

Kanjertraining



Pestprotocol

Basisschool de Regenboog
Reeuwijk



Meer weten?
Kijk dan op onze website www.kanjertraining.nl
e-mail: info@kanjertraining.nl • telefoon: (036) 548 94 05

Kanjer trainingen

Versie 2021

Voorwoord

Hier ben ik
Het is goed dat ik er ben
Er zijn mensen die van mij houden
Niet iedereen vindt mij aardig
Dat hoort zo

Ik luister wel naar kritiek
Ik zeg wat ik voel en wat ik denk
Doet iemand vervelend tegen mij
Dan haal ik mijn schouders op
Doet iemand rot
Dan doe ik niet mee
Ik gedraag me als een kanjer
Want ik ben een kanjer

(Diploma Kanjertraining)



Inleiding

Stichting De Vier Windstreken, waar Basisschool De Regenboog onderdeel van uitmaakt, hecht veel waarde aan een pedagogisch leer- en leefklimaat, waarin zowel leerlingen als personeel een gevoel van veiligheid en geborgenheid ervaren. Dit draagt immers bij aan een positieve ontwikkeling, functioneren en prestaties van alle betrokkenen. Samen werken we aan een leef- en leerklimaat waarin ons personeel en onze leerlingen zich veilig voelen en zich positief verbonden voelen met de school.

We proberen alle vormen van agressie, geweld, seksuele intimidatie, discriminatie en pesten in of binnen de directe omgeving van de school te voorkomen. Daar waar zich incidenten voordoen, treffen we adequate maatregelen om verdere escalatie te voorkomen. De onderwijsinspectie ziet toe op dit te voeren beleid, omdat sociale veiligheid, naast onze wens, ook een wettelijke zorgplicht is. Met dit pestprotocol geven wij vorm aan onze wens tot een veilige school.

Hoe staan wij tegenover pestgedrag?

Pesten is iets van alle tijden, maar dit mag niet zo zijn. Als school zijn wij ons bewust van onze verantwoordelijkheid in het voorkomen van pestgedrag en handelen we hiernaar. Dit kunnen wij echter niet alleen, hierin hebben wij ook de samenwerking met ouders en andere betrokkenen nodig.

Samen willen wij zorgdragen dat alle kinderen op een veilige en fijne manier de basisschooltijd doorlopen.

Wij werken op school met de principes vanuit de Kanjertraining. De Kanjertraining gaat over het bevorderen van onderling vertrouwen in groepen. Vertrouwen is de basis voor het creëren van rust in de klas, het stimuleren van sociale veiligheid en een prettig schoolklimaat.

Door wekelijks lessen te geven vanuit deze principes willen wij het ontstaan van pestgedrag zoveel mogelijk voor zijn. Alle leerkrachten en leerlingen gebruiken dezelfde 'Kanjertaal'; hierbij wordt er zoveel mogelijk gepraat vanuit de 'Ik boodschap' en worden termen vanuit de methode ingezet om probleemoplossend te werk te gaan. Er wordt daarbij door de hele school gewerkt vanuit dezelfde afspraken. Hierdoor is ons anti-pestbeleid transparant en zal er, in geval van pestgedrag, altijd op een eenduidige manier worden gehandeld.

Onze basisafspraken vanuit de Kanjertraining is: **We vertrouwen elkaar**

Dit mondt uit in onderstaande afspraken die we in de hele school gebruiken:

- we vertrouwen elkaar
- we helpen elkaar
- niemand speelt de baas
- niemand lacht uit
- niemand blijft zielig

Hier vanuit ontstaat een basishouding waarin we zeggen: 'Denk goed na over jezelf en anderen'

Wat verstaan wij onder pesten?

Het verschil tussen pesten en plagen:

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'.

Bij plagen is sprake van incidenten. Er is geen slachtoffer en dader; beide partijen zijn even sterk. Het is belangrijk om het verschil duidelijk te hebben, ook voor de leerlingen zelf. Het meest eenvoudige onderscheid is deze: Plagen gebeurt in het zicht van de leerkrachten. Pesten gebeurt bewust achter de rug van leerkrachten.

Daarom weet een leerkracht zelden uit zichzelf wat er zich precies afspeelt tussen de leerlingen onderling. De leerkracht moet hierover geïnformeerd worden door de leerlingen zelf. De leerkracht heeft eveneens de ouders nodig om tips te krijgen over hetgeen zich kennelijk afspeelt tussen de leerlingen onderling. Om die reden is het van belang dat ouders en leerkrachten goed samenwerken om een goede sfeer in de klas te creëren en te behouden. Een belangrijke stelregel is dat leerlingen hun zorgen leren delen met iemand die zij vertrouwen, zoals hun vader, moeder of leerkracht.

Pesten kent vele vormen zoals:

- *Verbaal:* voortdurend plagen, kleineren, uitschelden, uitlachen, roddelen.
Lichamelijk: knijpen, laten struikelen, duwen, vechten.
- *Gebaren:* dreigende gezichtsuitdrukkingen of gebaren.
- *Afpersing:* eisen dat geld, de middag boterham of schoolwerk wordt afgegeven.
- *Buitensluiten:* niet mee mogen doen, bij activiteiten steeds worden buitengesloten.
- *Geniepigheden:* tas afpakken, dingen laten verdwijnen.
- *Telefonisch of mailen:* pesterijen via de telefoon of internet (e-mail, sociale media, what's app).

Mogelijke kenmerken van pestgedrag:

- 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.
- Belachelijk maken.
- Uitlachen.
- Zuchten, piepen en steunen van andere leerlingen als de betreffende leerling een idee oppert dat wel geaccepteerd zou worden als een andere leerling dat idee aangedragen zou hebben.

- Als andere leerlingen zich negatief uitlaten over familieleden van de leerling. Andere leerlingen vinden alles stom van de betreffende leerling (kleding, haardracht, keuze van de rugzak, enz.)
- Andere leerlingen reageren negatiever op een fout van de leerling dan dat ze dat doen bij hun andere klasgenoten.

Signalen die erop kunnen duiden dat een leerling gepest wordt:

- Vaak alleen staan in de pauze.
- Tijdens de pauze bij de pleinwacht gaan staan.
- Een spel is 'toevallig' steeds net begonnen als hij of zij erbij komt.
- Vaak alleen met jongere leerlingen spelen.
- Niet naar buiten willen op school.
- Veel geroddel in de groep.
- De leerling wil niet meer naar school of geeft aan zich ziek te voelen.
- De leerling wil bepaalde kleren niet meer aan hebben naar school.
- De leerling is gauw boos of prikkelbaar.
- Lichamelijke klachten
- De leerling wil niet meer buiten spelen en sluit zich op in huis.
- De leerling wordt niet meer uitgenodigd op feestjes van klasgenoten.

Regels in de school en in de klassen

Omdat wij als school werken vanuit de principes van de Kanjertraining zijn de afspraken die vanuit hen geboden worden ook van toepassing op onze school. Deze zijn door de hele school hetzelfde en hangen in elke klas.

Afspraken door de hele school:

- we vertrouwen elkaar
- we helpen elkaar
- niemand speelt de baas
- niemand lacht uit
- niemand blijft zielig

Door de hele school worden er, naast deze regels, aan het begin van ieder schooljaar met de leerlingen samen klassenregels opgesteld. Deze regels en afspraken zijn positief geformuleerd en worden toegespitst op de betreffende leeftijdsgroep. Alle leerlingen zetten in het begin van het schooljaar hun handtekening onder deze klassenregels en de regels hangen het hele schooljaar duidelijk zichtbaar in de klas.



Pestgedrag signaleren

Om een zo breed mogelijk beeld te krijgen van de mate van welbevinden van onze leerlingen volgen wij jaarlijks dezelfde cyclus in het signaleren en registreren van sociale (on)veiligheid bij leerlingen.

Wij maken hierbij gebruik van de vragenlijsten zoals opgesteld in Kanvas, in de onderbouw worden de lijsten ingevuld door de leerkracht, in de bovenbouw vullen ook de leerlingen de lijsten in.

Ieder najaar:

- o Docent vragenlijst
- o Leerlingvragenlijst (welbevinden)
- o Leerlingvragenlijst pesten (ik word gepest/ ik pest/ ik ben bang gepest te worden)

Standaard worden er in november oudergesprekken gehouden naar aanleiding van de ingevulde najaars-vragenlijsten.

Ieder voorjaar:

- o Groep 3 t/m 8 neemt een sociogram af
- o Leerlingvragenlijst (sociale veiligheid)

Als een leerling opvalt na het invullen van de vragenlijst zal de leerkracht altijd een kindgesprek met deze leerling voeren. Naar aanleiding hiervan zal er, indien nodig,

contact worden opgenomen met ouders. Er zullen vanuit Kanvas handelingsadviezen worden gegeven voor de leerkracht om de leerling zo goed mogelijk te helpen.

Mocht de leerkracht handelingsverlegen zijn zal hij of zij contact opnemen met de intern begeleider. Alles in samenspraak met de leerling en zijn of haar ouders. Bijzonderheden en vervolgacties worden genoteerd in Parnassys.

Hoe gaan wij om met pestgedrag?

Naast onze signaleringsmethode zal er ook in de klassen geregeld aandacht worden besteed aan pesten en de gevolgen hiervan. Dit zal gebeuren in klassengesprekken en kindgesprekken. Pesten gebeurt vaak stiekem en buiten het gezichtsveld van de leerkracht, hierom zal er ook een nauwe samenwerking zijn met ouders en andere betrokkenen om pestgedrag in een vroeg stadium te signaleren.

Hierin zijn de volgende punten van aandacht van belang:

- Pesten moet door alle betrokkenen als probleem worden gezien, zowel de leerkracht als de betrokken leerlingen (zowel de gepeste als de pesters de 'meelopers' en de stille groep) en hun ouders.
- Naast alle preventieve maatregelen kan de aanpak van het pestgedrag a.d.h.v verschillende methodes worden gedaan: de confronterende methode, de niet-confronterende methode (zie beschrijving hieronder).
- Leerkrachten en ouders nemen duidelijk stelling tegen het pestgedrag.
- Mocht het pesten zich ondanks alle genomen stappen blijven voordoen, worden er vanuit school concrete en directe stappen ondernomen.

Onze aanpak:

Pesten kan op diverse manieren worden aangepakt. Als school kiezen wij voor een van onderstaande methoden. Waarvoor wordt gekozen hangt af van de situatie en de wijze waarop het pesten plaatsvindt.

- De niet-confronterende methode
- Confronterende methode

De niet-confronterende methode:

Deze wordt toegepast wanneer pestgedrag niet zichtbaar is en onderhuids plaatsvindt. Het heeft namelijk geen zin om vermoedens te uiten. De leerling die pest zal het pestgedrag ontkennen. Bij deze methode stelt de leerkracht het probleem in algemene zin aan de orde.

Dit kan aan de hand van de volgende onderwerpen:

- We besteden aandacht aan 'de week tegen het pesten'.
- In de onderbouw worden er in de week tegen pesten prentenboeken voorgelezen rondom pesten.
- De leerlingen uit de middenbouw/bovenbouw krijgen handvatten wat je kunt doen om een gepeste leerling te helpen; naast de gepeste gaan staan, met een groepje de gepeste helpen, hulp vragen bij een volwassene (vertrouwenspersoon, ouder, leerkracht), hulp bieden, de gepeste uit de situatie proberen te halen, enz. Dit gebeurt bijv. tijdens de Kanjerlessen.
- Gesprekken over:

- Oorlog en vrede en het gevoel van winnaars en verliezers
- Schending van mensenrechten en rechten van kinderen
- Machtsmisbruik in het algemeen
- Kindermishandeling door volwassenen

Vooraf bij meelopers en passieve pesters kan het effect hebben om ze te vragen of ze zich realiseren welk verdriet een slachtoffer heeft. Vervolgens kun je de leerling vragen wat er gedaan kan worden om de situatie van de gepeste te verbeteren. Actieve doorgewinterde pesters bereik je hier minder goed mee.

De confronterende methode:

Deze wordt gebruikt wanneer een leerling zichtbaar lichamelijk of psychisch wordt mishandeld. In deze situatie moet door school duidelijk stelling worden genomen. Hierna wordt met de klas een gesprek gevoerd over pesten in het algemeen. Vervolgens spreken leraar en leerlingen regels af. Op alle fronten wordt vervolgens actie ondernomen. Hieronder volgt een omschrijving van de mogelijkheden.

Preventie maatregelen

Door wekelijks tijd te besteden aan de lessen vanuit de Kanjertraining proberen we pestgedrag voor te zijn. Vanaf de kleuters oefenen de kinderen met Kanjerregels en door de hele school worden deze gebruikt. Zeker de eerste weken van het nieuwe schooljaar, de zogenaamde 'Gouden Weken' besteden we extra veel aandacht aan positieve groepsvorming en een veilig klimaat in de klas.

Door de kanvaslijsten op verschillende momenten in het schooljaar in te zetten hopen we pestgedrag voor te zijn (zeker voordat dit heftige vormen aanneemt).

In groep 8 volgen de kinderen een les vanuit Bureau Halt over de invloed van de groep. We hopen, door goed onderwijs te geven in sociale omgang veel pestgedrag bij de kern al te stoppen.

We besteden aandacht aan de week tegen pesten.

Online pesten/ gebruik sociale media

Omdat online pesten in de afgelopen jaren een steeds actueler onderwerp is geworden, zeker in de bovenbouw, besteden we hier op verschillende manieren aandacht aan in de loop van het schooljaar. Naast dat er in de methode al veel aandacht aan besteed wordt, doen wij als school elk jaar mee aan Media Masters. Dit enerzijds om onze leerlingen meer bewust te maken van het gebruik van nieuwe media, maar ook om hen te onderwijzen in het omgaan met sociale media en hoe zij zichzelf kunnen beschermen tegen online pesten (en wat de consequenties kunnen zijn als je zelf online pest).

Vanuit onze stichting is als onderdeel van het beleid sociale veiligheid een sociale media protocol opgesteld. In dit protocol is tevens een onderdeel opgenomen waarin afspraken met leerlingen zijn opgenomen over het gebruik van internet op school. Dit formulier zal jaarlijks (aan het begin van ieder schooljaar) door de kinderen van groep 7 en 8 worden getekend.

Interventies

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

- 1: Er eerst zelf (en samen) uit te komen.
- 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.
- 3: De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. Bij herhaling van pesterijen / ruzies tussen dezelfde leerlingen volgen sancties.
- 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. De leerkracht biedt altijd hulp aan de gepeste en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.

Vanaf punt 3 van bovenstaande wordt er een aantekening gemaakt in Parnassys

Sancties

Zodra er gestart wordt met de sancties vindt er altijd contact plaats tussen leerkracht en ouders.

fase 1:

- Time-out op een vast afgesproken plaats (op het plein) -
- Nablijven tot kinderen naar huis vertrokken zijn.
- Een schriftelijke opdracht (b.v.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 bepaalde 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 de activiteiten vastgelegd in Parnassys en de school heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem (b.v. met een pestprogramma en/of een pestcontract)

fase 3:

- Bij aanhoudend pestgedrag kan in overleg met ouders, ib-er en directie deskundige hulp worden ingeschakeld zoals een onderwijsspecialist vanuit het SWV, de schoolarts of schoolmaatschappelijk werk. Ook zijn er mogelijkheden om iemand vanuit de Kanjertrainig mee te laten kijken of een interventie te laten doen in een groep.

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. Hiervoor volgen wij het Protocol Grensoverschrijdend gedrag, time-out, schorsen en verwijderen van De Vier Windstreken. Dit is een onderdeel van het totale Sociale Veiligheidsplan. Zie d4w.nl

Begeleiding van de leerlingen:

In peestsituaties kunnen we uitgaan van 4 groepen, de gepeste leerling, de pester, de meelopers en de stille groep. Hieronder een aantal adviezen voor de begeleiding van de verschillende groepen. Niet alle adviezen zijn direct toepasbaar in elke situatie maar kunnen wel een handreiking zijn.

Begeleiding van de gepeste leerling:

De gepeste leerling kan gaan uitdagen, kan passief of angstig worden. De volgende interventies kunnen worden toegepast:

- 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 laten inzien waarom een kind pest (bijv. om erbij te horen).
- 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 overbeschermen: bijvoorbeeld naar school brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen'. Hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.

Vormen van hulp:

- Een training om sterker in zijn/haar schoenen te komen staan.
- GGZ traject
- Terugkerende gesprekjes met de leerkracht na schooltijd.
- Probleemoplossend gesprek. Contact tussen ouders en school; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind; wat is de oorzaak van het pesten?

Begeleiding van de pester:

De pester:

- Heeft vaak een (zorgelijke) reden waarom hij of zij pest.
- Veroorzaakt het probleem!
- Pesters zijn vaak fysiek en/of verbaal sterker dan hun slachtoffer
- Zien hun slachtoffer als waardeloos
- Zijn agressief
- Hebben gebrek aan zelfbeheersing
- Hebben een positieve houding ten aanzien van geweld

- Vaak niet populair (alhoewel je dat niet merkt)
- Ze gebruiken negatieve dingen als excuus om anderen te pesten. Ze zoeken als het ware een zondebok om hun frustratie bot te vieren.
- Heeft geen idee wat hij/zij aanricht en heeft weinig last van schuldgevoelens

Vormen van hulp:

- In gesprek met ouders
- Straffend gesprek
- Straf gerelateerd aan het pesten
- Probleemoplossend gesprek. Contact tussen ouders en school; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind; wat is de oorzaak van het pesten?

Hieronder een aantal zaken die pestgedrag kúnnen doen ontstaan, mochten hier signalen van zijn, breng dit dan ter sprake:

- Wijze waarop kind aandacht krijgt van ouders
- Hoe straffen ouders
- Is er sprake van psychische mishandeling
- Wordt kind bij agressief gedrag gecorrigeerd
- Welbevinden en zelfvertrouwen van het kind
- Zelf eerst gepest zijn
- Mishandeling (lichamelijk of psychisch)
- Angst om zelf zondebok te worden
- Compensatiegedrag
- Jaloezie
- Verwend gedrag
- Actie – reactie gedrag en leren accepteren van gedrag van anderen
- Slecht voorbeeld
- Agressie op tv
- Psychiatrische aandoening

Daarnaast gevoeligheid vergroten door gevolgen te laten zien dit kan door:

- Rollenspel
- Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste.
- Excuses aan laten bieden.

Overige interventies

- In laten zien welke sterke (leuke) kanten de gepeste heeft.
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de 'stop-eerst-nadenken-houding' of een andere manier van gedrag aanleren.
- We gaan in gesprek met pester en gepeste
- Zoeken van een sport of club; waar het kind kan ervaren dat contact met andere kinderen wel leuk kan zijn.
- Indien sprake van mishandeling wordt er hulp gezocht bij GGZ/GGD/Schoolverpleegkundige.
- Inschakelen van hulp als sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdzorg, huisarts, GGZ, blij met mij training. Ook wordt er gekeken of de gepeste hulp kan ontvangen om sterker in de schoenen te leren staan.
- Schorsing of verwijdering wordt pas een optie wanneer alle andere interventies geen verandering teweeg brengen.

Begeleiding van de meelopers:

- In woord en daad moeten de leerkrachten steeds het signaal afgeven dat pesten normoverschrijdend gedrag is en niet wordt getolereerd.

- Pestgedrag moet in de groep regelmatig aan de orde komen. Een pestsituatie in de groep als uitgangspunt nemen is niet raadzaam. Beter is het onderwerp daar bovenuit te tillen, b.v. aan de hand van een krantenartikel, een verhaal, prentenboek, digibord (filmpjes die bij de werkelijkheid staan).
- Duidelijke regels over omgaan met elkaar, het aanvaarden van verschillen, het uitspreken en oplossen van ruzies zullen het pestgedrag tegengaan.
- Gebruik maken van coöperatieve werkvormen.
- Rollenspellen
- Meelopers aanspreken op hun rol in het geheel.
- Films en boeken
- Handvatten geven wat de middengroep kan doen; naast de gepeste gaan staan, met een groepje de gepeste helpen, hulp vragen bij een volwassene (vertrouwenspersoon, ouder, leerkracht), hulp bieden, de gepeste uit de situatie proberen te halen, enz.

Begeleiding van de stille groep:

- Maak ze zich bewust van hun taak, hoe kunnen zijn de gepeste leerling ondersteunen?
- Laat deze kinderen een rol aannemen in een rollenspel, hoe kunnen zijn sterk opkomen voor de belangen van de gepeste?
- Maak ze bewust van wat er gaande is in de klas.

Begeleiding van de ouders

Het is van groot belang ouders tijdig te betrekken als er pestgedrag wordt gesignaleerd. Hieronder mogelijke adviezen om ouders te betrekken in de situatie en tip die kunnen worden meegegeven.

Ouders van de gepeste leerling:

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeer 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 terugkomen. Vraag ook wat er goed gaat op school of op straat.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport .
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
- Laat uw kind zien waar hij of zij wel goed in is.
- Maak geen opmerkingen als: Als ze mij gepest zouden hebben, dan...”, want dat zijn opmerkingen waaruit uw kind kan halen dat u in hem of haar teleurgesteld bent.

Ouders van de pester:

- Neem het probleem van uw kind serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans 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.
- Ga na of uw kind veel echte vrienden heeft. Of zijn het alleen volgelingen.
- 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 betrokken 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.