

Pesten op Nutsschool Zorgvliet



Beleidsplan pesten op Nutsschool Zorgvliet

Proceseigenaar: Lisanne Segaar

Datum vaststelling:

Inhoudsopgave

Voorwoord	3
1. Nutsschool Zorgvliet en Kwink.....	4
2. Groepsvorming	4
3. Wat is pesten?	5
4. Rol van de ouders.....	7
5. Hoe herken je pesten?	7
7. Wat doen wij als school?	9
8. Wat doe je als ouder?	10
9. Wat doe je als leerling?	11

Voorwoord

Voor jullie ligt het beleidsplan pesten op Nutsschool Zorgvliet. Dit stuk zal starten met een deel theorie, waarbij de achterliggende theorie van Kwink (onze methode voor sociaal-emotionele ontwikkeling) de leidraad zal zijn. Na het theoretische deel worden jullie meegenomen in de praktijk. Wij nemen jullie mee in hoe je pesten kunt herkennen, wat wij als school kunnen betekenen en wat wij als school van de ouders verwachten.

1. Nutsschool Zorgvliet en Kwink

Op Nutsschool Zorgvliet werken wij met Kwink. Kwink is een online methode voor sociaal-emotioneel leren (SEL), inclusief burgerschap en mediawijsheid. Kwink is bedoeld voor groep 1 t/m 8 van het primair onderwijs. Kwink biedt een doordacht SEL-programma, gebaseerd op de laatste wetenschappelijke inzichten. Praktisch, leuk en altijd actueel. Gericht op preventie (van bijvoorbeeld pesten op school) en de kracht van een veilige groep.

Pesten en preventie

We spreken van pesten als het negatieve gedrag naar een ander doelbewust is, langere tijd aanhoudt en er sprake is van machtsongelijkheid. Uit wetenschappelijke literatuur over pesten blijkt dat je moet uitgaan van het verantwoordelijkheidsgevoel van de groep om pesten te voorkomen. Preventief! Een sterke, sociaal veilige groep voorkomt pesten. In zo'n groep spreken kinderen elkaar op een positieve manier aan op hun gedrag. Kwink leert kinderen hoe dat moet. (Van Overveld, 2015)

2. Groepsvorming

Je hebt klassen en je hebt groepen. Een klas is een verzameling individuen die weinig band hebben met elkaar. Hoe maak je nu van een klas een positieve, hechte groep? Dat kan door goed in te spelen op de fasen van de groepsvorming. Deze fasen zijn:

- *Forming*: Dit is de fase van kennismaken en oriënteren.
- *Storming*: In deze fase strijden de kinderen om invloed en een leiderspositie.
- *Norming*: In deze fase ontstaan gezamenlijke normen over wat wel en niet gewenst is.
- *Performing*: Dit is een langere periode van rust en samenwerking.
- *Adjourning*: De groep bereidt zich voor op het uit elkaar gaan.

Kwink biedt Nutsschool Zorgvliet houvast om binnen deze fases geschikte activiteiten en lessen aan te bieden en zo te streven naar positieve en hechte groepen.

Hiërarchie binnen groepen

In de literatuur staat veel beschreven over groepen en groepsvorming en er bestaan veel lijstjes over verschillende rollen of posities van leerlingen in de groep. Kwink hanteert vijf verschillende groepen waarin kinderen globaal zijn in te delen:

1. De populaire groep (ongeveer 15%): te herkennen door sociaal, behulpzaam en communicatief. Over het algemeen zijn deze leerlingen ook cognitief erg vaardig.
2. De gemiddelde groep (ongeveer 55%): deze groep is het grootst. Deze leerlingen vallen niet erg op en kunnen goed meekomen op sociaal gebied.
3. De controversiële groep (ongeveer 5%): deze leerlingen vallen op door bijzonder gedrag. Deze leerling kan zich agressief of brutaal gedragen ten opzichte van de leraar. Deze leerling kan aantrekkelijk gevonden worden door andere leerlingen.
4. De genegeerde groep (ongeveer 10%): deze leerlingen vallen niet erg op in de klas. Soms lijken deze leerlingen 'onzichtbaar'.
5. De afgewezen groep (ongeveer 15%): afgewezen leerlingen zijn niet geliefd en worden vaker dan anderen vijandig benaderd.

Een sociogram is een middel waarmee bovenstaande sociometrische posities in de klas gevisualiseerd kunnen worden. Daarom wordt op Nutsschool Zorgvliet vanaf groep 2 minimaal twee maal per jaar het sociogram Sometics afgenomen.

3. Wat is pesten?

We spreken van pesten als het negatieve gedrag naar een ander doelbewust is, langere tijd aanhoudt en er sprake is van machtsongelijkheid. (Van Overveld, 2015)

Leerlingen die pesten

Leerlingen hebben behoefte om deel uit te maken van een groep. En als ze eenmaal in de groep zitten, willen ze er ook toe doen en zich gewaardeerd voelen. Het groepsproces is belangrijk. Dit is een normaal gegeven in de ontwikkeling. Pesters lijken de behoefte te hebben om via ongewenst gedrag de status in de groep te bestendigen of te vergroten. Ze hebben blijkbaar de

erkenning van de omgeving nodig, of ze zijn trots op wat ze hebben bereikt. In de literatuur kom je diverse typeringen van pesters tegen:

- *Pester met lage status*: deze pesters zoeken contact met leerlingen die eveneens pesten. Deze vriendschap is vooral bedoeld om de eigen status te verhogen. Ze pesten om anderen te imponeren of ze pesten in opdracht van degene die hoger in de hiërarchie staat. Het pestgedrag kan ook bedoeld zijn om te voorkomen dat zij zelf slachtoffer worden van pesten.
- *Pester met hoge status*: pesters met een hoge status genieten vaak van grote populariteit. Over het algemeen zijn ze charmant, intelligent, charismatisch en geliefd. Ze worden vaak gezien als leerlingen met leiderschapskwaliteiten. Deze manier van pesten gebeurt vooral onder de radar, onzichtbaar voor volwassenen.
- *Gemarginaliseerde pester*: dit type pester is meestal opgegroeid met grote, sociale problemen. Er kan sprake zijn van een problematische thuissituatie, problemen met verslaving, misbruik of criminaliteit. In het leven van deze leerling is geweld een belangrijke norm. Empathie is ver te zoeken, pesten gebeurt voor eigen plezier of met de bedoeling anderen te controleren of te domineren.
- *Crimineel in de dop*: deze pester is fysiek in het voordeel. Hij slaat, schopt, steelt en intimideert.
- *De mislukte pester*: sommige leerlingen gedragen zich als crimineel in de dop, maar ze slaan de plank volledig mis. Ze zijn als het ware een karikatuur van zichzelf. Ze denken dat pesten hen verder helpt, maar het ontbreekt hen aan echte 'pestkwaliteiten'.
- *De Facebookcrimineel*: deze typering heeft vooral te maken met digitaal pesten. Het betreft leerlingen die via internet hun praktijken uitoefenen. Ze blijken vaak op internet gemener en harder dan in het gewone leven; het lijken soms twee verschillende persoonlijkheden.

Leerlingen die gepest worden

Het maakt eigenlijk niet uit of je als jongen op ballet zit of dat je als puber een voorliefde hebt voor klassieke muziek. Iedereen kan slachtoffer worden van pestgedrag. In de literatuur tref je diverse typeringen van 'slachtoffers' aan:

- *Passief slachtoffer*: dit type slachtoffer heeft weinig zelfvertrouwen en bezit weinig mogelijkheden om voor zichzelf op te komen of problemen op te lossen. De status in de klas is laag. Ze worden vaak als onderdanig beschouwd, onzeker en emotioneel.
- *Provocerend slachtoffer*: dit is iemand die in sociale contacten de neiging heeft om te overreageren. Ze hebben moeite om hun emoties en hun gedrag te reguleren.
- *Indirect slachtoffer*: dit slachtoffer maakt deel uit van de omstanders, de leerlingen die getuigen zijn van het pestgedrag. Hoewel de leerling persoonlijk niets wordt aangedaan, lijden ze geestelijk aan wat ze hebben aanschouwd. Ook voelen ze vaak schaamte en schuld omdat ze geen stappen hebben gezet om het pesten te stoppen.

Leerlingen die getuige zijn van pesten

In peestsituaties draait het niet alleen om pesters en slachtoffers. Er zijn ook leerlingen die toekijken, aanmoedigen of het pestgedrag veroordelen. Deze zogenaamde omstanders kunnen in diverse groepen worden ingedeeld:

- *Verdedigers*: kiezen de kant van het slachtoffer
- *Buitenstaanders*: blijven passief tijdens het pestgedrag
- *Meelopers*: doen actief mee aan pesten
- *Aanmoedigers*: doen niet actief mee met het pesten, maar door hun lichaamstaal, kreten of gelach moedigen ze de pester aan om door te gaan.

4. Rol van de ouders

Bij het onderwerp 'pesten' is samenwerking met ouders essentieel. De school en de ouders zijn als partners immers samen verantwoordelijk voor het welzijn van de leerling. Vandaar dat er op Nutsschool Zorgvliet is gekozen voor een werkwijze waarbij ouders een belangrijk deel uitmaken bij het opstellen van dit beleidsplan. Op deze manier wordt de ouderbetrokkenheid vergroot en worden ouders meegenomen in de bewustwording rondom het fenomeen pesten.



5. Hoe herken je pesten?

Kinderen die gepest worden, praten hier vaak niet over. Zij schamen zich en vinden het moeilijk om erover te praten. Ze zijn bang niet te worden geloofd of ze hebben een schuldgevoel. Ze denken dat ze stom zijn en dat het hun eigen schuld is dat ze gepest worden. Het vertellen kan voelen als klikken en daarmee doen ze voor hun gevoel weer iets dat afgekeurd wordt. Dat kan weer leiden tot pesten. Schaamte dat je niet voor jezelf kunt opkomen, speelt vaak een grote rol. Thuis vertellen kinderen het niet graag. Ze willen hun ouders niet ongerust maken en willen dat hun ouders trots op ze zijn.

Onderstaande signalen hoeven niet te betekenen dat het kind gepest wordt. Ga in ieder geval het gesprek aan met het kind als je deze signalen opmerkt en probeer uit te vinden wat er aan de hand is. Uiteraard kun je bij zorgen contact opnemen met de leerkracht. Andersom zal dat ook gebeuren.

Signalen bij pesten:

- Blauwe plekken
- Spullen die 'kapot' gaan of kwijt zijn
- Geen vrienden lijken te hebben
- Het kind staat alleen tijdens vrijspel situaties
- Als laatste gekozen worden
- Niet mee mogen doen
- Geen zin hebben om naar school te gaan
- Dichtbij de leerkracht willen blijven
- Angstig en onzeker zijn

- Er bang, neerslachtig of huilerig uitzien
- Verminderde schoolresultaten
- Overdreven clownesk gedrag
- Afkoopgedrag
- Signalen van andere kinderen
- Hoofdpijn/buikpijn hebben (deze klachten verdwijnen wanneer een kind niet naar school hoeft)

6. Digitaal pesten

Digitaal pesten (ook wel cyberpesten genoemd) is een variant van het 'gewone pesten'. Sinds de komst van draadloos internet zijn de mogelijkheden om digitaal te pesten enorm toegenomen. Met een smartphone is het mogelijk om 24 uur per dag online te zijn. Zonder toezicht van een volwassene. Dat zou zo maar eens moeilijkheden kunnen veroorzaken...

De wifi-generatie

De huidige generatie wordt ook wel de wifi-generatie genoemd. Het is de generatie die opgroeit met mobiel internet en dit intensief inzet in de contacten met leeftijdsgenoten. De wifi-generatie internet niet langer onder toezicht van een volwassene. Zij is online op de plek van het tijdstip dat zij wenst. Door de moderne techniek is er meestal sprake van een grote mate van anonimiteit en daardoor volop mogelijkheden tot digitaal pesten.

Vormen van digitaal pesten

Digitaal pesten is een manier van pesten die veel vormen kan aannemen. Hieronder een overzicht van vormen die momenteel bekend zijn:

- Iemand buitensluiten
- Iemand belachelijk maken, roddelen, beledigen
- Schelden
- Ongevraagd publiceren van foto of filmpje
- 'Trolling' (iemand bewust provoceren of choqueren om reacties uit te lokken)
- Nepaccount aanmaken
- Diefstal (account hacken voor bijvoorbeeld credits)
- Bedreiging
- Sexting (het versturen van seksueel getinte berichten, foto's en video's)
- Webcamseks
- Grooming (is eigenlijk geen digitaal pesten, maar past wel in dit rijtje. Grooming is het benaderen van een kind door een volwassene)

Om leerlingen op Nutsschool Zorgvliet bewust te maken van hun online handelen worden Kwink-lessen en een training mediawijsheid ingezet.

7. Wat doen wij als school?

Structureel	Burgerschapskunde
Kwink	Buitenspelen
Sometics	Vaklessen
Ontwikkelgesprekken	Inspelen op actualiteit
Kindgesprekken	Brugklastraining
Weekendverhalen	Training mediawijsheid
Oudergesprekken	Groepsafspraken
Observaties	Groepsbesprekingen
Extra activiteiten	Incidenteel
Klasindeling	Jeugdzorg
Heterogene activiteiten	Zorgcommissie
Klusactiviteiten	Vertrouwenspersoon
Coöperatieve werkvormen	Coördinator meldcode
Tutorlezen/Tutorschaken	

8. Wat doe je als ouder?

Zoals eerder beschreven is de samenwerking met ouders van essentieel belang. Om dit beleidsplan compleet te maken is er gebruik gemaakt van een werkwijze waarbij ouders hun eigen rol beschrijven rondom pesten. Als school hebben wij een tweedeling gemaakt in 'pesten op school' en 'digitaal pesten'.

Pesten op school: wat doe je als ouder?

- Neem serieus wat je kind zegt. Geef je kind steun en begrip.
- Denk bewust na over uitspraken die je als ouder maakt naar je kind. Praat niet negatief over andere kinderen.
- Vraag door en luister: "Waar is het gebeurd? Wat deed jij toen? Hoe zou jij het willen? Hoe voelde jij je? Wat deden de anderen?"
- Onderzoek samen wat je kind zelf kan doen om uit de situatie te komen. Steun je kind hierin en zo worden vaardigheden en zelfvertrouwen vergroot.
- Geef vertrouwen. Onderneem alleen actie wanneer dit is overlegd.
- Als ouder kun je ervoor kiezen om contact te zoeken met de ouders van de pester. Houd er wel rekening mee dat het kan voorkomen dat de ouders van de pester het gedrag van hun kind niet herkennen of vinden dat de gepeste meer voor zichzelf moet opkomen.
- Geef je kind zelfvertrouwen door bijvoorbeeld complimenten te geven.
- Praat met de leerkracht en vraag wat er op school gedaan kan worden. Bespreek de verantwoordelijkheden en ga samen op zoek naar een oplossing.

Digitaal pesten: wat doe je als ouder?

Bij digitaal pesten ligt alle verantwoordelijkheid bij de ouders. (het gebruik van mobiele telefoons is op Nutsschool Zorgvliet verboden). Kinderen die weten van de gevaren op internet lopen minder kans om gepest te worden. Het is dus belangrijk om dit onderwerp met je kind te bespreken. Andere tips om dit te voorkomen:

- Vertel dat niet alle vriendschapsverzoeken geaccepteerd hoeven worden. Een onbekende kun je beter niet accepteren.
- Leg je kind uit dat het niet verstandig is om gevoelige of persoonlijke informatie te delen op het internet (naam, telefoonnummer etc.).
- Vertel dat je kind het altijd moet overleggen met jou als ouder als het toch ergens de gegevens wil achterlaten.
- Laat tot slot weten dat je kind altijd alles mag bespreken met jou of andere vertrouwenspersonen.
- Heeft je kind weinig zelfvertrouwen? Help je kind dan zijn zelfvertrouwen te vergroten. Dan groeit ook de weerbaarheid. Je kind durft dan beter voor zichzelf op te komen en durft sneller hulp te zoeken.

Voorkom dat je kind gaat pesten op het internet

- Geef zelf het goede voorbeeld. Ook op sociale media. Leer je kind om respectvol om te gaan met anderen op het internet.
- Praat regelmatig met je kind over sociale media. Bespreek ook ervaringen waar je kind boos van werd en wat de reactie was van je kind. Leg uit dat iemand uitschelden, kleineren of vernederen pesten is.
- Bespreek de gevolgen die pesten (of nare grappen) kan hebben voor een slachtoffer.

9. Wat doe je als leerling?

Om de samenwerkingsdriehoek compleet te maken, hebben we ook aan leerlingen gevraagd wat zij doen bij pesten. Hieronder volgt een opsomming met reacties van leerlingen:

- 'Als ik word gepest, dan schrijf ik het ergens op, dan ben ik het een beetje kwijt.'
- 'Ik ga naar de pester en vraag waarom hij/zij pest.'
- 'Ik ga naar meester Martijn (vertrouwenspersoon).'
- 'Als ik word gepest, probeer ik het te negeren.'
- 'Als ik word gepest, ga ik naar mijn ouders om het te vertellen.'
- 'Als ik zie dat iemand wordt gepest, kom ik voor diegene op.'
- 'Bij pesten ga ik naar de leerkracht.'
- 'Ik zeg: stop hou op met pesten!'
- 'Ik zeg dat je van Kwink niet mag pesten.'
- 'Zorg dat iemand er nooit alleen voor staat, praat erover met elkaar.'
- 'Ik ga gewoon heel hard schreeuwen als ik word gepest.'
- 'Maak geen grapjes als iemand dat niet leuk vindt.'
- 'Zorg dat je als klas een team bent.'
- 'Bouw een sociaal netwerk op.'
- 'Ik vraag hulp aan mijn broer of zus als ik gepest word.'
- 'Vraag: waarom pest je mij?'
- '5 handige tips als je gepest wordt:
 1. Blijf stoer
 2. Praat erover
 3. Ga naar de meester/juf/ouders
 4. Verdedig jezelf
 5. Zeg dat je het niet leuk vindt'