dat gepest wordt vaak ver te zoeken.
- c. Heb niet teveel negatief commentaar, ook al doet het kind de dingen anders dan u ze zou doen.
- d. Geef het een compliment iedere keer dat het iets goeds doet, want elk kind is ergens goed in en vaak nemen we dat voor lief zonder er iets van te zeggen. Kinderen 'groeien' door het krijgen van complimenten.
- e. Geef het kind eens wat meer verantwoordelijkheden, waarbij u aangeeft dat u vindt dat hij/zij zo goed is in die dingen.
- f. Geef het kind inspraak in een aantal zaken in huis. Bijvoorbeeld in de keuze van zijn/haar eigen kleding of de inrichting van de eigen kamer.
- g. Misschien kunt u uw kind een boek laten lezen over het onderwerp 'pesten'. In de bibliotheek kunnen ze u ongetwijfeld aan titels helpen op dit gebied, die geschikt zijn voor de leeftijd van uw kind. Het kan een openbaring zijn om te lezen over iemand in dezelfde omstandigheden als jij.
- h. Moedig het kind aan vaker zelf iets te ondernemen. Laat het bijvoorbeeld lid worden van een club, maar dwing het kind hierbij niet.
  - Onderneem zelf iets met uw kind.
  - Geef het kind de tip een dagboek bij te houden over alle gebeurtenissen op school. Daarbij kan het een aantal zaken van zich afschrijven en krijgt het misschien ook zelf een beter inzicht in wat er nu precies gebeurt.
  - Moedig uw kind nooit aan terug te slaan, verhaal te gaan halen enz. Dit helpt namelijk niet: als het kind dat zou kunnen, zou het niet gepest worden. Dan was het weerbaar genoeg. Door uw kind aan te moedigen iets te doen wat het qua karakter niet kan, versterkt u het waarschijnlijk toch al aanwezige minderwaardigheidscomplex.

*Wat kunt u zelf doen als uw kind tot de middenmoot behoort, dus niet gepest wordt en zelf ook niet pest?*

- a. Praat met uw kind over dit protocol.

- b. Moedig uw kind aan geen meeloper te worden. Leg het uit hoe het is om gepest te worden of buiten de groep te vallen en leer het de zaken van verschillende kanten te bekijken.
- c. Leer uw kind om voor zijn/haar mening uit te komen. Dan durft het misschien pesters ook aan te spreken op hun gedrag.
- d. Leer het kind aandacht te schenken aan kinderen die 'er niet bij horen' en om niet altijd te doen wat de groep doet of zegt.
- e. Spoor uw kind aan om ook eens dat minder populaire kind mee naar huis te nemen om te spelen. En het zou helemaal mooi zijn als u met uw kind zou kunnen afspreken dat het ook eens dat kind dat nooit gevraagd wordt op zijn/haar verjaardagspartijtje uitnodigt.

*Wat kunt u zelf doen als uw kind niet gepest wordt, maar zelf pest?*

- a. Ook dan is het van belang zelf met het kind te praten om uit te vinden wat er precies mis is.
- b. Ook dan is het verstandig een gesprek op gang te brengen tussen uw kind en de leerkracht, want het kan zijn dat die relatie door het gedrag van uw kind al niet meer optimaal is.
- c. Probeer uit te vinden waarom het kind doet wat het doet. Misschien heeft het 't gevoel dat het zich alleen middels pesten staande kan houden in de groep, of is het vroeger zelf gepest.
- d. Misschien heeft het pestende kind behoefte aan extra aandacht en vraagt het dat op een negatieve manier. Probeer die negatieve aandacht om te buigen naar positieve aandacht. Geef het kind eens een complimentje bij goed gedrag en ga er iets leuks mee doen. Ook bij een pestend kind kan het helpen om het zelfbeeld te versterken, door samen dingen te ondernemen en het te laten merken dat u waardering hebt voor zijn/haar positieve prestaties.
- e. Maak het kind daarnaast ook duidelijk wat het met zijn/haar pestgedrag aanricht bij anderen.
- f. Met het pestende kind wordt op school duidelijk afgesproken dat dergelijk gedrag niet getolereerd wordt. En de sancties die staan op verdergaand pestgedrag worden duidelijk aangekondigd. Het is van belang dat u de school in het nemen van deze maatregelen steunt. Dat kunt u o.a. doen door het kind ook thuis duidelijk te maken dat u, hoeveel u ook van hem houdt, pestgedrag niet accepteert en dat u de school de ruimte geeft voor het uitvoeren van een eventueel strafbeleid.

*De school heeft de hulp van ouders in ernstige pestgevallen dringend nodig. Zowel de hulp van de ouders van het gepeste kind, als de hulp van de ouders van de pester. Alleen als beide kinderen hun gevoel van eigenwaarde terugkrijgen en/of behouden kan het beter met ze gaan. Ook ouders van kinderen die noch bij de ene, noch bij de andere groep behoren kunnen een grote rol spelen bij het bepalen van de sfeer op school. Samen kunnen we werken aan een veilige school!*

## **5. De leerkrachten**

Op onze school hechten we er grote waarde aan dat de leerlingen zich binnen de school en de groep gerespecteerd en veilig voelen. Wij zijn ons ervan bewust dat onderzoeken hebben uitgewezen dat dit voor veel kinderen op de basisschool niet opgaat, omdat gemiddeld een op de vier leerlingen wordt gepest. Daarom zijn wij gekomen tot het opstellen van de 'Gouden leefregels' van de school. Aan deze leefregels heeft iedereen, van groot tot klein, zich te houden. Uit deze leefregels blijkt zonneklaar wat wij het belangrijkste vinden, namelijk: *iedereen op deze school wordt geaccepteerd zoals hij is! Pesten wordt niet getolereerd!*

Met de onderstaande maatregelen zullen wij duidelijk maken hoe groot het belang is dat wij daaraan hechten:

- a. *De leerkrachten zullen er op toezien dat iedereen de inhoud van de leefregels kent en zich er ook aan houdt.*

Centraal daarbij staat de manier waarop we op school met elkaar omgaan. Handtastelijkheden en grof taalgebruik zullen niet worden geaccepteerd. Wij hopen in de dagelijkse praktijk te kunnen komen tot een goedgemanierde en respectvolle wijze van elkaar benaderen. Dat is de basis van een veilige school. Alleen kinderen die zich veilig voelen presteren optimaal.

- b. *De leerkrachten besteden aan het begin van ieder schooljaar, met hun nieuwe groep, aandacht aan de 'Gouden Leefregels'.*

Samen bespreken zij wat ze daaraan voor hun groep dat jaar van belang vinden en samen bepalen ze de maatregelen die genomen zullen worden bij overtreding van deze leefregels.

- c. *De school maakt gebruik van een methode, die ervoor zorgt dat de onderwerpen omgangsvormen en sociaalgedrag in elke groep op het rooster staan en die mogelijkheden biedt er op diverse manieren in het schoolprogramma mee bezig te zijn.*

- d. *De leerkrachten zullen zich actief inzetten om de "middenmoot" te motiveren op te komen voor de rechten van de zwaksten.*

De "middenmoot" in de klas bestaat uit kinderen die niet pesten en niet gepest worden en die in de regel ook nooit ingrijpen als een ander wordt gepest. Wij willen onze leerlingen een groepsgevoel bijbrengen en proberen om in de groepen tot een sfeer van saamhorigheid te komen waarin pesten niet tot een uitwas kan uitgroeien: 'Dit is onze klas, wij hebben het gezellig samen en hier wordt niet gepest!'. Wij willen de kinderen leren dat een bepaalde sociale controle in de groep goed is en dat ze, als ze problemen signaleren, altijd naar ons toe moeten komen. Dat is geen klikken, dat is opkomen voor een ander.

- e. *Ondanks reglementen en goede bedoelingen zal pesten niet totaal uit te sluiten zijn, vooral omdat het vaak in het geheim gebeurt. Signaleert een leerkracht toch een pestprobleem, dan zal hij/zij tot actie over gaan.*

De directe actie zal afhangen van hoe het probleem opgemerkt wordt: door de leerkracht zelf, door een medeleerling, door de ouders, of doordat het gepeste kind komt praten. maar altijd zal het aanpakken van het probleem inhouden dat de meester of juf een gesprek heeft met het gepeste kind en het probleem serieus neemt. De daarop volgende stappen zullen altijd in overleg met het kind plaats vinden.

- f. *Stappen die mogelijk zijn om een gepest kind te helpen:*

- De meester of juf heeft een gesprek met het gepeste kind, brengt het probleem in kaart en zoekt samen met het kind naar mogelijke oplossingen.
- De meester of juf heeft, na overleg met het gepeste kind, een gesprek met de pester(s). De pester(s) wordt/worden nogmaals gewezen op de schoolregels. Geprobeerd wordt uit te vinden waaruit het pestgedrag voortkomt en gewezen wordt op de consequenties van het pesten voor anderen en voor de pester(s) zelf (straf en niet geaccepteerd worden door de groep). Bovendien probeert de leerkracht, door middel van het belonen van goed gedrag en het geven van positieve aandacht, de pester tot meer acceptabel gedrag te brengen.
- De meester of juf heeft, na overleg met het gepeste kind, een gesprek met de klas waarin de 'Gouden leefregels' van de school nogmaals aan de orde komen. Daarin wordt de groep opgeroepen te waken over de sfeer in de klas en op te komen voor kinderen die gepest worden. Problemen aangeven bij de leerkracht

is geen klikken. 'Meelopen' met een pester is niet stoer, maar laf. Als je opkomt voor een gepest kind ben je geen watje, maar juist flink!

- De meester of juf ziet erop toe dat kinderen die opkomen voor het gepeste kind vervolgens niet zelf getreiterd gaan worden.
- De leerkracht neemt, indien nodig en/of gewenst door het gepeste kind, contact op met zijn ouders en nodigt hen uit voor een gesprek.
- De meester of juf neemt, indien nodig, contact op met de ouders van de pester(s) en vraagt hen om ondersteuning van het anti-pestbeleid (de ruimte om het kind/de kinderen na te laten blijven en om het/hen bepaalde opdrachten thuis of na schooltijd uit te laten voeren. Het verzoek om thuis ook nog eens te praten over het hoe en het waarom van het pestgedrag en de vraag het kind/de kinderen ook thuis duidelijk te maken dat pesten echt niet kan!).
- De meester of juf houdt in de gaten of het in gang gezette 'plan van aanpak' ook op den duur nog helpt. M.a.w. de aandacht voor pester of gepeste verslapt niet.
- De meester of juf heeft altijd ruimte voor vervolggesprekken met de ouders. Regelmatig
- worden zij geïnformeerd over het welzijn van hun kind(eren). Bovendien zal hen regelmatig gevraagd worden hoe het nu thuis gaat.

*Door op deze manier met het probleem 'pesten' om te gaan, hopen wij het op onze school uit te bannen of het in elk geval tot een minimum te beperken.*