



Stichting Openbaar Primair Onderwijs Tholen

# Pestprotocol Obs de Eevliet

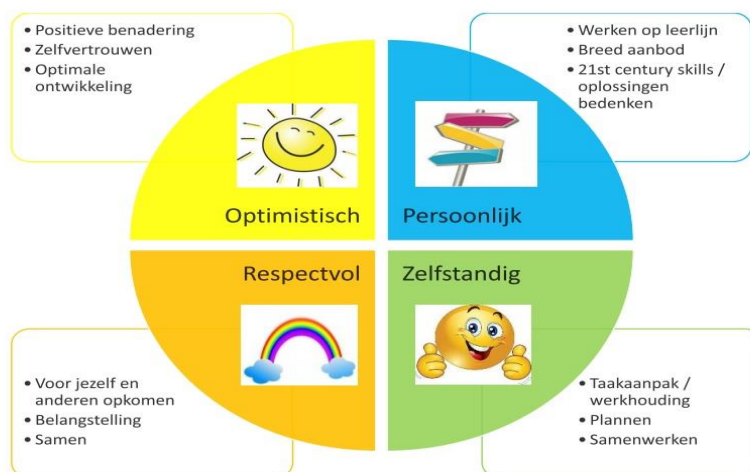
**Herzien op:  
Oktober 2022**

## Inhoudsopgave

1.	Inleiding	3
2.	Algemene informatie over Pesten	4
2.1.	Wat is pesten en wat is verschil met plagen	4
2.2.	Soorten pestgedrag	4
2.3.	Signalen van pesten	5
2.4.	Gevolgen van pesten	6
3.	Preventieve aanpak	7
3.1.	Preventieve aanpak en activiteiten	7
3.2.	Andere preventieve activiteiten/acties	8
4.	Curatieve aanpak	9
4.1.	Houding leekractor/directie/ouders t.a.v. pesten	9
4.2.	Steungroepaanpak	9
4.2.1	Eerste gesprek gepest leerling	10
4.2.2	Stappenplan steungroepaanpak	10
4.2.3	Steungroepaanpak bij kleuters	10
4.3.	Herstelaanpak	11
4.3.1	Stappenplan Herstelaanpak	11
4.3.2	Wat als curatieve aanpak niet werkt?	11
4.4.	Stappenplan in schema	12
5.	Begeleiding bij pesten	15
5.1.	Adviezen aan ouders	15
5.1.1.	Adviezen aan ouders van gepeste kinderen	15
5.1.2.	Adviezen aan ouders van pesters	15
5.1.3.	Adviezen aan alle ouders	16
5.2.	Wat te doen tegen digitaal pesten?	16
5.3.	Begeleiding op school	17
5.3.1.	Begeleiding van het slachtoffer	17
5.3.2.	Begeleiding van de pester	17
6.	Organisatie	19
6.1.	Contactpersonen	19
6.2.	Externe hulp	19
6.3.	Training	19
6.4.	Bronvermelding	19
7.	Bijlage	20

# 1. Inleiding

Zoals duidelijk in onze schoolgids naar voren komt, wil het team van obs De Eevliet de kinderen een veilig gevoel geven op school. We willen een school zijn waar de kinderen zichzelf thuis voelen en zich in een veilig, pedagogisch klimaat op een **positieve** wijze kunnen ontwikkelen. Het onderwijs richt zich hierbij in elk geval op de emotionele en verstandelijke ontwikkeling van het kind, **op het ontwikkelen van de creativiteit en op het verwerven van noodzakelijke kennis, culturele en lichamelijke vaardigheden**. Belangrijk is dat kinderen, bij alles wat zij ontmoeten of aangeboden krijgen, **zichzelf kunnen blijven**, maar ook dat zij zich ervan bewust raken dat: problemen niet altijd eenvoudig op te lossen zijn; **een goede werkhouding en werklust noodzakelijk zijn**; moeilijkheden zowel **alleen** als in **teamverband** opgelost kunnen worden; verantwoordelijkheid soms een zware last kan zijn.



Met de invoering van het pestprotocol proberen we dit pedagogische en veilige klimaat voor de kinderen te vergroten door op een gestructureerde manier in te springen op gedrag dat op elke school voorkomt. In het protocol hebben we bewust gekozen voor het opnemen van een deel algemene informatie over pesten. Kennis vergroot de kans op het signaleren van pestgedrag en het vroegtijdig signaleren voorkomt dat de schade zo klein mogelijk blijft en situaties niet uit de hand lopen. Ook staat de definitie van pesten, zoals wij deze op school hanteren, weergegeven. Als school proberen wij op allerlei manieren om te voorkomen dat er sprake is van pestgedrag. Hiertoe hebben wij een hoofdstuk preventie opgenomen. Hierin staat omschreven welke basishoudingen en gedragingen wij als leerkrachten hanteren binnen de school en ook hoe er op andere vlakken aandacht wordt besteed aan de preventie van pestgedrag. Pestgedrag kan echter niet altijd worden voorkomen. We hebben daarom getracht een duidelijk en helder stappenplan te ontwikkelen voor de momenten dat er wel sprake is van pestgedrag. Alle betrokkenen weten op deze manier waar ze aan toe zijn, wat er van hen wordt verwacht en hoe de verschillende procedures verlopen. Tot slot hebben we een aantal tips en adviezen opgenomen die je als ouder kunt gebruiken om pestgedrag te voorkomen en voor hoe je kunt handelen in situaties waarin er wel sprake is van pestgedrag.

## 2. Algemene informatie over Pesten

### 2.1. Wat is pesten en wat is verschil met plagen

“Pesten op school 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 is zichzelf te verdedigen.”

Plagen	Pesten
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Is onschuldig.</li> <li>- Is van korte duur of tijdelijk.</li> <li>- Speelt zich af tussen “gelijken”.</li>   <li>- Gaat soms gepaard met humor.</li> <li>- Is meestal te verdragen of zelfs leuk, maar kan ook wel kwetsend of agressief zijn.</li> <li>- Meestal één tegen één.</li> <li>- Wisselende rollen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gebeurt met opzet</li> <li>- Pesten gebeurt telkens opnieuw tegen dezelfde persoon/ structureel</li> <li>- Er is sprake van machtsongelijkheid</li>   <li>- De pester heeft geen positieve bedoelingen en wil pijn doen, vernielen of kwetsen.</li> <li>- Meestal een groep (pester en meelopers) tegenover één geïsoleerd slachtoffer.</li> <li>- Neiging tot een vaste structuur.</li> </ul>

### 2.2. Soorten pestgedrag

Er kan op veel verschillende manieren sprake zijn van pestgedrag. Hieronder hebben we een aantal categorieën opgesomd en voorzien van een aantal voorbeelden. Deze voorbeelden zijn niet allesomvattend, maar geven wel een duidelijk beeld van de mogelijkheden.

#### Pesten met woorden

Vernederen: Houd jij onze handschoenen maar even vast, dat is toch het enige dat jij kunt.

Schelden: Viezerik, vuurtoren, schele.

Dreigen: Je vertelt het niet aan de meester, want dan pakken we je straks.

Belachelijk maken: kinderen uitlachen of altijd een bijnaam noemen in plaats van hun eigen naam.

Gemene briefjes schrijven.

#### Lichamelijk pesten

Trekken aan kleding, duwen, sjoeren.

Schoppen en slaan. Krabben, bijten en haren trekken.

Met wapens: messen, stokken.

#### Door achtervolging

Achterna lopen, opjagen.

In de val laten lopen, klem zetten.

Opsluiten.

### Uitsluiting

Doodzwijgen: niet reageren op wat het kind doet of zegt, niet tegen hem/haar praten.  
Uitsluiten: het kind mag niet meedoen met spelletjes, niet meelopen naar huis of niet komen op een verjaardag.

### Stelen of vernielen

Afpakken van kledingstukken en andere spullen.  
Beschadigen van spullen: kliederen op boeken, schoppen en gooien met een schooltas, banden lek steken.

### Afpersing

Dwingen om geld of spullen af te geven.  
Dwingen om iets voor de pesters te doen: geld of snoep meenemen, een klus opknappen.

### Digitaal pesten

De digitale wereld kent geen grenzen. Op internet gedragen onschuldige kinderen zich soms heel anders dan dat ze zijn. Klasgenoten of kinderen in de buurt uitschelden tijdens het chatten, vrienden tegen elkaar opzetten of iemand kleineren in een app-bericht of op social media zijn vandaag de dag onder kinderen heel gewone praktijken. Dit zijn allemaal vormen van digitaal pesten. En net als 'gewoon' pesten heeft digitaal pesten in veel situaties ernstige gevolgen.

Een aantal voorbeelden van digitaal pesten staan hieronder benoemd:

- Anonieme berichten versturen via social media,
- Schelden - Roddelen - Bedreigen,
- Foto's van mobieltjes en webcam op internet plaatsen,
- Privégegevens op een site plaatsen,
- Wachtwoorden en credits stelen en misbruiken,
- Haatprofielen aanmaken,
- Virussen sturen,
- Happy slapping (persoon 1 vertoont geweld tegen iemand en de persoon 2 neemt dit op),
- Het versturen van een e-mail bom.

## **2.3. Signalen van pesten**

Signalen gepest kind

- Blauwe plekken.
- Spullen die "kapot" gaan.
- Zij lijken geen vrienden te hebben, zijn vaak alleen.
- Zij worden als laatste gekozen.
- Geen zin om naar school te gaan.
- Ze proberen dicht bij de leerkracht te blijven.
- Angstig en onzeker.
- Zij zien er bang, neerslachtig en huilerig uit.
- Verminderde schoolresultaten.
- Overdreven clownesk gedrag.
- Afkoopgedrag; geld/snoep of het maken van huiswerk voor anderen.

- Andere kinderen uit jouw klas kunnen ook signalen geven dat een kind gepest wordt. Ze vertellen bijvoorbeeld dat een kind zit te huilen, niet mee mag doen of altijd alleen staat in de pauze.
- Stil zijn
- Vaak last hebben van buikpijn/hoofdpijn

#### Signalen pester

- impulsief gedrag
- het omringen met meelopers
- graag de baas willen zijn
- populair willen zijn
- andere kinderen zijn bang voor het kind

### **2.4. Gevolgen van pesten**

Het moge duidelijk zijn dat er veel verschillende manieren zijn van pesten en gepest worden. De gevolgen hiervan kunnen klein, maar ook heel heftig zijn. Daarnaast zijn de gevolgen verschillend van aard, afhankelijk van de manier van pesten of gepest worden. De gevolgen voor de gepeste leerling kunnen worden onderverdeeld in de ontwikkelingsgebieden cognitie, sociaal-emotionele ontwikkeling en lichamelijke en motorische ontwikkeling.

#### **Slachtoffer**

Mogelijke gevolgen voor het gepeste kind zijn onder andere het ontwikkelen van een negatief zelfbeeld en een lage zelfwaardering met eventueel faalangst als resultaat. Een verhoogde kans op het ontwikkelen van ernstige psychische of fysieke problemen waaronder het niet goed slapen, buikpijn, niet zo lekker in zijn vel zitten en lichamelijke reacties op spanning. In ernstige gevallen kan er ook sprake zijn van sterke angst- en faalgevoelens, gevoelens van minderwaardigheid, eenzaamheid, wantrouwen en argwaan en zelfs ideeën om een einde te maken aan het leven. Op sociaal gebied kunnen er daarnaast onzekerheden ontstaan over het aangaan van sociale relaties, maar ook eenzaamheid en isolement. Gevoel van afkeer tegen school, weinig motivatie om naar school te gaan en daardoor een verhoogde kans op schoolverzuim. Ook kan het zijn dat de leerling, door een gevoel van onveiligheid, in zijn hoofd veel bezig is met de vervelende situatie, waardoor er minder aandacht overblijft voor de schoolse activiteiten en de leerprestaties dalen. Bij fysiek geweld kan er tot slot sprake zijn van littekens of ander letsel.

#### **Pester**

Pesters zijn over het algemeen geen populaire kinderen. Mogelijke gevolgen voor de pester zijn dan ook isolatie binnen de groep. Moeilijkheden in het omgaan met andere mensen, met name op latere leeftijd doordat deze kinderen onvoldoende nieuwe sociale vaardigheden leren aangaan. Daarnaast is er een bewezen verhoogde kans om later in het criminele circuit terecht te komen.

#### **Klasgenoten**

Mogelijke gevolgen voor de rest van de groep zijn het ontstaan van een negatieve sfeer in de klas waardoor kinderen school minder leuk vinden en de motivatie vermindert. Dit kan leiden tot vermindering van leerprestaties en verhoogd schooluitval en verzuim. Klasgenoten ontwikkelen schuldgevoelens. Ze vinden dat ze iets tegen het pesten zouden moeten doen, maar durven dit niet uit angst om zelf te worden gepest.

## 3. Preventieve aanpak

De Eevliet hanteert zowel een preventieve als een curatieve aanpak om pesten tegen te gaan. In dit hoofdstuk komen deze onderwerpen aan bod. Er wordt aandacht besteed aan de manier waarop de school pesten wil voorkomen (preventief) en, mocht zich een pestincident voordoen, welke maatregelen de school neemt om een dergelijk incident op te lossen (curatief).

### 3.1 Preventieve aanpak en activiteiten

In deze paragraaf staat centraal hoe wij op De Eevliet werken aan een positief pedagogisch klimaat waarin pesten niet thuishoort. Ook staat hier omschreven welke maatregelen wij daarvoor nemen en wat de houding van de betrokkenen is. Tevens maakt de leerkracht een notitie in de incidentenmap die staat in SharePoint.

#### **Klassenvergaderingen m.b.v. Goed van Start!**

Op de Eevliet starten we elke schooljaar in alle groepen met het bespreken van de regels en routines in de klas. Dit doen we aan de hand van klassenvergaderingen zoals deze staan omschreven in de methode Goed van Start.

We doorlopen de groepsfasen en werken de eerste weken tot aan de herfstvakantie veel rondom groepsvorming.

#### **Afname ZIEN!**

Twee maal per jaar wordt door de leerkrachten de vragenlijsten van ZIEN! ingevuld. Vanaf schooljaar 2022-2023 zal er gewerkt worden met Viseon, dat ongeveer hetzelfde werkt als 'Zien' en dit ook zal vervangen.

Wanneer er een opvallend negatief resultaat uit de afname blijkt, wordt er met behulp van de gedragspecialist een Kindplan of Groepsplan Gedag opgesteld.

#### **Inzet methode Kwink**

Naast het voeren van groepsgesprekken besteden we op De Eevliet ook aandacht aan het Sociaal Emotioneel Leren door middel van de methode Kwink.

Deze 20 lessen worden gedurende het hele jaar ingezet.

#### **Inzet methode Mediapaspoort**

Omdat pesten ook steeds vaker voorkomt via sociale media besteden we op De Eevliet ook aandacht aan het gedrag van kinderen op sociale media door middel van de methode Mediapaspoort. Deze 8 lessen worden in het circuit ingezet.

#### **Monitoring PO Venster:**

Om een beeld te krijgen hoe de leerlingen het op school vinden wordt ieder schooljaar door groep 6,7 en 8 de vragenlijst van PO Venster ingevuld. De uitslag van dit onderzoek wordt door de coördinator Sociale Veiligheid en de directeur besproken.

### **3.2 Andere preventieve activiteiten/acties**

- Alert zijn op voorvallen in school waardoor je pestgedrag gemakkelijker signaleert.
- Met de kinderen praten over pesten/pestgedrag en wat dat voor sociale en emotionele gevolgen heeft.
- Actieve leerlingenraad en ook betrekken/laten nadenken ter voorkoming van pestgedrag.
- Straffen van de leerlingen wanneer er wel sprake is van pestgedrag, waardoor het zoveel mogelijk de kop in wordt gedrukt
- Toezicht houden op het schoolplein (voor schooltijd, in de pauzes en bij het naar huis gaan).
- Inzetten van Vertrouwenspersoon en/of Pest coördinator
- Inzetten lessen Sociaal Emotioneel Leren
- Eventuele deelname aan SOVA-training van Octho.



## 4. Curatieve aanpak

In hoofdstuk 4 staat de curatieve aanpak van onze school centraal. Het gaat hierbij om de maatregelen die wij als school nemen om pestincidenten op te lossen en wat de houding van leerkrachten, ouders en kinderen is. Dit wordt uitgevoerd door de groepsleerkracht met eventuele ondersteuning van de coördinator Sociale Vaardigheden.

### 4.1 Houding leerkracht/directie/ouders en andere t.a.v. pesten

1. Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders/verzorgers (hierna genoemd: ouders).
2. De school moet proberen pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of het pesten wel of niet aan de orde is, wordt het onderwerp pesten met de kinderen besproken.
3. Als pesten optreedt, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen tegen het pesten. De school hanteert vervolgens het stappenplan zoals beschreven staat in het hoofdstuk curatieve aanpak.
4. Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken. Vanaf de kleutergroepen brengen we kinderen dit al bij: "je moet eerlijk zijn", als je wordt gepest of als je ruzie met een ander hebt en je komt er zelf niet uit dan mag je hulp aan de leerkracht vragen. Dit wordt niet gezien als klikken". Deze regel geldt natuurlijk ook voor de ouders van alle kinderen.
5. Een tweede stelregel is dat een medeleerling ook de verantwoordelijkheid heeft om het pestprobleem bij de leerkracht aan te kaarten. Alle leerlingen zijn immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.
6. School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. De leerkracht zoekt dan ook samen met ouders naar een oplossing en pas dan wordt actie ondernomen. Hierbij dienen beide partijen over hun eigen grenzen te waken.

### 4.2 Steungroepaanpak en Herstelaanpak

De Steungroepaanpak is een oplossingsgerichte manier om in een tijdsbestek van dagen/weken, het pesten te stoppen. (NO Blame methode, Young 2012)

De Herstelaanpak is geïntendeerd op het herstelrecht. Deze aanpak is geschikt als er ondanks de Steungroepaanpak toch wordt doorgedaan met pesten.

Steungroep richt zich op het formeren van een groepje van leerlingen dat helpt om het slachtoffer te steunen en de pester een halt toe te roepen.

Herstelaanpak richt zich op het herstellen van de schade en het schrijven van een plan door de pester om te zorgen dat hij gewoon op school kan blijven functioneren.

De coördinator Sociale Vaardigheden voert dit uit.

#### Uitgangspunten van de steungroepaanpak

1. Straffen helpt niet
2. Het slachtoffer kan zelf niets doen
3. De verantwoordelijkheid ligt bij de groep
4. Etikettering vermijden

#### **4.2.1 Eerste gesprek gepeste leerling**

Dit wordt uitgevoerd door de groepsleerkracht met eventuele ondersteuning van de coördinator Sociale Vaardigheden.

1. Zorg benoemen en delen
2. Vragen naar de visie van de leerling
3. Vragen om verduidelijking/gevoelens en de gewenste toekomst
4. Vragen wie pest, wie steunt
5. Plan voor de Steungroep delen
6. Samen bekijken wie geschikt is voor de Steungroep.
7. Leerkracht geeft aan dat hij/zij de verantwoordelijkheid op zich neemt om te zorgen dat het beter wordt.
8. Toestemming vragen om de Steungroepaanpak te starten
9. Aangeven wanneer de Steungroepaanpak start en wanneer wordt geëvalueerd.

#### **4.2.2 Stappenplan groepsgesprek**

Dit wordt uitgevoerd door de groepsleerkracht met eventuele ondersteuning van de coördinator Sociale Vaardigheden.

1. Het groepsgesprek samenstellen
  - Alle leerlingen uit de groep
  - Behalve de gepeste leerling
2. Het probleem duidelijk maken
3. De verantwoordelijkheid delen: Hoe kunnen we de gepeste leerling helpen?
4. Brainstormen over ideeën
  - Ik-boodschap gebruiken
  - Concrete acties met leerlingen afspreken
5. De verantwoordelijkheid verdelen en positief afsluiten
6. Evaluaties slachtoffer

#### **4.2.3 Stappenplan Steungroepaanpak**

**Dit wordt uitgevoerd door de coördinator Sociale Vaardigheden.**

7. De Steungroep samenstellen  
In de Steungroep zitten zo'n 6-8 leerlingen →
  - Pester
  - Meeloper
  - Positieve contacten/vrienden gepeste leerling
  - Sociaal sterke buitenstaanders
8. Het probleem duidelijk maken
9. De verantwoordelijkheid delen
10. Brainstormen over ideeën
  - Ik-boodschap gebruiken
  - Concrete acties met leerlingen afspreken
11. De verantwoordelijkheid verdelen en positief afsluiten
12. Evaluaties slachtoffer
13. Evaluaties individuele leden Steungroep

#### **4.2.4 Steungroepaanpak bij kleuters**

Mocht het nodig zijn bij kleuters kan de Steungroepaanpak aangepast worden aan kleuters:

Er wordt een kringgesprek gepland met een selectie kleuters

Er kan gebruik worden gemaakt van een prentenboek over pesten, er niet bij horen of anders zijn.

Er worden vragen gesteld en er komt een 'totemfiguur' bij kijken (bijv. een knuffel of pop)

Het totemfiguur speelt in dit geval de rol van de gepeste leerling en de leerkracht daagt de kleuters uit om ideeën te bedenken en het probleem van de totemfiguur op te lossen.

Deze ideeën kunnen ze toepassen op de kleuter die wordt gepest/buiten gesloten.

Evaluëren wordt gedaan aan de hand van een schaalvraag (welk cijfer geef je het pesten?).

#### **4.3 Herstelaanpak**

Als er kinderen ondanks de Steungroepaanpak blijven pesten, dan kan de Herstelaanpak worden ingezet. De kinderen die toch doorgaan met pesten, dienen dan meer verantwoordelijkheid voor hun gedrag te nemen. Dit wordt uitgevoerd door de coördinator Sociale Vaardigheden en de directeur.

##### **4.3.1 Stappenplan Herstelaanpak:**

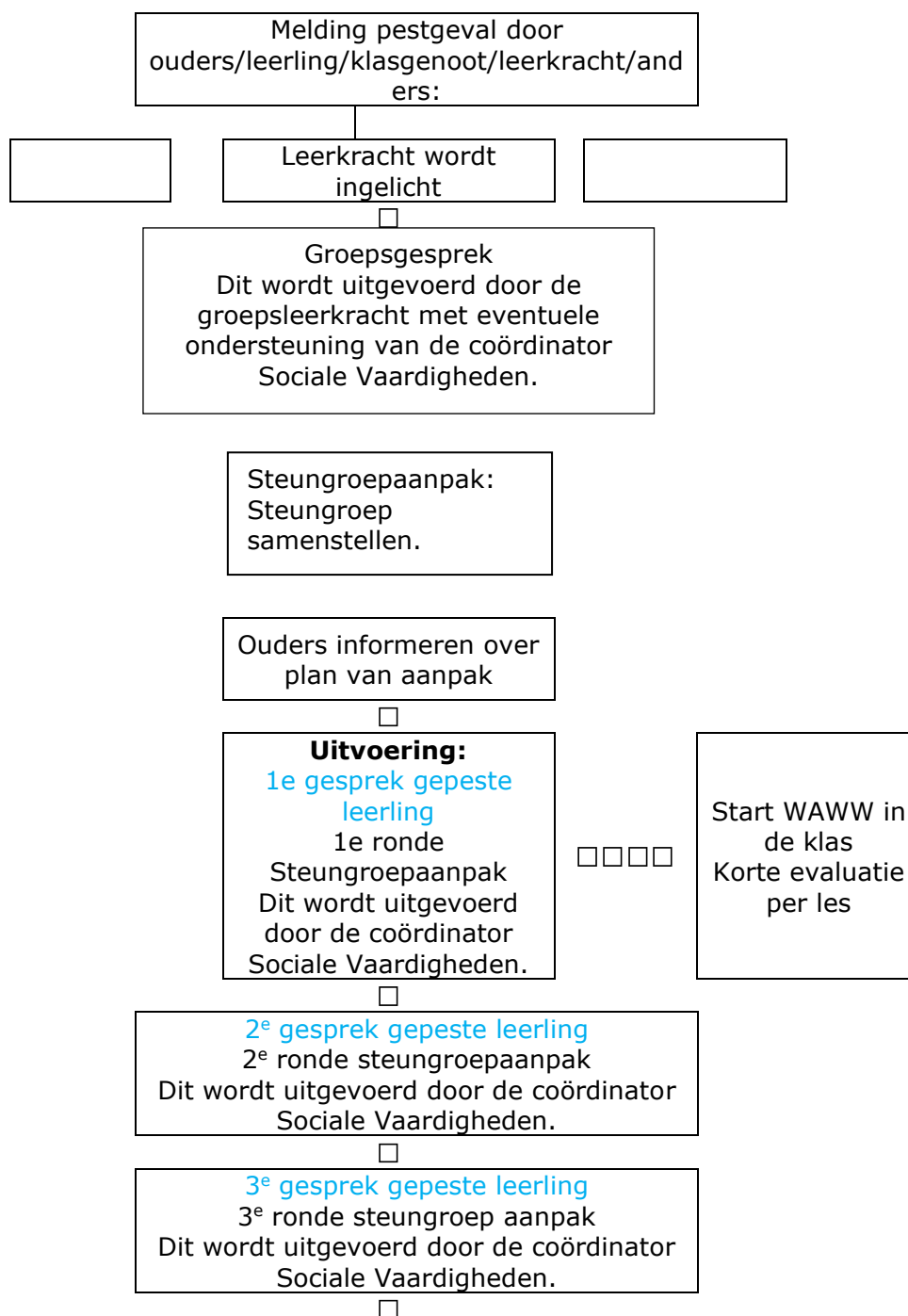
1. Bereid het herstelgesprek voor met de gepeste
2. Laat het kind beslissen of het bij het herstelgesprek met de pester aanwezig wil zijn
3. Voer het herstelgesprek met de pester
4. De pester schrijft een herstelplan\*
5. Het plan wordt door de pester aan de gepeste voorgelezen
6. De gepeste bepaalt of de schade voldoende is hersteld
7. De ouders van de gepeste worden geïnformeerd over het incident en dat er een herstelplan is opgesteld
8. De ouders van de pester worden geïnformeerd over het incident en dat er een herstelplan is opgesteld
9. Het herstelplan wordt besproken met de ouders van de gepeste
10. Er worden minimaal 2 evaluatieafspraken op korte termijn ingepland met ouders en pester samen
11. Er worden minimaal 2 evaluatiegesprekken op korte termijn ingepland met de gepeste.
12. Bij uitblijven van succes: strafmaatregel 1<sup>e</sup> schorsing.
13. Bij succes en 3<sup>e</sup> evaluatiegesprek inplannen na 3-4 weken met de ouders en pester samen.
14. Bij succes een 3<sup>e</sup> evaluatiegesprek inplannen na 3-4 weken met de gepeste.

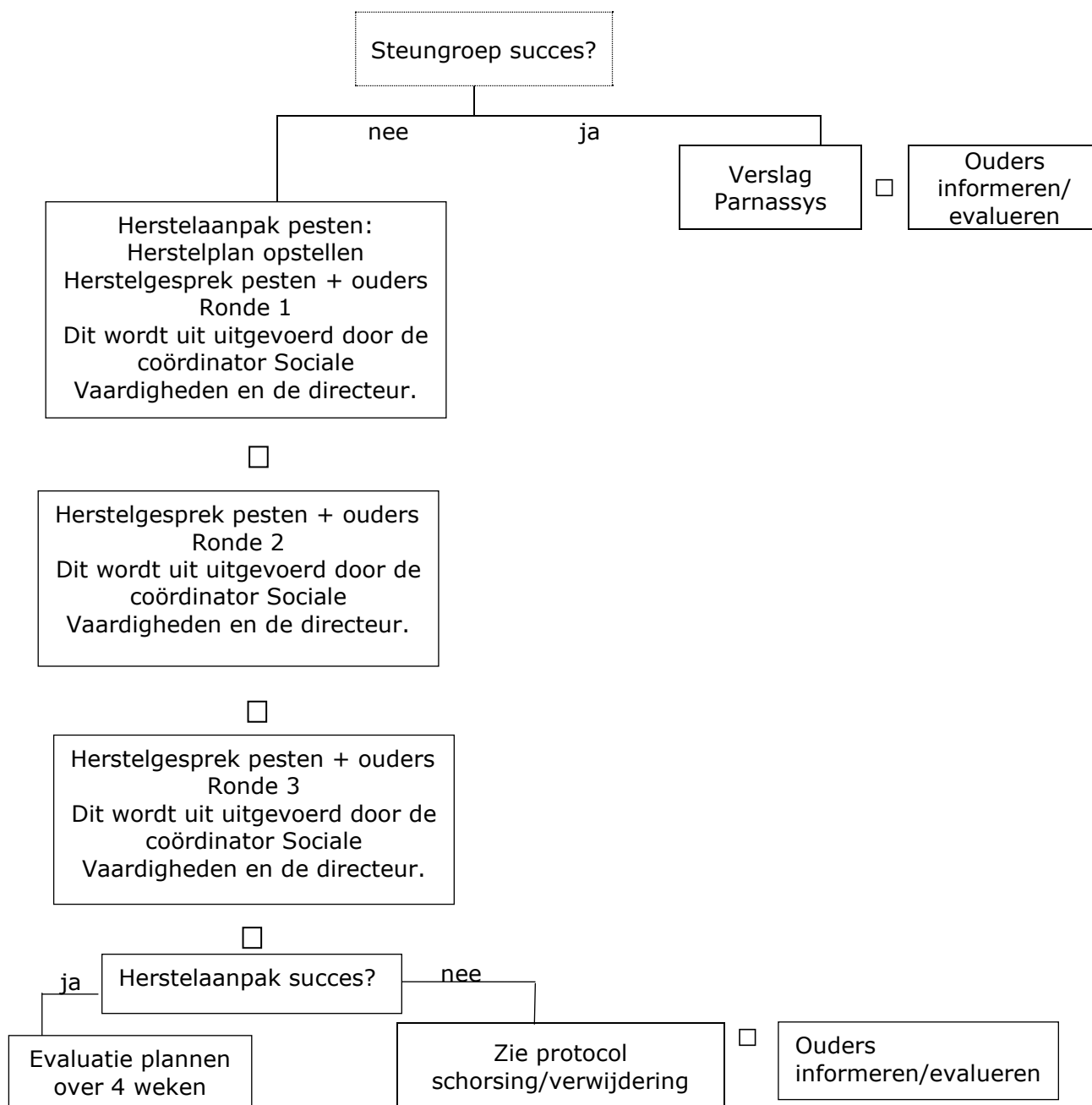
*\*Format Herstelplan als bijlage opgenomen in dit protocol.*

#### **4.3.2 Wat als de aanpak niet werkt?**

Het kan voorkomen dat, ondanks dat de curatieve aanpak herhaaldelijk is toegepast, het pesten blijft bestaan. Wanneer blijkt dat na het 3<sup>e</sup> evaluatiegesprek de Herstelaanpak niet werkt wordt er overgegaan op het Protocol Time-out, schorsing en verwijdering van OcTHO.

#### 4.4 Stappenplan Aanpak pestgedrag

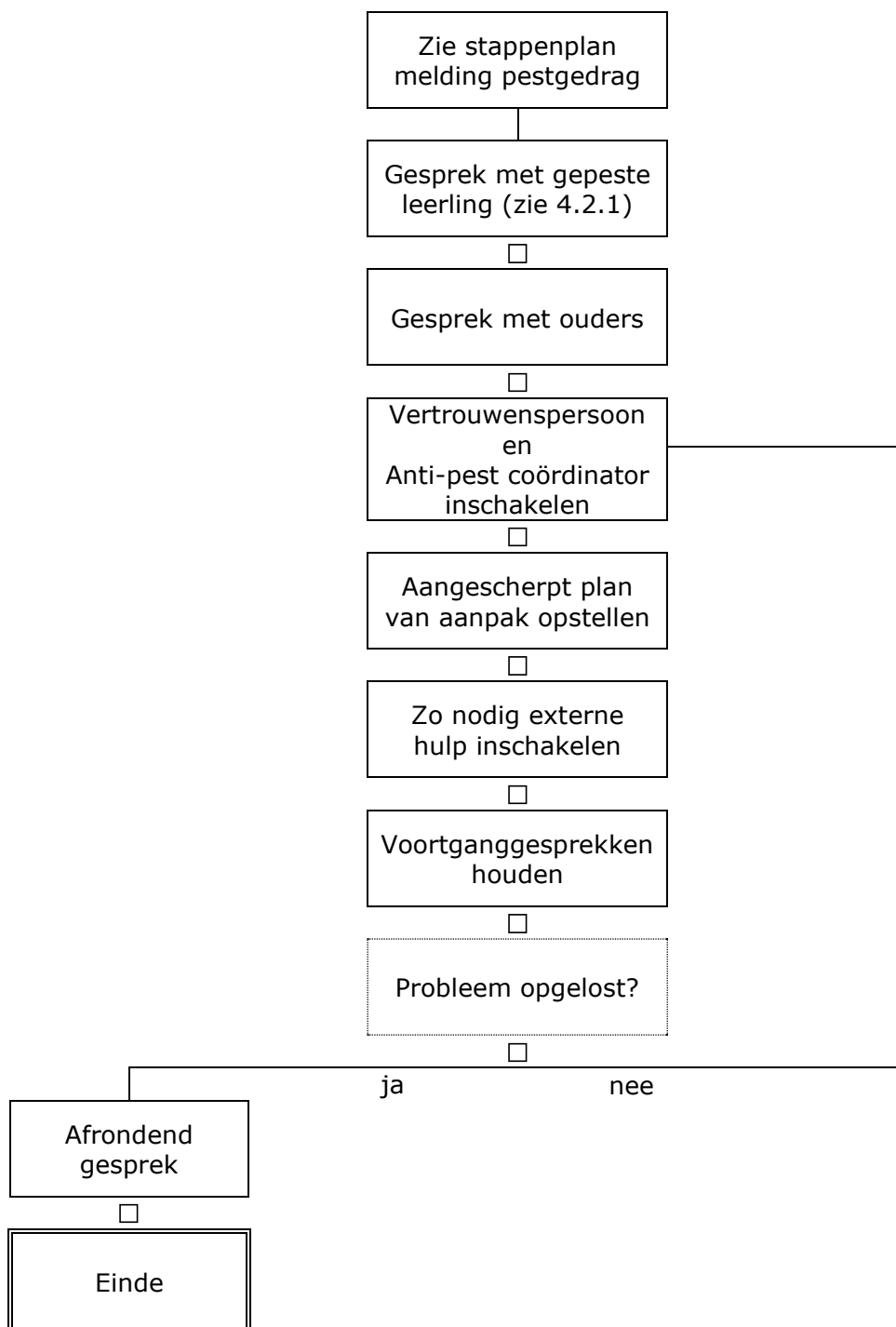




## Stappenplan Pester



## Stappenplan gepeste leerling





## 5. Begeleiding bij pesten

### 5.1 Adviezen aan ouders

#### **5.1.1. Adviezen aan ouders van gepeste kinderen**

- Pesten op school kun je het best direct met de groepsleerkracht bespreken.
- Als je van je kind er met niemand over mag praten, steun dan je kind, geef het kind achtergrondinformatie en maak je kind duidelijk dat de school het voorzichtig zal aanpakken. Voordat je dit belooft, is het raadzaam de school te vragen of ze dit probleem ook daadwerkelijk voorzichtig aanpakt.
- Beloon je kind en help het zijn zelfrespect terug te krijgen.
- Stimuleer je kind tot het beoefenen van een talent en interesses bijv. sport, muziek, scouting.
- Houd de communicatie open, blijf dus in gesprek met je 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: 'Wat is er vandaag weer voor iets ergs gebeurd?'
- Steun je kind in het idee dat er een einde aan komt.
- Laat je kind opschrijven wat het heeft meegemaakt. Dit kan best emotionele reacties bij je kind oproepen. Op zich is dat niet erg, als het maar hierbij geholpen wordt de emoties te uiten en te verwerken.
- Laat je kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining.
- Accepteer de situatie niet en probeer het pestgedrag te stoppen.
- Probeer je mening voor jezelf te houden en voorkom uitspraken als: "Het zijn ook rotmeiden, of "Je moet beter voor jezelf opkomen".
- Lees samen boeken over pesten.

#### **5.1.2. Adviezen aan ouders van pesters**

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- Praat met je kind over wat er gebeurt en probeer achter de mogelijke oorzaken van het pesten te komen.
- Praat met je kind over de gevolgen en maak hem/haar gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed aandacht aan je kind.
- Neem contact op met de school, zeker als je merkt dat het pesten doorgaat. Bespreek met je kind dat je dit gaat doen.
- Laat je kind merken dat je het pesten serieus neemt en dat je vindt dat pesten niet mag. Vertel hoe belangrijk je het vindt dat kinderen met elkaar samenwerken en dat alle kinderen zich veilig moeten kunnen voelen!
- Stimuleer je kind tot het beoefenen van een sport, zodat hij ook buiten de school zichzelf oefent in het onderhouden van sociale contacten.

### **5.1.3. Adviezen aan alle ouders**

- Neem het probleem serieus: het kan ook jouw kind overkomen.
- Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- Maak het tot een gemeenschappelijk probleem.
- Vraag om (meer) toezicht op het schoolplein.
- Praat met je kind over school, over de relaties in de klas, over wat groepsleerkrachten doen, hoe zij straffen. Vraag hen ook af en toe of er in de klas gepest wordt.
- Geef af en toe informatie over pesten: wie doen het, wat doen zij en waarom?
- Corrigeer je kind als het voortdurend anderen buitensluit.
- Geef zelf het goede voorbeeld, praat dus niet in het bijzijn van het kind negatief over andere kinderen of ouders.
- Leer je kind voor anderen op te komen.

Wanneer het probleem in jullie ogen niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan kan je de directie benaderen voor een gesprek. Als ook dit de onjuiste aanpak van de pestproblematiek niet oplost kan een vertrouwenspersoon worden ingeschakeld. De vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren.

## **5.2 Wat kan je doen tegen digitaal pesten?**

- Zorg dat je weet waarover je het hebt. Ga zelf (op social media) zoeken, downloaden en mp3tjes delen. Je leert zien welke risico's er voor je kind zijn, maar ook hoe leuk het voor kinderen is.
- Begeleid je kind. Leer je kinderen om te gaan met de favorietenlijst. Zo kom je ook op een natuurlijke manier te weten welke ontdekkingen je kind heeft gedaan. Leer je kind ook om nooit zelfstandig spelletjes en programma's te downloaden.
- Praat over internet. Vertel je eigen ervaringen en vraag je kinderen wat zij allemaal doen en meemaken en hoe ze dat vinden. Als je de internetwereld kent en hier belangstelling voor toont, zal je kind eerder naar je toekomen als dat nodig is. Bouw wederzijds vertrouwen op.
- Wees erbij als je kind lid wordt van een site. Om spelletjes en andere leuke dingen te doen op een site, moet een kind zich soms registreren. Als je er zelf bij bent kun je zien welke gegevens waar naartoe gaan.
- Zorg dat je kind nooit persoonlijke informatie op internet geeft. Leer je kind om altijd een schuilnaam te gebruiken. Dat is heel gebruikelijk op internet. Leg je kind ook uit om geen namen, telefoonnummers of adres ergens achter te laten, zelfs niet op een eigen homepage. Denk bijvoorbeeld aan de naam van de school, van vriendjes en vriendinnetjes of broers en zussen.
- Wordt je kind digitaal gepest, maak een screenshot van bijvoorbeeld de app of website.

## **5.3 Begeleiding op school**

### **5.3.1 Begeleiding slachtoffer**

- Ga het gesprek met het gepeste kind buiten de les aan. Bijvoorbeeld na schooltijd of in de pauze. Zo voorkom je dat andere kinderen mee kunnen luisteren en het kind een onveilig gevoel krijgt.
- Medeleven tonen, 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.
- Bespreek samen met de leerling wat hij/ zij al heeft gedaan om het pesten te stoppen.
- Huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken. De leerling in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren.
- Zoeken en oefenen van een andere reactie, bijvoorbeeld je niet afzonderen.
- Het gepeste kind in laten zien waarom een kind pest.
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil.
- Sterke kanten van de leerling benadrukken.
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders/beter opstelt.
- Zorg dat je niet meteen in alle emoties tot handelen over gaat. Laat merken dat je wilt helpen maar doe niets buiten de leerling om, want juist daar zijn veel leerlingen zo bang voor.
- Praten met de ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester(s).
- Het gepeste kind niet overbeschermen, hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.
- Eventueel inschakelen hulp: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.

### **5.3.2 Begeleiding pester**

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

Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn:

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

## 6. Organisatie

Dit hoofdstuk heeft betrekking op de organisatie van De Eevliet.  
U kunt hier een overzicht vinden van personen/instaties die de school kan inschakelen.  
Daarnaast wordt een beschrijving gegeven van de (verplichte) scholing.

### 6.1 Contactpersonen

- Antipest coördinator:  
Chantal Vermaas  
Aanwezig op dinsdag, woensdag en donderdag  
Bereikbaar via:  
0166-617016  
[c.vermaas@octho.nl](mailto:c.vermaas@octho.nl)
- Vertrouwenspersoon:  
Anoeska van den Heiligenberg – Postma  
Aanwezig op dinsdag, donderdag en vrijdag  
Bereikbaar via:  
0166-617016  
[a.postma@octho.nl](mailto:a.postma@octho.nl)

### 6.2 Externe hulp

- GGD Zeeland Jeugdverpleegkundige Carina Mens
- Indigo: ouders melden aan, kind kan training volgen, wordt ingezet bij complexe problemen.
- Voor groep 8 is er de Weerbaarheidstraining Weerbaar naar het VO . De training is om de overgang naar de brugklas makkelijker te laten verlopen.

### 6.3 Training

De Anti-pest coördinatoren van Octho hebben in schooljaar 2016-2017 een training gevolgd.

Jaarlijks komen zij bij elkaar om bijzonderheden te bespreken en de protocollen up to date te houden.

### 6.4 Bronvermelding

- Cursus Anti pest coordinator RPCZ 2016-2017
- Verbindend leiderschap in een uitdagende groep – Boaz Bijleveld

# Yes! Ik kan het! - herstelplan

**Naam:** \_\_\_\_\_

De school wil graag dat jij je normaal gedraagt richting anderen onder schooltijd, tijdens de pauzes maar ook na schooltijd. Dit betekent dat je bijdraagt aan een positieve, fijne en respectvolle sfeer richting leerkrachten, leerlingen en anderen.

1. Zo ziet normaal gedrag er van mij uit:
  - a. In de klas: \_\_\_\_\_
  - b. Op het plein: \_\_\_\_\_
  - c. Na schooltijd/online: \_\_\_\_\_
  
2. Wat doe ik als iemand mij uitdaagt:
  - a. In de klas: \_\_\_\_\_
  - b. Op het plein: \_\_\_\_\_
  - c. Na schooltijd/online: \_\_\_\_\_

Je hebt nu een plan. Dit wordt samen met je ouders besproken, maar zorg er zelf voor dat je dit uitvoert. Natuurlijk mag je wat extra hulp regelen, want hulp is altijd fijn!

- d. Hoe kan de juf of meester me hierbij helpen? Hoe regel ik dat?  
\_\_\_\_\_
  
- e. Hoe kan mijn beste vriend(in) me hierbij helpen? Hoe regel ik dat?  
\_\_\_\_\_
  
- f. Hoe kan mijn vader/moeder me hierbij helpen? Hoe regel ik dat?  
\_\_\_\_\_

Handtekening ouder(s):

\_\_\_\_\_

Handtekening leerling:

\_\_\_\_\_

## Incidentenformulier

---

Datum:

---

Betrokkenen:

---

Omschrijving incident:

---

Besproken met:

---

Gevolg/consequenties/maatregelen:

---

Eventuele vervolgspraak:

---

Ingevuld door:

---