****

**Anti- pest aanpak**

**Protocol 2022-2026**

****

**Inhoudsopgave**

**No Blame aanpak bij pesten – stappenplan blz. 3**

A Pesten is normaal blz. 3

B Pesten is een groepsprobleem blz. 3

C No Blame steunt op vergroten van de empathie blz. 4

D De gevoelens en niet de feiten centraal blz. 4

E Klemtoon ligt op het probleemoplossend karakter blz. 4

**Maar wat is pesten eigenlijk? blz. 4**

**Omschrijving van de betrokkenen blz. 5**

Pesters ( veroorzakers, daders ) blz. 5

Gepeste ( doelwit, slachtoffer ) blz. 5

De groep ( meelopers, toeschouwers, helpers ) blz. 5

**De No Blame-benadering blz. 6**

**Zeven stappen blz. 6**

1 Het Interview. Een gesprek met het slachtoffer blz. 7

2 Bijeenkomst met een groep buddy’s blz. 7

3 Situatie schetsen en uitleg geven aan de buddy’s blz. 8

4 Verantwoordelijkheid (uit)delen blz. 8

5 Voorstellen laten formuleren blz. 8

6 Een proeftijd van zeven dagen afspreken blz. 9

7 Evaluatie van de leerlingen na één week blz. 9

**Doe de onderstaande dingen in ieder geval niet: blz. 9**

**Pestcoördinator blz. 10**

De Sieppe wil leerlingen een veilig en pedagogisch klimaat bieden, waarin zij zich harmonieus en op een prettige wijze kunnen ontwikkelen. Het kan helaas voorkomen dat een leerling door andere leerlingen wordt gepest. Dit pestprotocol beschrijft de wijze waarop De Sieppe het pestgedrag van leerlingen benadert. Het bevat richtlijnen bij geconstateerd pestgedrag. Daarnaast staan er ook voorwaarden en activiteiten in die pesten kunnen voorkomen.

Dit protocol is erop gericht om alle volwassenen (het schoolpersoneel en de ouders) en kinderen op de hoogte te brengen van wat school wil doen om een zo veilig mogelijk schoolklimaat te scheppen.

Het pestprotocol vormt de verklaring van de vertegenwoordiging van de school en ouders waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op school niet accepteren en volgens een vooraf bepaalde handelwijze gaan aanpakken. De gekozen handelwijze wordt volgens de NO Blame aanpak gedaan.

**No blame aanpak bij pesten – stappenplan**

De No Blame aanpak is een niet bestraffende, probleemoplossende methode om met pestsituaties om te gaan. Er wordt beroep gedaan op het inlevingsvermogen van de groep en op de persoonlijke verantwoordelijkheid van elke deelnemer.  
  
No Blame gaat ervan uit dat (dreigen met) straffen niet helpt, maar dat de pester(s) en de gepeste het probleem samen moeten oplossen. Omdat het de verantwoording van volwassenen is om voor veiligheid te zorgen, moeten zij de gesprekken ondersteunen.

**De uitgangspunten:**   
  
Voordat je begint wel de onderstaande uitgangspunten bestuderen.  
  
  
**A. Pesten is normaal**

* Je kan het niet goedpraten, wel begrijpen
* Zal altijd deel uitmaken van de maatschappij
* De pester moet de kans krijgen om te erkennen dat er een probleem is
* De pester moet hulp krijgen om tot probleembesef te komen

Pester op basis van vertrouwen benaderen   
  
  
**B. Pesten is een groepsprobleem**

* Soms werkt de pester alleen, meestal in een groep
* Pesten is een groepsprobleem, er is een groepje pesters, er zijn helpers en toeschouwers
* De groep ondersteunt het pesten en laat het toe
* De groep heeft de macht het pesten te melden en te veroordelen
* Het gedrag van de pester wordt minder interessant als hij geen steun meer krijgt van de

groep

Groep inschakelen in het zoeken naar een oplossing   
Groep wordt uitgedaagd om het probleem op te lossen   
  
  
**C. No Blame steunt op het vergroten van de empathie**

* Pesters vinden het moeilijk om zich in te leven in gevoelens van anderen
* Pesters beseffen niet wat gevolgen zijn van hun gedrag

Empathische reacties uitlokken om zo andere kinderen te stimuleren   
  
  
**D. De gevoelens en niet de feiten staan centraal**

* Nadruk ligt steeds op het slechte gevoel van het slachtoffer, niet op de feiten
* De pesters voelen zich minder terecht gewezen

De kans bestaat dat de empathie van de pester wordt aangewakkerd   
  
  
**E. Klemtoon ligt op het probleemoplossend karakter**

* Kinderen bij de aanpak betrekken bevordert de positieve sfeer
* Niemand wordt boos
* Zoektocht naar de oplossing staat centraal

**Maar wat is pesten eigenlijk?**

* Er ontstaan regelmatig, vervelende gebeurtenissen en/of handelingen: het hoeft niet om

spectaculaire toestanden te gaan, het is juist het beklemmende van de regelmaat dat de

doorslag geeft. Het slachtoffer kent zelden echte rust als de pesters ergens in de buurt zijn.

* Er is sprake van pesten als er, spreekwoordelijk, onophoudelijk druppels op hetzelfde hoofd

vallen.

* De macht van de pester(s) staat tegenover de onmacht van het slachtoffer.  Van groot belang

is de beleving van het slachtoffer: die voelt zich onmachtig, de buitenwereld ziet het vaak

anders (“hij/zij moet maar … reageren”, “hoe is het mogelijk dat hij/zij dat toelaat”)

* De pesters hebben zelden respect voor grenzen: zij zullen zelden een ‘nee’ of een ‘stop’

echt accepteren.

* Pesters hebben vaak een laag ontwikkeld empathisch vermogen. Ook al weten ze dat ze

iets verkeerds doen, ze zullen zelden het effect van hun daden kunnen inschatten en beseffen

meestal de ernst er niet van.

* Pesten is een groepsprobleem, dit betekent dat een individu zelden tot nooit het probleem

kan oplossen, want een individu kan niet winnen van een groep. Het is de groep die in actie

moet komen.

**Omschrijving van de betrokkenen**  
  
**Pesters (veroorzakers, daders)**

* Pesters vind je overal.
* Zij zijn fysiek of verbaal sterker dan het slachtoffer, zij zijn slechte verliezers die op zoek

zijn naar macht en naar waardering van de groep. Zij doen zich zelfzeker voor maar zijn dat

in de regel niet.

* Zij hebben weinig respect voor grenzen en kunnen zich moeilijk inleven in de gevoelens van

anderen. Zij hebben dan ook weinig gewetensproblemen bij hun pestgedrag. In sommige

gevallen vinden ze dat het slachtoffer er om vraagt.

* Zij zijn zich niet bewust van de gevolgen voor de slachtoffers en zien hun gedrag zelf niet

als pesten.

Veel pesters schrikken als ze horen welke gevolgen hun gedrag heeft

teweeggebracht. Er bestaat geen éénduidige oorzaak waarom kinderen pestgedrag vertonen.

Uit verschillende onderzoeken worden wel een aantal verbanden duidelijk. Kinderen die

weinig aandacht van hun opvoeders krijgen, die zelf fysiek worden gestraft en die voor hun

eigen agressie niet worden gecorrigeerd, lopen een grote kans om te gaan pesten. Ook

zelf gepest worden lijkt vaak een oorzaak voor pestgedrag.

En niet onbelangrijk is het voorbeeldgedrag van volwassenen. ‘Als een vader tijdens de

voetbalwedstrijd van zijn kind langs de lijn de scheidsrechter allerlei nare ziektes toewenst, is

het niet verwonderlijk dat zijn kind dit gedrag op het schoolplein imiteert.’

**Gepeste (doelwit, slachtoffer)**

* Het gepeste kind wijkt meestal af van één of andere groepsnorm. Dit is echter enkel een

excuus voor de pester, want niet iedereen die afwijkt van een norm wordt gepest. Omgekeerd

kan het ook gebeuren dat een kind dat schijnbaar goed in de groep ligt plots uitgekozen wordt

als doelwit.

* De tolerantiegrens van kinderen is verschillend. Daar waar de ene plagerijen of pesterijen

zal weglachen en relativeren, zal de andere gekwetst achterblijven en op die manier een

weerloze indruk maken die misschien nog meer ‘uitnodigt’ tot pesterijen.

* Het gepeste kind is gemiddeld fysiek zwakker, kan zich niet goed verdedigen, heeft weinig

vrienden en voelt zich daardoor erg eenzaam.

* Het gepeste kind mist vaak een aantal sociale vaardigheden, is onzeker en komt niet

voldoende voor zichzelf op. Daarbij zien we soms ook linken met een opvoedsituatie waarbij

het kind over beschermd wordt Toch kan nooit worden gesteld dat kinderen pestgedrag

uitlokken. Geen enkel kind wil bewust gekwetst worden. Bovendien houdt deze stelling in dat

het pestgedrag geminimaliseerd of goedgepraat wordt.

**De groep (meelopers, toeschouwers, helpers)**

* Pesten is meestal een groepsaangelegenheid.
* De ‘Neutrale’ toeschouwers zeggen of doen vaak niets uit angst om zelf het doelwit

van pesterijen te worden en daardoor ook uit de groep te vallen.

* Door niet te reageren maken ze onbewust duidelijk dat ze het gedrag toestaan. In deze

houding schuilt echter het gevaar dat deze kinderen onverschillig en hard worden voor

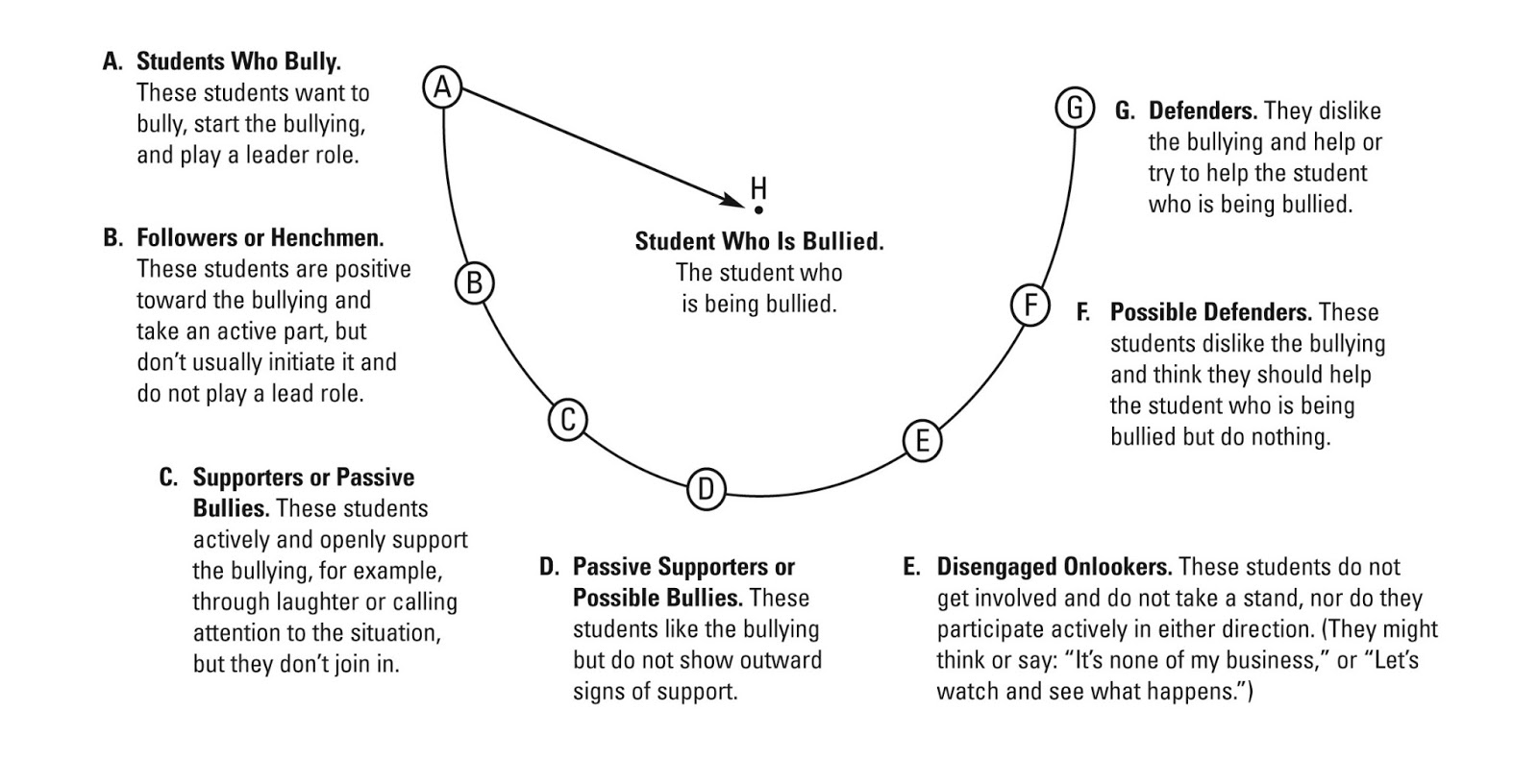
het leed van anderen, waardoor hun empathie afneemt.

* Naast de neutrale toeschouwers zijn er soms ook kinderen die de pester helpen bij zijn

pestgedrag en zijn er, gelukkig, ook kinderen die partij durven kiezen voor het slachtoffer. Ook

al komt hun hulp of hun besef soms te laat.

In het onderstaande schema wordt een uitgebreid overzicht gegeven van de mogelijk betrokken leerlingen in geval van pestgedrag.

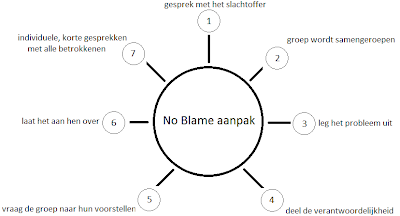


**De No Blame-benadering**  
De No Blame aanpak heeft niet tot doel alle feiten in kaart te brengen. Evenmin wordt de pester beschuldigd of gestraft. De groep krijgt de verantwoordelijkheid een aantal voorstellen te doen om het negatieve gevoel bij het slachtoffer weg te nemen of te verminderen.

De basisprincipes zijn:

* Het pesten moet stoppen
* Iedereen is verantwoordelijk
* Niemand wordt gestraft

**Zeven stappen**  
  
De no blame-methode werkt volgens een stappenplan. Deze benadering bestaat uit zeven stappen:

[](http://1.bp.blogspot.com/-N8si271mN8w/UU9964I0h2I/AAAAAAAABsI/ENzVnm9uiJY/s1600/No+Blame+aanpak.png)

**1 Het interview. Een gesprek met het slachtoffer.**

Het gaat er hierbij om dat de begeleider erachter komt door wie de gepeste leerling wordt belaagd. Wie nemen het voortouw, wie zijn de volgers? Maar vooral ook: wat gebeurt er intern, in het hoofd, van het slachtoffer. Wat is het effect op hem/ haar als persoon van wat hem/ haar overkomt? De begeleider focust zich op het gevoel van de leerling. Feitelijkheden zijn minder belangrijk. De begeleider vraagt de leerling om in een ‘huiswerkopdracht' tot uitdrukking te brengen hoe hij/ zij zich voelt (opstel, tekening, gedicht) Ook vraagt hij of dit product met andere leerlingen besproken mag worden.

De begeleider licht de ouders van de gepeste leerling en van de meest betrokken leerlingen in. Ook vraagt de begeleider of zij akkoord gaan met dit traject. Als dit zo is dan kunnen de volgende stappen gezet worden:.  
  
*Een korte samenvatting van de verschillende stappen:*

* Informatie vragen over wat er gebeurd is (geen details)
* Vraag naar de beleving, gevoelens van het slachtoffer
* Geef uitleg over de aanpak, benadruk het niet-bestraffende aspect en vraag toestemming aan

de ouders

* Bespreek met het gepeste kind uit welke kinderen de groep moet worden samengesteld
* Vraag wat je wel of niet mag vertellen over de beleving van het slachtoffer
* Vraag eventueel naar een verhaal of een tekening over het gevoel van het slachtoffer
* Geef aan dat je steeds bereikbaar blijft voor het slachtoffer

**2. Bijeenkomst met een groep buddy’s.**

De begeleider organiseert een gesprek met betrokken leerlingen (bij voorkeur 6 tot 8 leerlingen).   
Tijdens deze bijeenkomst gaat de begeleider in gesprek met het groepje leerlingen dat door het slachtoffer gekozen is. Het groepje is samengesteld uit pesters, meelopers en leerlingen met een positieve groepsinvloed. Let op: het slachtoffer doet hieraan niet aan mee.

*Een korte samenvatting van de verschillende stappen:*

* De hulpgroep bestaat uit pesters, meelopers, vrienden en /of positief ingestelde kinderen,
* Het slachtoffer is niet aanwezig, dit kan de probleemoplossende aanpak bemoeilijken.

**3. Situatie schetsen en uitleg geven aan de buddy’s.**

Leg het probleem uit. De begeleider vertelt hoe het slachtoffer zich voelt. De begeleider treedt absoluut niet in details, noch verliest hij zich in ja/nee-discussies rond incidenten of beweerde feiten. Er wordt niet beschuldigd, noch worden er daders aangewezen. Leg de situatie op tafel zonder ook maar iemand te beschuldigen. De situatie is dat een klasgenoot zich op dit moment doodongelukkig voelt. Vertel dat niemand (op dit moment, naar aanleiding van deze situatie) bang hoeft te zijn voor straf. Iedere beschuldiging draagt de kiem in zich voor hernieuwd intensiever en ondergronds pesten.  
  
Een korte samenvatting van de verschillende stappen:

* Vertel aan de groep dat er een probleem is
* Gebruik eventueel het verhaal of de tekening van het slachtoffer
* Praat niet over details van gebeurtenissen,
* Beschuldig niemand,
* Maak duidelijk dat er een probleem is dat moet opgelost worden.

**4.  Verantwoordelijkheid (uit)delen.**

De begeleider zegt dat er een gezamenlijke verantwoordelijkheid is voor hoe anderen zich voelen. En dat iedereen hier een bijdrage aan kan leveren. Sterker nog; iedereen heeft altijd invloed. Als jij stil, rustig bent en je nooit ergens mee bemoeit, heb je ook invloed.

*Een korte samenvatting van de verschillende stappen:*

* Zeg duidelijk dat niemand in de problemen zit of gestraft wordt
* Elk groepslid kan bijdragen aan de oplossing,
* Zij hebben het meeste contact met het slachtoffer, dus de beste kansen om het pesten
* te stoppen

**5. Voorstellen laten formuleren.**

De begeleider vraagt alle deelnemers om met ideeën te komen die kunnen bijdragen dat de leerling die besproken wordt, zich gelukkiger gaat voelen.  
Dit kan ertoe leiden dat de leerlingen tips hebben voor het slachtoffer. De begeleider complimenteert dit en vraagt of hij deze tips mag overbrengen aan het slachtoffer. Er vindt dus een omkering plaats: de leerlingen geven tips aan het slachtoffer en krijgen te horen 'fijn dat jullie meedenken en dat jullie op deze manier de ander helpen'. Daarna kan de begeleider zeggen: 'fijn dat ik die tips van jullie mag overbrengen. Dat ga ik doen.’ Maar zijn er ook dingen die jullie kunnen en willen doen om ervoor te zorgen dat de ander zich prettiger voelt? De begeleider moedigt aan en geeft positieve feedback, maar waakt ervoor de leerlingen beloftes tot gedragsverbetering af te dwingen.

*Een korte samenvatting van de verschillende stappen:*

* Alle positieve voorstellen aanvaarden (niets doen is ook een positief voorstel!)
* Vraag om het concreet te maken, ‘Hoe ga je dit aanpakken?’
* Aandacht voor de ‘ik-taal’ (wees niet tevreden met algemene uitspraken),
* Intenties kunnen opgeschreven worden.

**6.  Een proeftijd van zeven dagen afspreken.**

Een proeftijd van zeven dagen afspreken waarin de buddy’s de kans krijgen om hun voorstellen uit te voeren. Laat het probleem verder aan de groep over.  
Geef de leerlingen (en jezelf!) verantwoordelijkheid, rust en invloed. Spreek met hen af dat je later terugkomt op het probleem. Bedank hen voor het feit dat zij meedenken en meehelpen.

*Een korte samenvatting van de verschillende stappen:*

* Leg de verantwoordelijkheid bij de groep, alleen zij kunnen het probleem oplossen,
* Bedank hen en geef hen vertrouwen,
* Vertel dat je hen na één week individueel wilt spreken (je blijft bereikbaar).

**7.  Evaluatie van de leerlingen na een week.**

Organiseer een evaluatie met het gepeste kind en alle groepsleden apart omtrent de voorgaande zeven dagen. Ingeval het gepeste kind geen verbetering ervaart, worden de stappen herhaald.  
  
Vraag alle leerlingen die je eerder hebt gesproken, inclusief de gepeste leerling, na een week of twee, hoe de zaken nu lopen. Wat is er verbeterd? Doe hiervan verslag aan de ouders van het gepeste kind leerling en de meest betrokken ouders.  
  
*Een korte samenvatting van de verschillende stappen:*

* Laat elk lid afzonderlijk vertellen over zijn of haar bijdrage,
* Gebruik de kernvragen: hoe is het nu, is het gestopt, ben je tevreden, enz.
* Indien het slachtoffer niet helemaal tevreden is, kan de procedure herhaald worden.

**Doe de onderstaande dingen in ieder geval niet:**

* Labels “plakken”: een pester wordt soms slachtoffer en omgekeerd, sommige situaties zijn zo

complex dat een pester tegelijk slachtoffer is. Bovendien geef je geen enkel gedragsalternatief

door iemand als pester of meeloper of slachtoffer te bestempelen. Integendeel, je versterkt de

bestaande positie.

* De “waarheid” zoeken is een moeilijke “politie-techniek” waar specifieke

vaardigheden en strategieën bij horen. Vraag maar eens aan twee mensen die hetzelfde

hebben meegemaakt om een objectief verslag te geven… In een pestsituatie speelt dan ook

nog eens mee dat de pester er meestal alle belang bij heeft om te liegen en het slachtoffer

ook (die is bang voor wraak).

* Het slachtoffer willen veranderen. Een kind dat assertief is, heeft misschien wat meer kans

om niet gepest te worden, maar het is geen garantie. Een pester heeft trouwens ook behoefte

aan meer assertiviteit, want die gedraagt zich agressief. Preventief werken aan assertiviteit (ik

ben OK, jij bent OK) is dus voor alle kinderen zinvol. Een slachtoffer heeft meestal geen

boodschap aan allerlei pogingen om hem/haar te veranderen. Ten tweede geef je de akelige

boodschap dat het slachtoffer verantwoordelijk is en dat is in pestsituaties nooit het geval.

* Wat kan dan wel? Nadat het pesten gestopt is, kun je een slachtoffer, indien nodig, trainen in

sociaal-emotionele vaardigheden (pesters, meelopers en de klas kunnen eveneens extra

begeleiding krijgen in sociale vaardigheden).

* Straf nooit omdat er gepest wordt, het is een gevaarlijke ingreep die het

slachtoffer meestal nog meer in gevaar brengt, bovendien geef je de pester de boodschap

dat wie de meeste macht heeft, wint… en pesters houden al zo van het gevoel van macht

dus…

**Pestcoördinator**  
  
Zoals eerder gezegd gaat No Blame ervan uit dat (dreigen met) straffen niet helpt, maar dat de pester(s) en de gepeste het probleem samen moeten oplossen. Omdat het de verantwoording van volwassenen is om voor veiligheid te zorgen, moeten zij de gesprekken ondersteunen. Op De Sieppe is er een anti-pestcoördinator aangesteld. Die zorgt ervoor dat pester(s) en omstanders onder zijn/haar begeleiding met elkaar gaan zoeken naar mogelijkheden om het gepeste kind weer veilig en met plezier naar school te laten gaan.

De anti-pestcoördinator van De Sieppe is: Mevr. H. Jacobs