



# Inhoud

|                                                 |         |
|-------------------------------------------------|---------|
| 1. Waarom een pestprotocol                      | blz. 2  |
| 2. Plagen en pesten, wat is het verschil        | blz. 2  |
| 3. De betrokkenen                               | blz. 4  |
| 4. Wat is de inhoud van het pestprotocol        | blz. 8  |
| 5. Om welke maatregelen gaat het                | blz. 8  |
| 6. De belangrijkste regels van het pestprotocol | blz. 9  |
| 7. Adviezen voor ouders                         | blz. 10 |
| 8. Telefoonnummers en websites                  | blz. 11 |

## Waarom een pestprotocol?

OBS Buten de Poorte wil de leerlingen een veilig pedagogisch klimaat bieden, een omgeving waarin zij zich op een prettige en positieve wijze kunnen ontwikkelen. De leerkrachten willen deze ontwikkeling bevorderen door het scheppen van een veilig klimaat in en om de school en een prettige werksfeer in de klas. In veruit de meeste gevallen lukt dit door (on)geschreven regels van het 'hoe gaan we met elkaar om' aan te bieden en deze te onderhouden.

Soms is het echter nodig om hele duidelijke afspraken met de kinderen te maken. Een van die duidelijke regels is dat kinderen met respect met elkaar dienen om te gaan. Dat dat niet vanzelfsprekend gebeurt, geeft aan dat we het de kinderen moeten leren en daar dus energie in moeten steken.

Dat leerproces verloopt meestal vanzelf goed, maar het kan ook voorkomen dat een kind in een enkel geval systematisch door andere kinderen wordt gepest. Dan kan een kind zodanig in de knoop komen, dat de regels van de leerkracht niet meer in voldoende mate de veiligheid bieden of garanderen en daarmee de gewenste ontwikkeling onderbreken. Het is in dat geval van groot belang dat de leerkracht onder ogen ziet, dat er een ernstig probleem in de groep is.

In een klimaat waarin het pesten gedoogd wordt, wordt de veiligheid ernstig aangetast. Dit betekent dat wij als school pesten als ongewenst gedrag moeten beschouwen en bereid moeten zijn alles in het werk te stellen om pestgedrag aan te pakken.

Dit protocol is een vastgelegde wijze waarop we het pestgedrag van kinderen benaderen. Via dit protocol wil de school alle betrokkenen op de ernst van pesten wijzen en daarnaast zowel handreikingen geven om te werken aan een veilige school als een stappenplan bieden bij systematisch pestgedrag.

Kortom: wij zien pesten als een bedreiging voor de school als geheel, voor alle leerlingen, leerkrachten en ouders en alle andere betrokkenen bij de school. Wij zijn bereid pestgedrag te herkennen, te erkennen en er actie op te ondernemen.

## Plagen en pesten, wat is daar het verschil tussen?

Iemand op het schoolplein een stevige duw geven kan plagen zijn, maar het kan net zo goed gaan om echt pestgedrag. We spreken over plagen wanneer kinderen min of meer aan elkaar gewaagd zijn en het vertoonde gedrag een uitnodigend karakter heeft om iets terug te doen vanuit een veilige sfeer. Het gaat dan om een prikkelend spelletje, dat door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren.

Er is zelfs sprake van een pedagogische waarde: door elkaar eens uit te dagen leren kinderen goed om te gaan met allerlei conflicten. Dat is een vaardigheid die ze later in hun leven van pas komt bij conflicthantering, waar iedereen in zijn leven mee te maken krijgt.

Ruzie maken wordt door leerlingen nog wel eens pesten genoemd. Hoewel ruzie geen pesten is, kan een niet goed opgeloste ruzie soms wel tot pesten leiden. Een ruzie is een conflict tussen

mensen over een bepaalde zaak, bijvoorbeeld over spelregels bij tikkertje. Als de ruzie is uitgepraat, kunnen de voormalige ruziemakers vaak weer samen door één deur.

Bij pestgedrag gaat het niet om een zaak, maar om het beschadigen van een persoon.

We spreken van pestgedrag als een kind zich ongelukkig voelt omdat hij of zij stelselmatig

geconfronteerd wordt met vervelend of agressief gedrag of buitengesloten wordt van de sociale groep. De inzet van het pestgedrag is altijd macht door intimidatie. Bij echt pestgedrag zien we ook altijd een vaste rolverdeling terug bij de betrokkenen. De belangrijkste eigenschappen van pestgedrag zijn dus het bedreigende, het systematische en het rolvaste karakter.

### **Voorbeelden van pestgedrag:**

#### Verbaal:

Vernederen: "Haal jij alleen de ballen maar uit de bosjes, je kunt niet goed genoeg voetballen om echt mee te doen".

Schelden: " Viespeuk, etterbak, mietje" enz.

Dreigen: "Als je dat doorvertelt, dan grijpen we je."

Belachelijk maken, uitlachen bij lichaamskenmerken of bij een verkeerd antwoord in de klas. Kinderen een bijnaam geven op grond van door de kinderen als negatief ervaren kenmerken. (rooie, dikke, dunne, flapoor, centenbak enz).

Gemene briefjes schrijven om een kind uit een groepje te isoleren of steun te zoeken om samen te kunnen spannen tegen een ander kind.

#### Fysiek:

Trekken en duwen of zelfs spugen.

Schoppen en laten struikelen.

Krabben, bijten en haren trekken.

#### Intimidatie:

Een kind achterna blijven lopen of een kind ergens opwachten.

Iemand in de val laten lopen, de doorgang versperren of klem zetten tussen de fietsen.

Dwingen om bezit dat niet van jou is af te geven.

Een kind dwingen bepaalde handelingen te verrichten, bijvoorbeeld geld of snoep meenemen.

#### Isolatie:

Steun zoeken bij andere kinderen dat het kind niet wordt uitgenodigd voor partijtjes en leuke dingetjes.

Uitsluiten: het kind mag niet meedoen met spelletjes, niet meelopen naar huis, niet komen op een verjaardag.

#### Stelen of vernielen van bezittingen:

Afpakken van schoolspullen, kleding of speelgoed.

Beschadigen en kapotmaken van spullen: boeken bekladden, schoppen tegen en gooien met een schooltas, banden van de fiets lek steken.

Leerkrachten dienen ook alert te zijn op nieuwe pestvormen. Een nieuwe pestvorm die voor veel kinderen erg bedreigend is, maar door ouders en leerkrachten nog niet voldoende is onderkend, is het zogenaamde 'online-pestten'. Kinderen pesten elkaar via de social media. Er wordt flink gescholden en bedreigd. Veel kinderen praten hier niet over en ouders houden onvoldoende toezicht op het gedrag van hun eigen kind en dat van anderen op de computer.

#### Kortom:

*Plagen gebeurt op basis van gelijkwaardigheid en is incidenteel. Het heeft een pedagogische waarde.*

*Pesten gebeurt vanuit overheersing, is systematisch en dwingt leerlingen in een bepaalde rol. Het belemmert zowel de pester als de gepeste leerling in zijn gezonde ontwikkeling.*

## Signalen met betrekking tot pesten

De volgende signalen kunnen duiden op pestgedrag binnen de groep:

- alleen staan in de pauze
- in de pauze steeds contact zoeken met de pleinwacht
- een spel is 'toevallig' steeds net begonnen als het pestslachtoffer eraan komt, terwijl een ander kind even later nog wel mag meedoen
- als een kind bijna altijd met kleine kinderen speelt
- niet naar buiten willen
- zuchten, piepen en steunen van andere kinderen als een pestslachtoffer een idee aandraagt of in de kring iets zegt
- als andere kinderen zich negatief uitlaten over het kind of zijn/haar familie zonder dat dit echt reëel is
- als men steeds alles van een bepaald kind stom vindt
- als andere kinderen negatiever reageren op een fout van het pestslachtoffer dan bij andere kinderen
- als het kind, de ouder(s) en/of andere kinderen aangeven, dat er gepest wordt
- als het kind niet meer naar school wil, klaagt bijvoorbeeld regelmatig over hoofdpijn en buikpijn, terwijl de pijnen in de vakanties verdwijnen
- als een kind bepaalde kleren niet meer aan wil hebben naar school
- gauw prikkelbaar of boos zijn
- nachtmerries
- bedplassen
- nooit uitgenodigd worden op feestjes/partijtjes

|                |
|----------------|
| De betrokkenen |
|----------------|

### Het gepeste kind

Sommige kinderen hebben een grotere kans om gepest te worden dan anderen. Dat kan komen door uiterlijke kenmerken, maar het heeft vaker te maken met vertoond gedrag, wijze waarop gevoelens worden beleefd en de manier waarop dat geuit wordt. Kinderen die gepest worden doen vaak andere dingen dan de meeste leeftijdgenoten in hun omgeving.

Het blijkt dat kinderen gepest worden als er al sprake is van een onveilige situatie, waarbinnen een pester zich kan uiten en zich daarin ook nog verder kan ontwikkelen.

Er zijn dus helaas aanleidingen genoeg om door anderen gepest te worden, *mits de pesters daar de kans voor krijgen*.

Veel kinderen die worden gepest hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen de pestkoppen en stralen dat ook uit. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep en durven ze weinig of niets te zeggen, omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden. Deze angst en onzekerheid worden verder versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor het gepeste kind in een vicieuze cirkel komt waar het zonder hulp zeker niet uitkomt. Gepeste kinderen voelen zich vaak eenzaam, hebben in hun gepeste omgeving geen vrienden om op terug te vallen en kunnen soms beter met volwassenen opschieten dan met hun leeftijdgenoten.

### De pesters

Kinderen die pesten zijn vaak fysiek de sterksten uit de groep. Daardoor kunnen ze het zich permitteren zich agressiever op te stellen. Ze reageren dan ook met dreiging van geweld of de indirecte inzet van geweld. Pesters lijken in eerste indruk vaak populair te zijn in een klas, maar ze dwingen hun populariteit in de groep af op een negatieve manier. Met het vertoonde pestgedrag gaat ze dat gemakkelijk af en ze krijgen andere kinderen mee bij hun pestgedrag

naar een slachtoffer. Pesters hebben ook feilloos in de gaten welke kinderen gemakkelijk aan te pakken zijn en als ze zich vergissen, gaan ze op zoek naar een volgend slachtoffer. De zwijgende meerderheid en potentiële meelopers krijgen een keuze die zwijgend wordt opgelegd en die aan duidelijkheid niet te wensen overlaat: je bent vóór of je bent tegen me. Er gaat een grote dreiging uit van de pester naar de omgeving. Omdat alles beter is dan zelf gepest te worden, doet een grote groep vaak mee.

De pesters stralen juist deze dreigende zekerheid uit. Ze overtreden bewust regels en hebben vaak vaardigheden ontwikkeld om met hun daden weg te komen. Het profiel van de pester is sterk zelfbevestigend; hij ziet zichzelf als een slimme durfal die dat de andere kinderen bij herhaling laat merken.

Het komt ook vaak voor dat een pester een kind is dat in een andere situatie zelf slachtoffer is of is geweest. Om te voorkomen weer het mikpunt van pesten te worden, kan een kind zich (in een andere omgeving) vervolgens als pester gaan opstellen; laten pesten doet pesten.

Ook pesters hebben op termijn last van hun pestgedrag.

Door hun verkeerde en vooral beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om vriendjes voor lange termijn te maken en een vriendschap op te bouwen en te onderhouden op andere gronden dan die van macht. Pesters maken een abnormale sociale ontwikkeling door met alle gevolgen van dien voor de pester zelf.

#### De meelopers en de zwijgende middengroep

De meeste kinderen zijn niet direct betrokken bij het pesten.

Sommige kinderen blijven op afstand en andere kinderen doen incidenteel mee. Dit zijn de zogenaamde “meelopers”. Er zijn ook kinderen die niet merken dat er gepest wordt, of niet willen weten dat er gepest wordt in hun directe omgeving. Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf het slachtoffer te worden.

Maar het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en denken daardoor met de populariteit van de pester mee te liften.

Als kinderen actiever gaan mee pesten in een grotere groep, voelen ze zich minder betrokken en minder verantwoordelijk voor wat gebeurt.

Alles wat in een groep gebeurt, laat het individueel denken en de individuele verantwoordelijkheid achter zich en kan zo leiden tot situaties die achteraf voor iedereen inclusief de pesters onacceptabel zijn.

In die situatie zien de kinderen de zin niet om op te staan tegen het pesten. Zodra andere kinderen het gepeste kind te hulp komen of tegen de pesters zeggen dat ze moeten ophouden, kan de situatie veranderen. Het pesten wordt dan minder vanzelfsprekend.

De situatie voor met name meelopers verandert dan door het ongewenste karakter dat het pestgedrag krijgt. Het wordt duidelijk dat de groep het niet normaal vindt en niet bereid is om mee te gaan in het pestgedrag. Meelopers horen ook dan graag bij de grote groep en zijn niet bereid om grote risico's te lopen.

Kinderen die pestgedrag signaleren en dit bij de leerkracht aangeven vervullen dus een belangrijke rol. Ook de ouders kunnen een belangrijke rol spelen. Ouders van kinderen die gepest worden en die dit probleem met de school willen bespreken, zijn natuurlijk altijd emotioneel bij het onderwerp betrokken. De ouder wil maar een ding en dat is dat het pestgedrag ogenblikkelijk stopt.

Ouders van kinderen die niet direct bij het pesten zijn betrokken, kunnen meer afstand nemen. Daardoor zijn ze beter in staat om duidelijk te maken aan hun kind dat er iets aan het pesten gedaan moet worden. Als er in de omgeving van een kind gepest wordt, heeft het kind zelf ook last van een onveilige, onprettige sfeer in de groep of de klas.

## **Te verwachten problemen en/of gevolgen bij de aanpak van pesten.**

### Bij het gepeste kind:

Een gepest kind schaamt zich vaak, het voldoet niet aan normen die de ouders graag in hun kinderen terugzien: een vrolijk en vooral onbezorgd kind dat in staat is zijn eigen boontjes te doppen. Pesten is een groot probleem voor kinderen.

Veel gepeste kinderen doen er dan uiteindelijk ook maar het zwijgen toe en vereenzamen. De angst wordt aanvankelijk nog groter als het pesten bespreekbaar gemaakt wordt door de ouders, waardoor het gepeste kind nog meer met de gevolgen van het pesten kan worden geconfronteerd. Als vergelding kan er namelijk in nog heviger mate gepest worden dan daarvoor al het geval was.

### Bij de pester:

De pester zelf ziet zijn machtsspel bedreigd, en dat moet ten koste van alles voorkomen worden.

Soms blijken de pesters echter net zo opgelucht als de slachtoffers bij een duidelijke aanpak. Er wordt namelijk ook aandacht besteed aan hun onmacht om normaal met andere kinderen een relatie op te bouwen. Bij een aantal pesters is dat hun liefste wens waartoe ze helaas zelf niet in staat zijn door het ontbreken van de juiste vaardigheden.

### De directe omgeving:

Daarnaast is het goed te weten dat er altijd kinderen zijn die zich schuldig voelen omdat ze niet op kunnen komen voor het slachtoffer door actief te helpen of een volwassene te hulp roepen. Dit is vergelijkbaar met het niet te hulp schieten bij het verdrinken van mensen, waarbij een menigte aanwezig is. Ook zijn er altijd kinderen die helemaal niet in de gaten hebben dat er in

hun omgeving gepest wordt. Ze zien wel het een en ander gebeuren, maar hebben het niet gezien als pestgedrag, waar gepeste kinderen erg veel last van ondervinden.

### Bij de ouders:

Ouders van kinderen hebben vaak moeite om hun kind terug te zien in de rol van meeloper of pester. Ouders hebben niet altijd de juiste informatie. Een pester op school hoeft in de thuissituatie geen pester te zijn. Sommige ouders zien ook de ernst van de situatie onvoldoende in. Zij zien het pestgedrag van hun kind als weerbaar gedrag.

Andere ouders zien er niets meer in dan wat onschuldige kwajongensstreken.

Behalve de pester moeten dus ook vaak de ouders doordrongen worden van het ongewenste karakter voor alle betrokkenen van het vertoonde pestgedrag.

## **3. Uitgangspunten bij ons pestprotocol**

Als pesten en pestgedrag plaatsvindt, ervaren we dat als een probleem op onze school voor zowel de gepeste leerling, de pester, de groep leerlingen daaromheen, de leerkrachten en de ouders.

De school heeft de verplichting zich in te spannen om pestgedrag te voorkomen en aan te pakken door het scheppen van een veilig pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als ongewenst gedrag wordt ervaren en niet wordt geaccepteerd.

Leerkrachten en andere betrokkenen moeten tijdig alert zijn op pestgedrag in algemene zin. Indien pestgedrag optreedt, moeten leerkrachten en andere betrokkenen duidelijk stelling en actie ondernemen tegen dit gedrag. De verantwoordelijkheid blijft te allen tijde liggen bij de leerkrachten.

Wanneer pesten, ondanks alle inspanningen weer optreedt of blijft optreden, voert de school de uitgewerkte procedure uit.

Wat is de inhoud van het pestprotocol?

In het pestprotocol is vastgelegd dat de school pestgedrag niet accepteert en dit volgens een vooraf bepaalde handelwijze gaat aanpakken. OBS Buiten de Poorte wil voor alle kinderen die de school bezoeken een veilige school zijn. Dit betekent dat onze school en allen die daar bij betrokken zijn expliciet stelling nemen tegen pestgedrag en concrete maatregelen nemen indien pestgedrag voorkomt.

Om welke maatregelen gaat het?

De groepsleerkracht neemt de volgende maatregelen om pestgedrag te voorkomen: Aan het begin van het schooljaar worden met de leerlingen de afspraken en regels besproken. Het onderling plagen en pesten wordt benoemd en besproken in alle groepen van de school. We gebruiken onze drie basisregels waarin ook de aandacht voor “respect voor elkaar” aan bod komt. Hier wordt uitgebreid gesproken hoe we met elkaar omgaan en dat we geen pestgedrag willen zien.

Als er aanleiding toe is, wordt er nogmaals expliciet aandacht besteed aan pestgedrag in een klassikaal gesprek.

Leerlingen worden aangesproken op hun gedrag.

De leerlingen kunnen (eventueel anoniem, bij de leerkracht of de vertrouwenspersoon) pestgedrag melden. Het melden van pestgedrag wordt nooit gezien als ‘klikken’ (wie zwijgt, stemt toe!). Ook meldingen van ouders worden serieus genomen.

De school laat merken dat pesten als een probleem wordt gezien en het niet accepteert.

Er is voldoende toezicht op het schoolplein voor schooltijd en in de pauze. Ook is er toezicht in de hal als de kinderen binnenkomen en de school verlaten.

Indien er systematisch pestgedrag wordt gesignaleerd wordt de volgende procedure in werking gesteld:

Een ieder draagt de verantwoording alle leerlingen in alle gevallen op ongewenst (pest) gedrag te wijzen en stelling te nemen tegen dit pestgedrag. Meld pestgedrag bij de verantwoordelijke groepsleerkracht of bij anti-pest coördinator in de school.

Als er sprake is van incidenteel pestgedrag binnen de groep dan wordt dat met de betrokken leerlingen besproken door de groepsleerkracht. Dit gesprek staat niet op zichzelf maar dient regelmatig te worden herhaald om controle te houden over het gedrag.

Indien er sprake is van herhaald pestgedrag worden de ouders van de pester samen met de pester door de groepsleerkracht op de hoogte gesteld van de ongewenste gebeurtenissen in een gesprek op school. Aan het eind van dit oudergesprek worden de afspraken met de pester uitdrukkelijk doorgesproken en vastgelegd in een verslag. De ouders en de intern begeleider krijgen een kopie van dit verslag. Ook de op te leggen sancties bij overtreding van de afspraken worden daarbij vermeld. Gedacht kan worden aan:

- een boek lezen over pesten;
- het overschrijven van een brief van een gepest kind;
- een excuusbrief voor het slachtoffer schrijven;
- uitsluiting van de situaties die zich in het bijzonder lenen voor pestgedrag: buitenspelen, overblijven, bewegingsonderwijs en excursies.

Verdere maatregelen staan beschreven in het gedragsprotocol.

In het verslag wordt tevens een afspraak opgenomen voor een vervolggesprek met de ouders. De ouders van het gepeste kind worden uitgenodigd voor een gesprek om hen in te lichten over de gemaakte afspraken. Indien de leerkracht het nodig acht, wordt de rest van de oudergroep per brief ingelicht.

De directie en het team worden op de hoogte gesteld van het pestgedrag, zodat iedereen er alert op kan reageren. Als het probleem zich toch blijft herhalen meldt de leerkracht dit gedrag aan de directeur van de school. De leerkracht overhandigt de directeur een lijst met daarop de data van de gebeurtenissen, de data en inhoud van de gevoerde gesprekken en de vastgelegde afspraken zoals die gemaakt zijn om het pesten aan te pakken.

De directie roept de ouders van de pester op school voor een gesprek. Ook het kind kan in dit gesprek betrokken worden. De directie legt dit gesprek vast. Ouders kunnen geadviseerd worden om extra hulp (b.v. Jeugdzorg) in te schakelen. Ouders worden op de hoogte gesteld van de maatregelen (zie gedragsprotocol) die genomen gaan worden als het pestgedrag niet stopt.

Als het gedrag van de pester niet aanzienlijk verbetert en/ of de ouders van het kind werken onvoldoende mee om het probleem aan te pakken kan de directie overgaan tot bijzondere maatregelen: isoleren van de pester of een tijdelijke schorsing. Zie gedragsprotocol.

Alles moet zorgvuldig gedocumenteerd worden. Er moeten verslagen worden gemaakt van de gesprekken die gevoerd zijn en de afspraken die gemaakt zijn.

## 5. De belangrijkste regels van het pestprotocol

De belangrijkste regel van het pesten luidt:

Word je gepest, praat er thuis en op school over. Je mag het niet geheim houden!!

De **gouden regels** vanuit het pestprotocol voor de kinderen zijn:

- Iedereen hoort erbij.
- Je accepteert een andere leerling zoals hij of zij is, zowel uiterlijk als innerlijk.
- Van elkaars spullen afblijven.
- Niemand uitschelden! Geen bijnamen verzinnen. Denk na voordat je iets zegt.
- Je lacht een ander niet uit.
- Je roddelt niet over andere leerlingen.
- Elkaar niet bedreigen.
- Van elkaar afblijven.
- Je bemoeit je niet met een ruzie door zomaar partij te kiezen.
- Als je zelf ruzie hebt, praat het eerst uit. Lukt dat niet dan meld je dat bij de leerkracht of de overblijfmoeder. Samen sociaal sterk!
- Luister naar elkaar.
- Als je ziet dat een kind gepest wordt, dan vertel je dat aan de leerkracht. Dat is dan geen klikken!!! Pesten pikken we hier niet!!

Deze regels vormen voor de school de basis voor het pestprotocol.

Daarnaast wordt in elke groep door de kinderen en de leerkracht de groepsregels vastgesteld. (de drie basisregels; rust, respect en netheid)

Deze groepsregels kunnen deels overlappend zijn met de basisregels, maar ook deels afwijkend.

## 6. Adviezen voor ouders:

Adviezen aan ouders van meelopers en zwijgende middengroep:

Neem het probleem serieus: het kan ook uw kind overkomen.

Neem de ouders van het gepeste kind serieus.

Maak het tot een gemeenschappelijk probleem.

Weet wat uw kind op de computer doet.

Praat met uw kind over school, over de relaties in de klas, over wat leerkrachten doen, hoe zij straffen. Vraag hen ook af en toe of er in de klas wordt gepest.

Geef af en toe informatie over pesten; wie doen het, wat doen zij en waarom?

Corrigeer uw kind als het voortdurend anderen buitensluit.

Geef zelf het goede voorbeeld.

*Leer uw kind voor anderen op te komen.*

Adviezen aan ouders van kinderen die pesten:

Neem het probleem serieus.

Raak niet in paniek. Elk kind loopt kans pester te worden.

Probeer achter de mogelijke oorzaak van het pesten te komen. Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet. Besteed aandacht aan uw kind.

Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport, zodat het kind genoodzaakt wordt om te gaan met anderen en leert samen te werken.

Als uw kind al lange tijd pest, vraagt dat om een uitgebreide aanpak. Neem contact op met de leerkracht, ga bij de school kijken, lees boeken en bekijk websites over pesten. Laat uw kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining.

Adviezen aan ouders van gepeste kinderen:

Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, kunt u de ouders van de pester opbellen en voorzichtig vragen er met hun kind over te praten. Gebruik daarbij als argument dat elk kind op straat veilig moet kunnen zijn. Niemand zal dat ontkennen.

Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken. Ook kunt u bij de vertrouwenspersonen van de school terecht: de directeur of de intern begeleider en de vertrouwenspersoon zelf.

Als uw kind al lange tijd is gepest, vraagt dat om een uitgebreide aanpak. Neem contact op met de leerkracht, ga bij de school kijken, lees boeken en bekijk websites over pesten. Als u van uw kind er met niemand over mag praten, steun dan uw kind, geef het achtergrondinformatie en maak uw kind duidelijk dat de school het voorzichtig zal aanpakken.

Beloon uw kind en help het zijn zelfrespect terug te krijgen.

Stimuleer uw kind tot het doen van die dingen waarin het goed is en kan uitblinken.

Wordt uw kind op de sportclub gepest door leeftijd of klasgenoten, vraag dan de leiding aan het pesten aandacht te besteden en met de kinderen te bespreken dat ieder kind op de club veilig moet zijn.

Houd de communicatie open, blijf dus in gesprek met uw kind. Doe dat niet op een negatieve manier, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld; wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?

Steun uw kind in het idee dat er een einde aan komt.

Laat uw kind opschrijven of tekenen wat het heeft meegemaakt. Dit kan best emotionele reacties bij uw kind oproepen. Op zich is dat niet erg, als het maar hierbij geholpen wordt de emoties te uiten en te verwerken.

Laat uw kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining.

## 7. Telefoonnummers en websites

Leerlingen en leerkrachten kunnen voor een luisterend oor terecht op het nummer: 0800 28282800

Ouders kunnen terecht op het nummer: 0800 5010

Voor leerlingen is er de kindertelefoon, voor hulp, advies of gewoon een luisterend oor.

De kindertelefoon is gratis en het nummer wordt niet op de factuur aangegeven, zodat de leerlingen echt anoniem kunnen bellen: 0800 0432

De Opvoedtelefoon voor een luisterend oor voor ouders, maandag tot en met vrijdag van 9.00 uur tot 17.00 uur: 0900 8212205 0900 - 07 6

Luisterlijn: 088-0767 000

Opvoedtelefoon voor ouders: 085 130 4658