

Protocol Gedrag

CBS Tamarinde



2016/2017

Inhoud

1. Sociaal emotionele ontwikkeling	3
Preventieve aanpak	3
Doelgroep interventies	3
Individuele interventies	3
2. Stappenplan ongewenst gedrag	4
3. Preventie tegen Pesten	5
Stappenplan bij Pesten	6
4. De vertrouwenspersoon	6
5. Aanbevelingen.....	7
Bijlage 1: Schoolbrede gedragsverwachtingen	8
Bijlage 2: Teach like a champion techniek 36.....	10
Bijlage 3: Oeps blad	12
Bijlage 4: Achtergrondinformatie Pesten	13
Bijlage 5: Handreiking ouders aanpak pestgedrag	17

1. Sociaal emotionele ontwikkeling

Preventieve aanpak

Op CBS Tamarinde werken we zoveel mogelijk preventief aan de sociaal emotionele ontwikkeling van de leerlingen. De leerkracht schept een veilig pedagogisch klimaat waarin leerlingen met plezier naar school gaan en goed kunnen ontwikkelen. Werken aan relatie tussen leerkracht en leerling is essentieel voor het voorkomen van gedragsproblemen.

De volgende afspraken gelden voor alle leerlingen en leerkrachten:

- Thema “Wij’’: de eerste schoolweken zijn de gouden weken. In deze weken besteed elke leerkracht specifiek aandacht aan het groepsvormingsproces aan de hand van de theorie van Bijleveldt (is in elke groep aanwezig). Wederzijdse verwachtingen worden uitgesproken, regels voor het jaar worden opgesteld en zichtbaar opgehangen en er is ruimte voor het vormen van een groep.
Na de kerstvakantie zijn de zilveren weken waarin dit herhaald wordt.
- Drie gouden regels staan centraal in onze school: Iedereen hoort erbij, Je doet wat je belooft, Wij helpen elkaar.
- Schoolbreed werken aan gedragsverwachtingen (zie bijlage 1: schoolbrede gedragsverwachtingen). Binnen de school staat elke maand een onderwerp centraal dat besproken wordt met de leerlingen. Het bijbehorende gewenste gedrag wordt specifiek geoefend (bv. met de boom of raket).
- Elke dag werken met de methode Trefwoord. Normen en waarden volgens onze Christelijke identiteit worden dagelijks besproken aan de hand van een (bijbel)verhaal, gebed, kringgesprek of lied.
- Werken met het leerlingvolgsysteem ZIEN!. Leerlingen worden gevolgd in hun sociaal emotionele ontwikkeling met het leerlingvolgsysteem ZIEN!. Vanaf groep 5 vullen leerlingen ook zelf de vragenlijst in. Hiermee kan de leerkracht zijn handelen t.o.v. de groep aanpassen.
- Alle leerkrachten zijn geschoold in het werken met de aanpak van *Teach like a champion*. Dit zijn technieken om kinderen aan te zetten tot gewenst gedrag.

Doelgroep interventies

Voor 80 – 90 % van de leerlingen is de preventieve aanpak voldoende. Soms hebben (risico)leerlingen echter meer nodig. Daarvoor hanteren wij de volgende aanpakken:

- Kids’Skills (Ben Furman) plan voor aanleren van vaardigheden. Op een individuele leerling of groepje leerlingen afgestemd plan waarmee een vaardigheid specifiek ingeoeft kan worden in samenwerking met ouders.
- SOVA training in groep 6 op locatie Schaarsven. Extra lessen buiten schooltijd voor het ontwikkelen van sociale vaardigheden door de gedragspecialist in school.

Individuele interventies

Zo’n 1- 5% van de leerlingen heeft meer nodig dan de preventieve aanpak en doelgroep interventies. Voor deze leerlingen is het volgende nodig:

- Individueel handelingsplan afgestemd op de individuele behoefte van de leerling in samenwerking met ouders en intern begeleider.
- Contact en begeleiding door gespecialiseerde externen.

2. Stappenplan ongewenst gedrag

Ondanks de preventieve maatregelen (zie hoofdstuk 1) kan soms toch ongewenst gedrag optreden.

Pro-actief reageren bij ongewenst gedrag is essentieel om escalatie te voorkomen. Het volgende stappenplan kan gevolgd worden bij ongewenst gedrag.

Voor pestgedrag is er een apart stappenplan (zie blz. 6).

Stap	Beschrijving	Actie	Wie
1	Een leerling vertoont niet het gewenste gedrag/afgesproken gedrag.	Correctie in de groep: <ul style="list-style-type: none"> • Keur gedrag af, maar het kind niet en benoem gewenst gedrag. • Stappenplan <i>Teach like a champion (bijlage2)</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Non verbale correctie</i> 2. <i>Positieve groepscorrectie</i> 3. <i>Anonieme individuele correctie</i> 4. <i>Individuele correctie onder vier ogen</i> 5. <i>Ultrasnelle publieke correctie</i> 6. <i>Consequenties</i> 	Leerkracht
2	Een leerling vertoont na waarschuwen niet het gewenste gedrag/afgesproken gedrag.	Correctie in de groep: <ul style="list-style-type: none"> • Time-in: afkoelen (vrijwillig/verplicht) en nadenken over gewenst gedrag in de klas • Uitzoeken wat er aan de hand is • Maak afspraken 	Leerkracht
3	Time-out 1,2,3: De leerling blijft het ongewenste gedrag vertonen.	Correctie buiten de groep: <ul style="list-style-type: none"> • Keur gedrag af, maar het kind niet en benoem gewenst gedrag • Time-out + invullen oeps blad (bij een vaste collega in de klas gedurende een vooraf afgesproken tijd) • Contact met ouders • Overleg en ondersteuning vanuit IB • Vastleggen in parnassys • Maak afspraken na time out 1 (evt. met behulp van Kids'Skills) om verder time outs te voorkomen. 	Leerkracht/ IB
4	Time out 4 (5,6): De leerling vertoont structureel ongewenst gedrag.	<ul style="list-style-type: none"> • Time out 4: dag uit de groep met werk + invullen oeps blad • Time out 5: twee dagen uit de groep met werk + invullen oeps blad 	Leerkracht/ IB/ Directie

		<ul style="list-style-type: none"> • Time out 6: drie dagen uit de groep met werk + invullen oeps blad • Plan van aanpak maken, samenwerking met ouders, regelmatig evalueren. • Eventueel bespreken in GOT en verwijzen naar externe instanties • Afspraken uit het plan binnen de termijn uitvoeren. 	
5	Gedragplan levert onvoldoende resultaat op.	<ul style="list-style-type: none"> • Bespreken in GOT • Verwijzen naar externe instanties • TLV aanvraag/ schorsing/ verwijdering 	Leerkracht/ IB/ Directie

3. Preventie tegen Pesten

Veel aandacht besteden aan de sociaal emotionele ontwikkeling en de groepsvorming is een groot stuk preventie tegen pesten op CBS Tamarinde. Daarnaast zijn in onze school ter voorkoming van pestgedrag de volgende maatregelen genomen en wordt de volgende werkwijze gehanteerd.

- De leerkrachten hebben kennis en inzicht m.b.t. alle aspecten van pestgedrag, en zijn vaardig in het signaleren en remediëren van pestgedrag. Alle leerkrachten zijn in het bezit van het protocol en handelen conform de hierin genoemde afspraken en stappen.
- In alle groepen worden duidelijke groepsregels gehanteerd, die met de leerlingen worden besproken. De groepsregels zijn op schrift gesteld en hangen duidelijk zichtbaar voor alle leerlingen op posterformaat aan de wand van het lokaal.
- De eerste weken van het jaar staat de groepsvorming centraal. De leerkracht besteedt specifiek aandacht aan dit proces door energizers in te zetten, wederzijdse verwachtingen uit te spreken naar elkaar en groepsregels/omgangsnormen vast te stellen.
- Tenminste eenmaal per schooljaar wordt in groep 5 t/m 8 door alle leerlingen de ZIEN! vragenlijst ingevuld. De analyse kan voor de leerkracht aanleiding zijn om op groepsniveau aandacht te besteden aan het voorkomen en/of remediëren van pestgedrag.
- Het bevorderen van wederzijds respect en waardering van de leerlingen onderling, met als uitgangspunt: *Alle mensen verschillen onderling, qua uiterlijk, qua persoonlijke eigenschappen, vaardigheden en capaciteiten. Ieder mens heeft het recht om, ongeacht zijn uiterlijk, persoonlijke eigenschappen, vaardigheden en capaciteiten, 'zichzelf' te kunnen zijn, en als zodanig te worden gerespecteerd door zijn medemensen.*
- Positief gedrag van leerlingen wordt gecomplimenteerd en op deze wijze beloond.
- Op ouderavonden en groepsavonden wordt, afhankelijk van de situatie, thematisch aandacht besteed aan alle aspecten van pestgedrag met ingang van schooljaar 2017/2018.

Stappenplan bij Pesten

In situaties, waarin pestgedrag wordt gesignaleerd wordt het volgende stappenplan gehanteerd:

Waarschuwingfase

De pester wordt gewaarschuwd en bespreekt samen met de gepeste de gesignaleerde peestsituatie. De pester is op de hoogte van het feit, dat na deze waarschuwing bij een volgende peestsituatie de 'Gele Kaart' volgt.

Handelingsfase Gele kaart

1. De peestsituatie wordt in kringgesprekken binnen de betreffende groep(en) besproken.
2. De leerkracht maakt een notitie van de peestsituatie waarin alle betrokkenen en hun rol worden beschreven met gemaakte afspraken in Parnassys.
3. Er volgt, indien nodig, een gesprek met de gepeste, de pester en de volgelingen, buiten de groep. De pester en volgelingen krijgen een officiële waarschuwing (gele kaart).
4. De betreffende leerling(-en) krijgen een passende straf. Bv. lees een kinderboek waarin thema pesten centraal staat en hou een boekbespreking hierover of zoek de gevolgen van pesten op het internet en presenteer dit aan de groep.
5. De peestsituatie wordt gedeeld met alle betrokkenen binnen school (leerkrachten, onderwijsassistenten, pleinwacht e.d.)

Handelingsfase Rode kaart

6. Indien er weer pestgedrag bij dezelfde leerling(en) wordt geconstateerd, worden de genoemde vijf stappen weer doorlopen en dezelfde maatregelen genomen. Er wordt nu een laatste waarschuwing (rode kaart) uitgedeeld. Na het geven van een rode kaart worden nu ook de volgende stappen in genoemde volgorde genomen:
7. De ouders van de gepeste en de ouders van de pester worden op de hoogte gesteld van de peestsituatie.
8. De leerkracht(en) van de betrokken leerling(en) bespreekt(bespreken) de peestsituatie met de betrokken ouders.
9. De betrokken ouders krijgen achtergrondinformatie over pestgedrag en handreikingen met betrekking tot de aanpak van het pestgedrag (zie bijlage 3 en 4).
10. Er wordt gezamenlijk met de betrokken ouders en de betrokken leerlingen een plan van aanpak opgesteld waarin afspraken worden gemaakt ten aanzien van het gedrag van de betrokken leerlingen. Dit plan wordt vastgelegd in Parnassys.
11. In die situaties, waarin de remediëring van het pestgedrag problemen geeft, wordt de assistentie van een of meer hulpverlenende instanties (te bepalen in overleg met de ouders en gerelateerd aan de aspecten van het pestgedrag) ingeschakeld (ook in deze fase wordt de sociale kaart van de school gebruikt).

4. De vertrouwenspersoon

Er is een vertrouwenspersoon voor leerlingen, ouders en leerkrachten. Elk jaar informeren we iedereen over de taak van een vertrouwenspersoon op school en wanneer ze daarvan gebruik kunnen maken. Elk jaar komt de vertrouwenspersoon in de groepen langs om zich voor te stellen. In de nieuwsbrief worden ouders hierover geïnformeerd. Bij ons op school is Jolanda Koopman de

vertrouwenspersoon voor ouders op locatie Schaarsven en Rosa van Leeuwen op de locatie Jonge Arnoldusstaat. Voor zowel leerlingen als leerkrachten is er op iedere locatie ook een vertrouwenspersoon. Dit zijn teamleden van de Tamarinde en worden elk jaar opnieuw vastgesteld.

Een vertrouwenspersoon is iemand die bij de school betrokken is, die kan helpen bij problemen. Hij of zij kan luisteren als er problemen zijn en samen wordt bekeken wat er gedaan kan worden om de problemen op te lossen. De vertrouwenspersoon kan ingeschakeld worden wanneer men te maken krijgt met ongewenst gedrag (discriminatie, bedreigen, pesten, roddelen, handtastelijkheden) of wanneer men zelf niet lekker in zijn/haar vel zit, bijvoorbeeld door *de thuissituatie* of doordat men iets vervelends heeft meegemaakt, bijvoorbeeld: overlijden van een dierbaar persoon, ruzie tussen volwassenen, ruzie met kinderen of volwassenen of problemen met de leerkracht(en).

Voor kinderen die te maken krijgen met ongewenst gedrag van anderen: vraag altijd eerst aan de ander of hij/zij ermee wil stoppen en leg duidelijk uit dat je er last van hebt. Als dat niet helpt vraag je iemand, die je vertrouwt, om te helpen. Dat kan een leerkracht zijn, de directeur of een andere volwassene. Is dat te moeilijk of helpt het niet? Dan kan de vertrouwenspersoon worden ingeschakeld.

5. Aanbevelingen

Het protocol is gedeeld met alle collega's en voorzien van feedback door collega's en het MT in januari 2017. Aanbevelingen voor een goede invoering en naleving zijn:

- Met alle collega's afstemmen wat verstaan wordt onder gewenst en ongewenst gedrag. Op welke momenten maak je als leerkracht de keuze om over te gaan op stap 3 en/of 4 in het time out beleid. Het team geeft aan dat het fijn is om een vaste time out collega te hebben en dit vast te leggen in het protocol.
- Aanstellen van de vertrouwenspersonen voor de leerlingen en de leerkrachten, op locatie JA en SV.
- De Leergemeenschap SEO brengt nieuwe collega's op de hoogte van het protocol gedrag. Bovendien moet het protocol onderdeel uitmaken van de klassenmap. In iedere klassenmap zitten tevens een aantal Oeps-bladen.
- De leerkrachten hebben kennis en inzicht m.b.t. alle aspecten van pestgedrag, en zijn vaardig in het signaleren en remediëren van pestgedrag. Dit is niet bekend onder alle leerkrachten. Herhaling zou wenselijk zijn.
- Op ouderavonden en groepsavonden wordt, afhankelijk van de situatie, thematisch aandacht besteed aan alle aspecten van pestgedrag met ingang van schooljaar 2017/2018.
- In 2016/2017 wordt een keuze gemaakt voor een methode om de sociaal emotionele ontwikkeling te stimuleren door middel van een structureel en preventief aanbod.

Bijlage 1: Schoolbrede gedragsverwachtingen

De LG SEO heeft een jaarindeling gemaakt, waarin voor elke maand een aandachtspunt is gekozen, t.a.v. de schoolbrede gedragsverwachtingen. Bij elk aandachtspunt staat vermeld, aan welke specifieke gedragsverwachtingen gewerkt kan worden.

Een paar dagen voor de start van een nieuwe maand zal de LG SEO kort instructie geven en vragen beantwoorden. **Dit vindt plaats van 14.30 – 14.45 uur in de teamkamer.**

Maand	Aandacht voor:
September	Inloop/begintaak <ul style="list-style-type: none">- Op tijd in de klas- Direct naar je eigen plek en gaan zitten- Direct starten met begintaak, werken tot het af is of stopteken- Rustig binnenlopen- Zachtjes praten
Oktober	Instructie aan de hele groep <ul style="list-style-type: none">- VLORK/SLANT- Bij de les blijven- Op jezelf letten
November	Omkleden bij gym <ul style="list-style-type: none">- Op jezelf letten- Vlot omkleden- Op je eigen plek omkleden- Zachte stem- Zonder ruzie
December	Eten/drinken <ul style="list-style-type: none">- Wachten met eten totdat iedereen zijn/haar eten heeft gepakt, we beginnen gelijk- Gezond eten en drinken- Blijven zitten tijdens het eten/drinken, daarna pas opruimen, als de leerkracht het zegt- Spullen opruimen in de prullenbak
Januari	Zelfstandig werken (terwijl de leerkracht rondloopt of aan de instructietafel zit) <ul style="list-style-type: none">- Eigenaarschap: ik wil hier zoveel mogelijk leren- Gebruik blokjes (omgaan met uitgestelde aandacht)- Gebruik stoplicht (stemvolume)- Taakgericht werken- Op jezelf letten- Op je plaats blijven zitten als je werkt- Als je iets niet snapt, verdergaan met iets anders
Februari	Lopen op de gang <ul style="list-style-type: none">- Lopen op de gang (dus niet rennen)- Indien nodig: in de rij

	<ul style="list-style-type: none"> - Wat je op de grond ziet liggen, ruim je op - Ook zonder toezicht houd je je aan de regels - Normaal stemgebruik
Maart	Tutorlezen <ul style="list-style-type: none"> - Verantwoordelijkheid voor de getutorde - Elkaar groeten - Lopen op de gang - Lezen en luisteren naar elkaar - Zorg voor de materialen
April	Kring <ul style="list-style-type: none"> - VLORK/SLANT - Er praat steeds één persoon - Elkaar uit laten praten - Aandacht bij het gesprek houden
Mei	Lesovergangen <ul style="list-style-type: none"> - Eerst luisteren naar de opdracht, dan pas doen - Direct beginnen - In afgesproken tijd opruimen en klaarzitten, vlot (met stopwatch) - Zachtjes
Juni	Buiten spelen <ul style="list-style-type: none"> - Aardig doen tegen elkaar - Als er een probleem is: samen een oplossing bedenken - Buitenstem gebruiken, niet schreeuwen - Ruzies op een goede manier oplossen - Direct reageren als de bel gaat of bij het opruimen - Rustig naar binnen lopen - Lopen op de gang - Stil of fluisteren op de gang
Juli	Een specifieke gedragsverwachting herhalen

Bijlage 2: Teach like a champion techniek 36

Niveau 1: non- verbale correctie

Je gebaart kort of hebt even oogcontact met de onoplettende leerling(en) terwijl je gewoon doorgaat met lesgeven. Meer dan eens blijkt dat leraren hun eigen les vaker onderbreken dan leerlingen dat doen; met zo'n non-verbale correctie blijft iedereen optimaal geconcentreerd.

Niveau 2: positieve groepscorrectie

Een korte opmerking voor iedereen om de leerlingen eraan te herinneren waar ze mee bezig horen te zijn: 'We hebben allemaal ons boek open voor ons liggen en lezen mee'. 'Iedereen kijkt naar de leerlinge die het uitlegt.' Dit is effectief als je ziet dat de aandacht van een of meer leerlingen dreigt te verslappen.

Niveau 3: Anonieme individuele correctie

Een korte opmerking voor iedereen, net als bij de positieve groepscorrectie, maar dit keer zo geformuleerd dat de leerlingen die afgeleid zijn zich aangesproken voelen: 'We wachten nog op twee leerlingen', 'Groep 7, hebben jullie echt allemaal je ogen gericht op de leerling die uitlegt?'

Niveau 4: individuele correctie onder vier ogen

Als je er niet onderuit komt een leerling persoonlijk aan te spreken (en dat zal onvermijdelijk een keer gebeuren, met name aan het begin van het schooljaar als je leerlingen nog moeten wennen aan je onderwijsstijl), doe dat dan zachtjes en ga even naar hem toe, zodat alleen hij hoort wat je zegt. Zeg vervolgens rustig en zo onopvallend mogelijk tegen hem waar het om gaat. De eerste keer dat je een leerling zo tot de orde roept, kun je volstaan met iets als: 'Quint, je moet kijken wat ik doe want alleen dan leer je waar het om gaat. Ik moet nu helaas [dit melden bij je klassenleraar / met je afspreken in de pauze zodat we nog wat kunnen oefenen]. Goed, laat me nu zien dat je het wel kunt.'

Niveau 5: ultrasnelle publieke correctie

Soms zul je een leerling toch ten overstaan van de klas persoonlijk moeten aanspreken. Zorg er dan altijd voor dat je zo min mogelijk de aandacht vestigt op wat die leerling fout heeft gedaan en vooral benadrukt hoe het wél moet; zo'n positieve benadering heeft een gunstige uitwerking op iedereen. Een zinnetje als 'Blijf kijken, Quint' is kort, duidelijk en effectief. Je kunt dit eventueel als volgt (positief) uitbreiden: 'Blijf kijken, Quint. Dat gaat uitstekend daar achter in de klas.' Een enkele keer wil je misschien terugkoppelen naar Quint (ten behoeve van hem, maar ook van zijn medeleerlingen) en zeg je bijvoorbeeld: 'Blijf kijken, Quint. Dat gaat uitstekend daar achter in de klas. Goed zo, Quint, dat bedoel ik inderdaad.'

Als je een aantal opmerkingen maakt, zorg er dan altijd voor dat je positief eindigt. Een opmerking als 'dat bedoel ik inderdaad' is positief en bevestigt voor iedereen dat er sprake is van een verbetering (Quint was even afgeleid, maar nu doet hij weer mee). Je hebt weliswaar iemand tot de orde geroepen, maar door de manier waarop ligt de nadruk op het positieve resultaat.

Houd altijd de tijd in de gaten. Maak alleen incidenteel zo'n langere opmerking als hierboven. Zorg er ook altijd voor dat duidelijk is wát je corrigeert. Als je alleen Quints naam zegt, wat veel leraren vermoedelijk zouden doen, weet Quint nog niet wat er van hem wordt verwacht. Dit is met namen cruciaal in verband met Klare taal.

Niveau 6: consequenties

In het ideale geval betrek je afgeleide leerlingen snel weer bij de les zonder dat de rest daar hinder van heeft. Een leraar heeft er alleen maar baat bij als hij alleen heel af en toe dreigt met consequenties en deze ook uitvoert. Alles wat je binnen de klas kunt oplossen zorgt ervoor dat je als leraar sterker staat. Maar in een enkel geval zul je er niet onderuit komen om een straf op te leggen.

Ook dan is het zaak dat je dat zo snel en voor de overige leerlingen zo min mogelijk verstorend doet. Spreek de leerling rustig aan. Een leraar heeft doorgaans een aantal mogelijk straffen achter de hand en zal per geval kiezen welke het beste past. Hier ga ik verder op in onder Niet waarschuwen (zie techniek 42 verderop in dit hoofdstuk). Wat vaak ten onrechte wordt gedacht is dat leraren de zes niveaus van ingrijpen standaard doorlopen en indien nodig uitkomen bij het geven van straf, alsof ze een vast proces of beproefd recept voor meer gehoorzaamheid vormen. Dat strookt echter niet met de praktijk van topleraren. Natuurlijk moet je altijd proberen zo min mogelijk verstorend op te treden, maar let vooral op welke aanpak het beste voor jou werkt en houd je liever daaraan dan aan mijn lijstje. Soms stap je misschien zo van niveau 1 naar niveau 5, soms schakel je misschien heen en weer tussen de niveaus, soms toep je een leerling misschien wel vijf keer tot de orde voordat je overgaat op consequenties. Als je op een van de eerste vijf manieren ingrijpt, zeg je indirect tegen leerlingen dat je erop vertrouwt dat ze van goede wil zijn. Alleen wie opzettelijk dwars blijft liggen kan rekenen op niveau zes.

OEPS er is iets vervelends gebeurd

Naam: _____ uit groep _____ Datum: _____

1. Wanneer gebeurde het:

- maandag dinsdag woensdag donderdag vrijdag

Wie waren erbij?

2. Waar gebeurde het?

- in de klas in de gang op het plein bij de wc's

ergens anders n.l.: _____

3. Wat gebeurde er?

- iemand pestte mij iemand schold mij uit iemand duwde mij iemand bedreigde mij
 iemand huilde iemand schopte mij iemand maakte iets kapot
 iets anders n.l.: _____

4. Wat deed jij?

- ik liep weg ik schopte/ kneep ik duwde ik bedreigde
 ik maakte iets kapot ik huilde ik riep een scheldwoord

iets anders n.l.: _____

5. Wat gebeurde er daarna?

6. Had jij er voor kunnen zorgen dat het niet gebeurd was? Waarom?

7. Wat heb je ervan geleerd?

8. Is er nog iets belangrijks wat je hierover wilt vertellen? Doe dat dan hier onder.

Jouw handtekening: _____ Besproken met juf/meneer: _____

Klaar? Echt niks vergeten?

Bedankt voor het invullen.

Handtekening ouder/verzorger: _____

Bijlage 4: Achtergrondinformatie Pesten

Wat is pesten?

Het verschijnsel pesten is een zondebokfenomeen, dat inhoudt, dat leden van een groep om een bepaalde reden een soortgenoot mishandelen. Een fenomeen, dat niet alleen bij mensen voorkomt, doch ook in de dierenwereld bij bijvoorbeeld kippen, apen en katten is aangetoond. Pesten kent duidelijk andere kenmerken dan plagen. Uit een plaagsituatie kan echter heel gemakkelijk een pestsituatie voortvloeien.

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

Pesten en plagen, waar zit het verschil?	
Plagen	Pesten
Is onschuldig, en gebeurt onbezonnen en spontaan. Gaat soms gepaard met humor.	Gebeurt berekenend (men weet meestal vooraf goed, wie, hoe en wanneer men gaat pesten). Men wil bewust iemand kwetsen of kleineren.
Is van korte duur, of gebeurt slechts tijdelijk.	Is duurzaam: het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig (stopt niet vanzelf en na korte tijd).
Speelt zich af tussen 'gelijken' ('Twee honden vechten om hetzelfde been').	Ongelijke strijd. De onmachtsgedvoelens van de gepeste staan tegenover de machtsgevoelens van de pestkop.
Is meestal te verdragen, of zelfs leuk maar kan ook kwetsend of agressief zijn.	De pestkop heeft geen positieve bedoelingen en wil pijn doen, vernielen of kwetsen.
Meestal één tegen één.	Meestal een groep (pestkop en meelopers) tegenover één geïsoleerd slachtoffer.
Wie wie plaagt, ligt niet vast. De tegenpartijen wisselen keer op keer.	Er bestaat een neiging tot een vaste structuur. De pestkoppen zijn meestal dezelfde, net zoals de slachtoffers (mogelijk wisselend door omstandigheden).

Gevolgen plagen	Gevolgen pesten
Schaafwond' of korte draaglijke pijn (hoort bij het spel). Wordt soms ook als prettig ervaren ('Plagen is kusjes vragen').	Indien niet tijdig wordt ingegrepen, kunnen de gevolgen (zowel lichamelijk als psychisch) heel pijnlijk en ingewikkeld zijn en ook lang naslepen.
De vroegere relaties worden vlug weer hersteld. De ruzie of het conflict wordt spoedig bijgelegd.	Het is niet gemakkelijk om tot betere relaties te komen. Het herstel verloopt heel moeizaam.
Men blijft opgenomen in de groep.	Isolent en grote eenzaamheid bij het gekwetste kind. Aan de basisbehoefte om 'Bij de groep te horen' wordt niet voldaan.
De groep lijdt er niet echt onder.	De groep lijdt onder een dreigend en onveilig klimaat. Iedereen is angstig, en men wantrouwt elkaar. Er is daardoor weinig openheid en spontaniteit. Er zijn weinig of geen echte vrienden binnen de groep.

Kenmerken van de pestkop

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

- Staat vrij positief tegenover geweld, agressie, en het gebruik van stoere taal.
- Imitiert graag agressief gedrag.
- Is vlugger agressief, gebruikt meer geweld.
- Lijkt assertief: zegt spontaan wat hij denkt of voelt. Komt uit voor zijn mening.
- Is vrij impulsief.
- Heeft de neiging anderen te overroepen of te domineren om controle te houden, maar is misschien minder zeker dan het lijkt.
- Wil het middelpunt zijn en is vlug jaloers.
- Is meestal fysiek sterker of omringd door sterke vrienden die zijn gezag respecteren.
- Heeft moeite met regels, grenzen, en eigen of door anderen opgelegde regels.
- Schat situaties verkeerd in.
- Schat de gevolgen van zijn gedrag verkeerd in.
- Heeft het moeilijk met stress of spanning, die van buitenaf wordt opgelegd (proefwerken, agressie van ouders, etc.).
- Lijdt vaak aan een negatieve faalangst.
- Hoe onveiliger hij zich voelt, hoe groter de behoefte aan een zondebok.
- Is niet noodzakelijk dommer of slimmer dan de rest.
- Geniet respect uit angst en niet uit waardering.

- Heeft een zwak inlevingsvermogen, is vooral met zichzelf bezig en houdt geen rekening met anderen.

Kenmerken van de gepeste

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

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

Signalen, die wijzen op pestgedrag

Vaak kunnen door middel van een goede observatie al bepaalde signalen van pestgedrag worden opgevangen. Door het goed observeren van kinderen in de verschillende onderwijsleersituaties en spelsituaties kunnen pestsituaties al in een vroeg stadium worden signaleerd en kan op gepaste wijze worden ingegrepen.

Signalen bij de gepeste:

- Het kind heeft blauwe plekken, of schrammen, gescheurde kleren, beschadigde boeken, en 'verliest' sportkleren en eigendommen. Let zeker op, als het kind normaliter niet slordig is. Ook als het niet weet hoe de signalen er gekomen zijn, of excuses zoekt, is er vaak meer aan de hand.
- Het kind maakt zich het liefst onzichtbaar. Zelfs zonder zichtbare aanleiding gedraagt het zich als een geslagen hondje. Het is vaak verdrietig of neerslachtig, of heeft onverwachte stemmingswisselingen met driftbuien.
- In sommige gevallen is het onhandelbaar, agressief en overspannen.
- Het staat dikwijls alleen op de speelplaats; er komen geen vriendjes thuis om te spelen en het wordt ook niet uitgenodigd om te komen spelen, of te komen op feestjes en logeerpartijen.
- Het kind zoekt het veilige gezelschap van de leerkracht of de leider.
- Als er groepjes worden gekozen, wordt het kind als laatste gekozen, of het blijft over.

- De schoolresultaten worden opeens veel slechter.
- Het kind is vaak afwezig, letterlijk of figuurlijk. Het vlucht weg in de fantasie en zorgt ervoor dat het zo nipt mogelijk op tijd op school komt, en is meteen na de bel weer weg. Op zondagavond of voor het kind naar een club moet, is het bijzonder gestresst, en zoekt redenen om niet naar school of naar de club te moeten.

Signalen bij de pestkop:

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

Bijlage 5: Handreiking ouders aanpak pestgedrag

Wat kunt u als ouder doen als uw kind gepest wordt?

Het hoge woord is eruit. Uw kind wordt gepest. Als u als ouder goed hebt geluisterd, kunt u samen met uw kind een oplossing bedenken. Het belangrijkste is dat het pesten ophoudt. Bespreek dat ook met uw kind.

Denk bij oplossingen aan:

- Maak in ieder geval duidelijk dat het niet aan uw kind ligt dat hij/zij gepest wordt. Ieder kind is anders en uw kind is goed zoals het is. Een (weerbaarheid of sociale vaardigheid) training kan in sommige gevallen op zijn plaats zijn om een extra steuntje in de rug te geven.
- De school op de hoogte brengen en houden, kort contact is belangrijk!
- Eventueel de ouder van het pestende kind spreken. Bedenk van tevoren of u in staat zult zijn uw emoties in bedwang te houden. Bij een extra conflict, nu tussen ouders, is uw kind niet gebaat. De school kan eventueel als bemiddelaar optreden.
- U zou het pestende kind aan kunnen spreken. Dit zal uw kind niet altijd helpen, omdat het kind dan niet in staat wordt geacht zijn eigen boontjes te doppen en zijn ouders erbij moet halen.
- Samen met uw kind een boek lezen over pesten. Op deze manier zal uw kind merken dat hij/zij niet de enige is die anders is.
- Helpen of stimuleren nieuwe vrienden te maken.
- Uw kind helpen om medestanders te vinden, die kunnen helpen het pesten terug te dringen.
- Helpen een uitlaatklep te vinden, bijvoorbeeld in de vorm van sporten, hobby's of andere leuke activiteiten.

Zoek ook eventueel als ouder zelf steun, bij bekenden, via internet of bij een professional. Het kan emotioneel zwaar als je kind gepest wordt of zelf pest. Het kan dan helpen om er met iemand over te kunnen praten.

Wat kunt u als de ouder nog meer doen als blijkt dat het eigen kind pest?

- Luister naar het kind als het gaat over het pest gedrag.
- Straf kan leiden tot agressie naar het slachtoffer toe.
- Pesten is onaanvaardbaar. Maak duidelijk dat u het gedrag van uw kind afkeurt; niet uw kind zelf. Uw kind is niet een "rotkind" geworden omdat het pest.
- Bied het kind hulp aan om het gedrag te veranderen. Vraag bijvoorbeeld wat zou kunnen helpen.
- Bespreek met het kind hoe hij/zij het goed zou kunnen maken met de gepeste.
- Breng de school op de hoogte.