

## **Pestprotocol De Rank**

Een kind moet met plezier naar school gaan en zich daar veilig voelen. Het moet zichzelf kunnen zijn en gezien en gerespecteerd worden. Leerlingen moeten zich verantwoordelijk voelen voor elkaar. Kortom: de school moet een veilige plek voor ieder kind zijn.

### **Definitie van pesten**

“Pesten is het systematisch uitoefenen van psychische en/of fysieke mishandeling door een leerling of een groep leerlingen van één of meer klasgenoten.”

### **Pesten versus plagen**

Er wordt onderscheid gemaakt tussen pesten en plagen. Bij plagen is er sprake van ‘gelijken’. Het is van korte duur en stopt als de geplaagde aangeeft dat hij of zij wil dat de plager stopt.

Bij pesten is er een ongelijke situatie. Pesten betekent het systematisch misbruiken van je persoonlijke macht en/of kracht om anderen die zich niet of moeilijk kunnen verweren pijn te doen, te intimideren of bang te maken met de bedoeling er zelf beter van te worden. Pesten kan variëren van steeds terugkerende kleine pesterijen tot echte bedreigingen en lichamelijk geweld. Het kent vele vormen zoals kleineren, uitschelden, uitlachen, roddelen.

### **Serieus aanpakken**

Landelijk onderzoek heeft uitgewezen dat op elke school ongeveer 30% van de kinderen ervaart dat hij of zij gepest wordt. Uit het Kind tevredenheids onderzoek dat we bij ons op school hebben gehouden onder de leerlingen van groep 6 t/m 8 bleek ook dat 30% van hen zelf peestsituaties heeft meegemaakt. Pesten is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school dan ook serieus willen aanpakken.

Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden:

- Als een leerling aangeeft gepest te worden, moet dit altijd serieus genomen worden door de leerkracht of vertrouwenspersoon;
- De school moet proberen pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld. Meestal gebeurt dit aan het begin van het schooljaar. In de loop van het schooljaar moet er herhaald aandacht worden besteed aan deze regels;
- Als pesten optreedt, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen;
- Wanneer pesten ondanks alle inspanning toch weer de kop opsteekt, moet de school beschikken over een directe aanpak. Zie hiervoor het stappenplan;
- Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan zal er overlegd worden over een andere aanpak, eventueel met hulp van externe instanties.

Ook kan er advies gevraagd worden aan de vertrouwenspersoon binnen het team. De naam van de vertrouwenspersoon staat vermeld in de schoolgids, mevr. B. Nieuwenhuis.

### **Doel van het pestprotocol.**

Dit pestprotocol heeft als doel om alle kinderen zich bij ons op school veilig te laten voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen. Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

### **Wat doet de school om pesten tegen te gaan.**

De sfeer waarin een kind opgroeit is van groot belang om een volwaardig mens te worden. Wij streven daarom naar een vriendelijk en veilig klimaat en een rustige omgeving. Pas als het kind zich veilig voelt op school, kan het zich ontwikkelen.

In elke groep maken we regels en afspraken samen met de kinderen. Deze worden opgehangen in de klas. Als er ongewenste situaties voordoen, kunnen de kinderen en de leerkracht elkaar aanspreken op deze regels en afspraken. Alle kinderen en de groepsleerkracht onderschrijven deze groepsregels.

In onze school werken wij met de methode Kwink. Deze methode werkt aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen.

Kwink:

- Voorkomt verstorend gedrag en pesten;
- Kent een groepsbrede, preventieve aanpak;
- Zorgt voor een sociaal veilige groep;
- Verhoogt de leeropbrengsten;
- Werkt met vijf bewezen gedragscompetenties (besef hebben van jezelf, besef hebben van de ander, keuzes kunnen maken, zelfmanagement, relaties kunnen hanteren);
- Voldoet aan de wet sociale veiligheid.
- 

In elke groep wordt de methode Kwink op eigen niveau uitgewerkt. Ouders worden op de hoogte gehouden.

Verder wordt er dagelijks aandacht besteed aan onze christelijke identiteit. Wij volgen daarbij de methode Kind Op Maandag. Elke week staan drie Bijbelverhalen centraal die vertaald worden naar ons eigen leven. Op die manier leren de kinderen hoe wij als christenen met elkaar om willen gaan.

Vanuit het Daltononderwijs willen wij de kinderen leren hoe je op een goede manier kunt samenwerken. Om later als volwassene te kunnen deelnemen aan de samenleving moet je kunnen samenwerken. Ook met mensen die je niet zelf kiest. Daarom wordt op onze Daltonschool veel aandacht besteed aan samenwerken en samen spelen. Helen Parkhurst zei: "Wat we nodig hebben in deze maatschappij zijn mensen zonder vrees". Al doende leren leerlingen te luisteren naar elkaar en respect te hebben voor elkaar.

### **Wat doet de school als er toch sprake is van pestgedrag.**

Indien er toch sprake is van pesten gaan we daar actief mee om:

We gaan uit van een vijfsporen aanpak.

1. De leraar (signaleren en aanpakken)
2. Hulp aan de pester
3. Hulp aan het gepeste kind
4. Hulp aan de zwijgende middengroep
5. Hulp aan de ouders

### **1 De leraar (signaleren en aanpakken)**

Leraren hebben een sleutelrol in de aanpak van het pesten. Zij zijn de eerst verantwoordelijken voor de aanpak van het pesten. Het is belangrijk dat zij pesten vroegtijdig signaleren en effectief bestrijden. De leraren werken samen met de Intern Begeleider en de directie die, als het nodig is, ook buiten de klas met individuele kinderen of met groepjes kinderen aan de slag gaan.

In deze fase zal de leerkracht, de intern begeleider of de directie, afhankelijk van de ernst van de zorg, de ouders op de hoogte stellen. Desnoods zal er een door school georganiseerd gesprek plaatsvinden met alle ouders uit de groep om te praten over de oplossing. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing. De leerkracht biedt altijd hulp aan het gepeste kind en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.

### **2 Hulp aan de pester**

Er wordt met de pester gesproken. Tijdens dit gesprek wordt geprobeerd de oorzaak van het pesten te achterhalen, om vervolgens de pester te laten beseffen wat zijn gedrag met de gepeste doet. Ook wordt er bekeken of de pester zelf misschien hulp nodig heeft. Na dit gesprek worden vervolgspraken en evaluatiemomenten gepland. Afhankelijk van de aard van het pestgedrag wordt besloten of de ouders van de pester moeten worden geïnformeerd.

De pester kan op de volgende manieren begeleid worden:

- Praten; zoeken naar de reden van het ruzie maken/pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling)

- buitengesloten voelen)
- Laten zien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste.
  - Excuses aan laten bieden
  - Goede en sterke kanten van de gepeste benoemen.
  - Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen
  - Als de pester een probleem heeft, hem hulp geven om dit op een positieve manier op te lossen.
  - Contact tussen ouders en school; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind. Zoeken naar oorzaken van het pesten.
  - Inschakelen hulp; sociale vaardigheidstrainingen; Jeugdgezondheidszorg; huisarts; GGD

### 3 Hulp aan het gepeste kind

Het slachtoffer krijgt hulp aangeboden. Kinderen die voortdurend worden gepest, kunnen op verschillende manieren reageren. De meeste kinderen worden passief en zitten er duidelijk mee. Een enkel gepest kind gaat zelf uitdagen.

Het gepeste kind kan op de volgende manieren begeleid worden

- Medeleven tonen en 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
- De leerling leren hoe hij op pestgedrag kan reageren.
- Het gepeste kind in laten zien waarom een kind pest.
- Sterke kanten van de leerling benadrukken
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders/beter opstelt
- Praten met de ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester(s)

Aan sommige kinderen kan geadviseerd worden een sociale vaardigheidstraining te volgen of op zelfverdediging te gaan.

### 4 Hulp aan de zwijgende middengroep

Met “de zwijgende middengroep” bedoelen we de leerlingen die het pesten wel signaleren, maar er verder niets mee doen of juist meelopen met de pester.

Deze groep kan bondgenoot worden in de strijd om het pesten tegen te gaan.

Daarvoor moet uitgezocht worden wie neutraal is, wie meeloper met de pester is en wie de beste vriend of vriendin van de gepeste is.

Met dit groepje kinderen (maximaal vier) wordt het gesprek aangegaan om oplossingen te vinden om de gepeste zich weer prettig te laten voelen.

Er worden concrete afspraken gemaakt over wie welke acties onderneemt. Een week later volgt een evaluatie. Tijdens de evaluatie worden er opnieuw afspraken gemaakt en weer een nieuw evaluatiemoment gepland. Dit herhaald zich totdat het pesten is gestopt.

Hierdoor zal de gepeste weer zelfvertrouwen krijgen doordat hij in de groep wordt opgenomen. De pester zal minder draagvlak hebben doordat de meelopers de kant van de gepeste kiezen.

### 5 Hulp aan de ouders

De volgende adviezen kunnen aan de ouders gegeven worden:

#### Ouders van gepeste kinderen:

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken of met de vertrouwenspersoon van school.
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- Stimuleer uw kind om deel te nemen aan een vrijetijdsbesteding in groepsverband.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt

#### Ouders van pesters:

- Neem het probleem van uw kind serieus

- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans een pester te worden
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet
- Besteed extra aandacht aan uw kind
- Stimuleer uw kind om deel te nemen aan een vrijetijdsbesteding in groepsverband.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het gewenste gedrag van uw kind
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat

#### **Alle andere ouders:**

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem gewenst gedrag
- Geef zelf het goede voorbeeld
- Leer uw kind voor anderen op te komen
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen

#### **Stappenplan**

*Iedere melding van pestgedrag dient serieus genomen te worden en worden geverifieerd.*

Op het moment dat een leerling, een ouder of een collega melding maakt van pestgedrag worden de volgende stappen ondernomen. Deze stappen zijn erop gericht om het pestgedrag zo snel mogelijk te stoppen.

#### **Stap 1**

De leerkracht heeft een afzonderlijk gesprek met de leerling die pest (de pester) en de leerling die gepest wordt (de gepeste). Aan de hand van zo concreet mogelijke voorvallen uit het recente verleden wordt een analyse gemaakt en de ernst van de situatie ingeschat. Indien wenselijk kan de leerkracht de ib-er en de directie op de hoogte stellen. Het team wordt op de hoogte gesteld van het pestgedrag i.v.m. toezicht op het plein e.d.

#### **Stap 2**

De leerkracht moet een inschatting maken over de ernst van het pesten. Als de leerkracht inschat dat het pesten opgelost kan worden met een gesprek tussen pester en gepeste zal hij hier in eerste instantie voor kiezen.

In dit gesprek wordt het probleem duidelijk en helder geformuleerd. In overleg met beide partijen worden concrete afspraken gemaakt om pestgedrag tegen te stoppen. De groepsleerkracht maakt zelf een inschatting of en welke sancties aan de pester worden opgelegd. Je kunt hierbij denken aan in de pauze binnenblijven of een tijdje buiten de groep geplaatst worden.

Binnen één week vindt een eerste evaluatie plaats. De leerkracht zal nauwkeurig observeren.

Als de leerkracht merkt dat er een groep kinderen meeloopt met de pester zal hij geen gezamenlijk gesprek aangaan met de pester en gepeste, maar kiezen voor de volgende aanpak.

Hij gaat uitzoeken wie er in de groep meedoet met de pester, wie neutraal is en wie de beste vriend of vriendin van de gepeste is.

Met dit groepje kinderen (maximaal vier) wordt het gesprek aan gegaan om oplossingen te vinden om de gepeste zich weer prettig te laten voelen.

Met deze kinderen worden concrete afspraken gemaakt over wie welke acties onderneemt en er wordt een evaluatiemoment na één week afgesproken.

Hierdoor zal de gepeste weer zelfvertrouwen krijgen doordat hij in de groep wordt opgenomen. De pester zal minder draagvlak hebben doordat de meelopers de kant van de gepeste kiezen.

#### **Stap 3**

In geval dat ouders melding hebben gemaakt van pestgedrag wordt er teruggekoppeld naar de ouders. Er worden mededelingen gedaan m.b.t. de afspraken. Met de ouders wordt afgesproken dat er na de eerste evaluatie weer contact opgenomen zal worden.

Deze stap zal ook worden genomen als de leerkracht de situatie als 'ernstig' inschat, zonder dat ouders melding hebben gemaakt.

#### **Stap 4**

Gesprek met pester en gepeste ( leerkracht kan zelf inschatten wat het beste is: gezamenlijk of afzonderlijk). Is het gelukt om de afspraken na te komen?

Zo ja: dan de afspraken handhaven/bijstellen en een volgend gesprek plannen over één week.

Zo nee: analyse opstellen, waardoor het mis is gegaan.

Leerkracht overlegt met ib-er en/of directie. Er wordt een handelingsplan opgesteld voor de komende twee weken. Eventueel wordt het team hiervan op de hoogte gebracht.

Dit wordt met de ouders gecommuniceerd.

Als gekozen is voor het inschakelen van de zwijgende middengroep, zal er een evaluatiegesprek plaatsvinden met dit groepje.

Ook met de gepeste wordt in een gesprek gevraagd hoe het nu in de groep gaat.

Aan de hand van de uitkomsten van deze gesprekken worden nieuwe evaluatiemomenten gepland.

#### **Stap 5**

Na twee weken is er opnieuw een gesprek tussen leerkracht en leerlingen. Er wordt verslag uitgebracht aan ib-er. Zijn de effecten positief: dan langzamerhand afbouwen.

Zo niet, dan wordt het handelingsplan aangepast, waarbij eventueel ook externe deskundigen worden ingeschakeld.

##### **Opmerkingen:**

1 Alle concrete acties en afspraken worden door de leerkracht vastgelegd in de klassenmap (ParnasSys).

2 Acties en afspraken dienen erop gericht te zijn het pesten onmiddellijk te stoppen en het gedrag te veranderen.

3. Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals de Schoolbegeleidingsdienst, de schoolarts van de GGD of schoolmaatschappelijk werk.

Eventueel kan er besloten worden om een stap 6 te ondernemen:

#### **Stap 6**

Gesprek met alle ouders uit de groep over het pestprobleem in de groep. Dit met name als er sprake is van een grote zwijgende groep onder de klasgenoten die niet op het pestgedrag reageert of durft te reageren.

Dit gesprek wordt geleid door een directielid of intern begeleider. De leerkracht(en) van de groep zijn op deze avond aanwezig..

Doel: informatieverstrekking en wat kunnen ouders doen om het gedrag te beïnvloeden.

In het uiterste geval kunnen in goed overleg met alle partijen (leerkracht, team, ouders, ib-er en directie) nog twee stappen gezet worden:

#### **Stap 7**

Een leerling (pester of gepeste) wordt tijdelijk in een andere groep geplaatst. Ook het (tijdelijk) plaatsen op een andere school behoort tot de mogelijkheden.

#### **Stap 8**

De pester wordt geschorst voor maximaal vijf dagen.

Mocht dit meerdere keren noodzakelijk zijn dan zal er met het Bevoegd Gezag worden overlegd of er een verwijderingprocedure voor de pester(s) in gang kan worden gezet.

## Bijlage 1

### **Handreiking gesprekken:**

#### Gesprekken

Een gesprek met een pestkop en met een gepeste heeft vooral tot doel de problemen ook op individueel niveau bespreekbaar te maken. De gesprekken hebben geen therapeutisch doel. Een leerkracht is geen hulpverlener. Hij geeft wel aan waar de grenzen liggen en maakt aan de zondebok duidelijk dat deze met zijn problemen bij hem terecht kan. Gezamenlijk wordt gezocht naar oplossingen voor die problemen.

Voorwaarden voor een individueel gesprek

Er moet voldoende tijd zijn voor een gesprek.

Er moet een ruimte zijn waar ongestoord gepraat kan worden.

De leerling moet voor het gesprek begint, weten wat de bedoeling is.

Het gesprek moet vertrouwelijk zijn.

Soms vinden kinderen het prettiger om te praten en tegelijk wat te doen (b.v. opruimen in de klas, of samen een eindje wandelen).

Een gesprek met een “pester” en een “gepeste” (samen)

#### Stap 1

Luister actief naar/probeer je in te leven in de klacht van een leerling (dat geldt zowel voor de klacht van de “pester” als voor de beleving van het slachtoffer); kies daarbij vooral geen partij: als je voor het ene kind kiest, kies je tegen het andere en dat kind kan zich dan afgewezen voelen (ook als dat andere kind de “pester” is, is afwijzing heel vervelend).

#### Stap 2

Als je naar beide partijen hebt geluisterd, kun je ze vragen om met elkaar te gaan praten waar je zelf bij zit. Laat ze tegen elkaar zeggen wat ze van de situatie vinden en wat ze zouden willen. Help ze daarbij om naar elkaar te luisteren en op elkaar te reageren. Zorg ervoor dat ze elkaar tijdens het gesprek aankijken.

#### Stap 3

Vraag ze om samen een oplossing te bedenken waar ze allebei iets in zien. Help ze daarbij door vragen te stellen als “Wat zou je daaraan kunnen doen? Wie van jullie heeft er misschien een idee?”.

#### Stap 4

Laat ze samen een oplossing kiezen. Vraag aan beiden afzonderlijk of ze die oplossing “echt zien zitten”. Help ze zo nodig om met elkaar een afspraak te maken.

#### Stap 5

Maak met z'n drieën een afspraak om over een tijdje te kijken hoe de gekozen oplossing werkt.

## Gesprek met een “gepeste”

### *Doel van het gesprek*

De leerling de kans geven om zijn hart te luchten, als hij dat zelf tenminste wil.

Met de leerling nagaan hoe problemen in de omgang met leeftijdgenoten opgelost kunnen worden en hoe dit in de toekomst voorkomen kan worden.

### *Begin van het gesprek*

Maak aan het begin duidelijk waarom je dit gesprek wilt voeren (bijv.: “Ik wil eens met je praten. Ik merk de laatste tijd dat jij nogal eens geplaagd wordt. Ik maak me daar zorgen over. Het lijkt mij voor jou heel vervelend.....”).

Vraag vervolgens -heel nadrukkelijk- of de leerling zelf er ook over wil praten.

De leerling mag niet het gevoel krijgen “ op de pijnbank” gelegd te worden, uitgehoord te worden of wat dan ook. Als een kind er echt niet over wil praten, respecteer dat dan. Beëindig het gesprek zonder verwijt en voeg hieraan toe dat de leerling altijd bij je terecht kan als hij wel wil praten.

### *Ingrediënten voor het gesprek*

Als leerkracht zul je in het gesprek de deur zelf moeten openzetten. Dat kan heel goed door open vragen te stellen, zoals:

“Wat vind jij er zelf van?”.

“Heb jij misschien een idee waarom ze jou pesten?”.

“Hoe reageer je als het gebeurt?”.

Probeer eerst vast te stellen wat de leerling precies als probleem ervaart. Dat alleen al kan tijd vergen. Neem die tijd. Draag niet zelf allerlei oplossingen aan, ga vooral niet preken.

Vraag liever aan de leerling:

“Hoe zou je daar nou een oplossing voor kunnen vinden? Heb je misschien zelf een idee?”.

Het belangrijkste ingrediënt in zo’n gesprek is: luisteren.

Actief luisteren met name. Dat betekent: je inleven in de leerling. Niet meelijden, maar meeleven. Dat kan heel goed door zinnnetjes te gebruiken, zoals:

“Je bedoelt dat je.....?”

“Je hebt het gevoel dat.....?”

“Je probeert me duidelijk te maken dat.....?”

“Je zou het liefst willen.....?”

### Aandachtspunten

Vermijd oordelen! Het gaat er in dit gesprek niet zozeer om wat jij als leerkracht ervan vindt of denkt, maar wat de leerling zelf aangeeft als probleem en als mogelijke oplossingen daarvoor.

Als de leerling over oplossingen voor zijn problemen begint te denken, neem die dan uiterst serieus. Maak eerst een rijtje “mogelijke oplossingen”, ga pas daarna met de leerling na welke oplossing haalbaar is.

Probeer samen een oplossing te kiezen die de leerling zelf “ziet zitten” en die ook naar jouw inschatting haalbaar en effectief is.

Juist omdat gepeste kinderen vaak sociaal niet zo vaardig zijn, is het handig om een gekozen oplossing eerst uit te proberen. Misschien in de vorm van een rollenspelletje, dat je samen speelt? Maak na afloop van het gesprek een afspraak om over een tijdje weer eens samen te praten om te kijken of de gekozen oplossing echt werkt.

Vermijd in het gesprek ook oordelen of verklaringen te geven voor het (pest)gedrag van andere kinderen. Er mag geen “roddelsfeer” ontstaan in het gesprek.

Houd het gesprek, als het even kan, een beetje luchtig. Het is al moeilijk voor een kind om over dit soort onderwerpen te praten. als het dan ook nog met een sombere ondertoon gebeurt, is het helemaal tobben geblazen.

### Gesprek met een “pester”

#### Doel van het gesprek

Aan de leerling duidelijk maken dat zijn gedrag voor jou onacceptabel is, een duidelijke grens stellen. Maar ook: de “pester” de kans geven om zijn “verhaal” te vertellen en als daarin problemen voorkomen: samen zoeken naar een oplossing.

#### Begin van het gesprek

Maak de leerling duidelijk dat je dit gesprek beslist met hem wilt voeren en welke bedoeling je daarbij hebt. Anders dan bij het gesprek met de gepeste geldt hier **niet**:

“Als de leerling geen zin heeft om te praten, okay, dan niet”.

Je hebt als leerkracht behoefte om aan de leerling duidelijk te maken waar de grenzen (in dit geval: met betrekking tot plagen/pesten) liggen en dus wil jij dit gesprek voeren.

#### Ingrediënten/stappen in het gesprek

Stap 1: is de toelichting: waarom dit gesprek plaats vindt (zie hierboven).

Stap 2: benoem vervolgens:

Het gedrag van de leerling waar je je aan ergert of waar je bezorgd over bent. Benoem dat zo zuiver mogelijk, dat wil zeggen met weglating van alle overbodige oordelen en verwijten. Alleen het “zuiver waarneembare gedrag”.

Het gevolg dat het gedrag van de leerling heeft voor andere leerlingen (de gepeste, de rest van de klas, de sfeer in de klas).

En tenslotte wat je zelf van vindt, van het gedrag van de leerling en de gevolgen die dat heeft. Met deze drie elementen kun je zonder onnodige verwijten, zonder in gepreek te vervallen precies aangeven waar de grens ligt en welk gedrag je niet accepteert en waarom niet.

Stap 3: de kans is groot dat de leerling na zo’n confrontatie in verzet gaat en zegt: “Ja, maar....”.

Dat zijn momenten om over te schakelen op actief luisteren. Luister naar het verzet, de verklaringen van de leerling. Maar blij bij je (in stap 2) aangegeven grens: dat kan bijvoorbeeld door, na het verzet van de leerling te zeggen: ..... “Je bedoelt.....?” En vervolgens te herhalen: “En toch vind ik het heel erg dat een van de kinderen in de klas nu bijna niet meer naar school durft omdat jij een paar keer z’n tas hebt afgepakt en leeggeworpen in de gang”.

Misschien is het gesprek hiermee afgedaan. Je hebt gezegd wat je wilde zeggen, de leerling heeft zijn verzet daartegen kunnen spuien en daar is naar geluisterd.

Maar het is ook mogelijk dat de leerling tijdens het gesprek laat merken dat zijn gedrag voortkomt uit een “probleem” bijvoorbeeld:

hij vertelt het pesten niet te kunnen laten

of de ander vraagt erom, die doet altijd zo raar.....

Soms zal zo’n confronterend gesprek over gaan in een helpend gesprek, waarbij je net als in het gesprek met de gepeste samen zoekt naar een oplossing voor het probleem van de pester.

#### Aandachtspunten in dit gesprek

• Veel pesters beschouwen hun eigen gedrag als heel normaal. Ze zullen nogal eens hun schouders ophalen en mompelen “Nou ja, dat je je daar druk over maakt.....”. Vaak is dat geen onwil, maar eerder een uiting van onvermogen: veel pesters weten bijna niet hoe ze zich anders moeten gedragen. Daarom zijn twee dingen aan te bevelen:

heel duidelijk zijn in de grens die je aangeeft;

oppassen dat je niet de leerling afwijst, maar alleen zijn gedrag. Het is mogelijk dat het tijdens zo’n gesprek voor de pester zelf duidelijk wordt, waar zijn gedrag uit voortkomt of mee samenhangt: eigen onzekerheid, een negatief beeld van zichzelf, of onvermogen om op een andere manier met leerlingen om te gaan. In dat geval is het zeker van belang om tijdig, in het gesprek, over te schakelen van confronteren op actief luisteren en. Ga samen met de leerling na of hij iets aan die problemen wil doen en op welke manier.



Er zijn onverbeterlijke pesters. Je kunt ze heel duidelijk aangeven waar de grens ligt. Je kunt heel zorgvuldig luisteren naar hun verzet of verklaring, maar ze veranderen hun gedrag niet. In dat geval heeft het geen zin om het gesprek een aantal malen te herhalen, dan moeten er andere oplossingen/maatregelen bedacht worden. Praat er dan over met de directie of met collega's in een teambespreking.

## Bijlage 2

### Online pesten

Veel kinderen en jongeren vinden internetten net zo gewoon als televisie kijken. 98% van de kinderen in Nederland is dan ook regelmatig te vinden op het internet. Om iets op te zoeken, om spelletjes te spelen of om met iemand te e-mailen of te chatten. Ze vinden dit meestal heel leuk om te doen. Maar internetten is niet alleen leuk. Het komt regelmatig voor dat kinderen vervelende berichtjes ontvangen of zelfs gepest en bedreigd worden. Eén op de acht kinderen wordt wel eens gepest op het internet. Het gemak en de anonimiteit van internet veroorzaken onder tieners ongeremder online pestgedrag dan in het werkelijke leven. Online schelden wordt door tieners vaker als een geintje gezien dan schelden in de echte wereld. Bijna een vijfde van de tieners vindt het grappig om online te pesten omdat het anoniem kan. Ook de grenzen van het taalgebruik worden verlegd: tieners durven meer via internet. Bij online pesten wordt tevens minder vaak ingegrepen (door ouders of leraren) dan in het werkelijke leven.

Hoe zorg je dat kinderen zorgeloos, veilig op internet kunnen vertoeven? **Door betrokken te zijn bij wat ze doen.** Geen enkele ouder stuurt zijn kinderen zomaar de straat op, de grote stad in. Je vertelt ze wat ze daar kunnen verwachten, wat leuk is en wat niet, wat wel mag en wat niet. En in het begin blijf je er een beetje bij. Hetzelfde zou eigenlijk voor internet moeten gelden. Maar dan moet je natuurlijk wel weten waar het over gaat.

### Tips

Internet hoort bij het dagelijks leven van de kinderen. Verbieden heeft dan ook geen zin. Belangrijk is wel om goede afspraken te maken.

#### **Plaats de computer op een centrale plaats in huis.**

Op deze manier kunt u zicht houden op de computer en kunt u enigszins zicht houden op de activiteiten waarmee uw kind zich bezighoudt op internet. Wanneer u op de hoogte wilt blijven van het surfgedrag van uw kind (welke websites uw kind bezoekt)" kunt u de 'geschiedenis' bekijken (hiervoor is een aparte knop). Let wel: dit biedt geen garantie, want kinderen kunnen deze geschiedenis knop wissen.

**Houd er rekening mee dat er geen veilige chat-boxen zijn. Echt goede chatsites**, speciaal voor kinderen, zijn er eigenlijk niet. Het is te duur om alle babbels voortdurend in de gaten te houden. Daardoor bestaat de kans op scheldkanonnades en seksueel getinte berichten. Wijs uw kind op de risico's.

#### **Wees voorzichtig met het uitbreiden van de contactlijst van MSN.**

Wanneer kinderen onbekenden toevoegen, kunnen ze weer makkelijker vervelende berichten ontvangen. Toch kun je de personen van wie de berichtjes afkomstig zijn heel eenvoudig blokkeren. Bij de uitleg van MSN staat hoe dat moet.

**Breng uw kind het besef bij dat je op internet nooit weet wie je voor je hebt.**

Kleine kinderen chatten het liefst met vriendjes en vriendinnetjes, maar naarmate ze ouder worden gaan ze ook met onbekenden chatten. Voorzichtigheid is dan op zijn plaats, want Jamie van 11 is in werkelijkheid misschien wel Hans van 40. En wie weet of Debiel echt een meisje is? Internet is een anoniem medium, je kunt er zijn wie je wilt. Zorg dat uw kinderen dit goed beseffen. Vertel ook dat uw kind veilig is zolang het zich aan de afspraken houdt.

**Spreek af om nooit persoonlijke informatie te geven.**

Als kinderen persoonlijke informatie doorgeven kan dat vervelend of zelfs gevaarlijk zijn. Anderen kunnen dan immers achterhalen wie je bent of waar je woont. Vertel uw kinderen daarom dat ze nooit persoonlijke informatie geven, ook al lijkt iemand nog zo aardig en betrouwbaar.

Onder persoonlijke gegevens verstaan we:

@ Je eigen naam

@ De namen van familieleden, vrienden, etc.

@ Telefoonnummers

@ Huisadres

@ Je e-mailadres

@ Naam van de school

@ Creditcard informatie

@ Foto's

@ Wachtwoorden

**Laat uw kind beloven nooit stiekeme afspraken te maken.** Kinderen die elkaar via het chatten hebben leren kennen, krijgen soms de behoefte om elkaar te gaan bellen of te ontmoeten. Vertel dat u zich dat kunt voorstellen, maar vertel er ook bij waarom ze dat niet zomaar kunnen doen zonder medeweten van u als vader of moeder. Eerst eens telefoneren kan al veel duidelijk maken. U kunt zelf een indruk krijgen van het chatvriendje of vriendinnetje en een ontmoeting kan plaatsvinden onder leiding van de wederzijdse ouders.

**Leer uw kind om te gaan met vervelende berichten** Hatelijke scheldberichten, discriminerende opmerkingen en seksuele toespelingen komen vaak voor, zeker in openbare chatrooms. Leer uw kinderen de volgende basisregels: @ Verlaat de chat als er iets vervelends gebeurt @ Vat het niet persoonlijk op @ Reageer niet op vervelende berichten @ Ga naar je ouders als je je ongemakkelijk of bedreigd voelt @ Voel je niet schuldig als iets vervelends gebeurt. Vaak kun je het adres van een afzender blokkeren. In de handleiding van MSN of het mailprogramma kunt u lezen hoe dit werkt. Weet u waar de e-mail vandaan komt, neem dan contact op met de provider. Die kan zo nodig optreden tegen de afzender. Lukt het niet om van iemand af te komen, of is de afzender onbekend, neem dan gewoon een ander e-mail adres.

**Zorg dat uw kind het e-mail adres beschermt.**

Mailen is bij kinderen een van de populairste bezigheden. Mailen is veiliger dan chatten, maar ook hier kleven risico's aan. Als een kwaadwillende het e-mailadres in handen krijgt (via een chatroom, nieuwsgroep of website) kan uw kind via de e-mail lastiggevallen worden. Pestmail komt steeds vaker voor. Het belangrijkste advies is dus dat ze hun e-mail adres zo veel mogelijk voor zichzelf houden.

**Leer uw kind geen onbekende e-mail en bijlagen te openen.**

De beste manier om met vreemde mailtjes om te gaan is: negeren. Leer je kind om nooit e-mail van onbekenden te openen. Net zoals je geen snoepjes van vreemden aanneemt, open je ook geen e-mail van vreemden.

**Bewaar pestmail.**

Wanneer het niet lukt om een einde te maken aan de ongewenste berichtjes is het goed om deze mails of chats te bewaren, zeker wanneer u de indruk heeft wanneer ze telkens van dezelfde afzender afkomstig zijn. De mail is namelijk bewijsmateriaal en kan een hulpmiddel zijn bij het traceren van de dader.

**Praat met uw kind over online-contacten.**

Blijf geïnteresseerd in het surfgedrag van uw kind en wijs uw kind regelmatig op de minder leuke kanten, zoals pedofielen in chatboxen, pornosites, scheld e-mails en nog veel meer. Laat uw kind weten dat het bij u terecht kan als het vervelende berichtjes ontvangt. Praat met uw kind over online vrienden, en leer ze op die manier beter kennen. Net zoals u benieuwd bent naar de vriendjes en vriendinnetjes van school of van paardrijden wil je ook graag weten met wie uw kinderen omgaan als ze online zijn. Praat met uw kind ook over de leuke kanten van internet, of ga eens samen surfen op internet.

**Neem uw kind serieus, maar leer het ook te relativieren.**

Een kind denkt al snel dat het zijn eigen schuld is dat hij gepest wordt. Probeer dat schuldgevoel te voorkomen en neem alles waarmee uw kind zich tot u wendt serieus. Je hebt het dus niet in de hand dat iemand zulke mail naar je stuurt, maar je kunt wel zelf bepalen in hoeverre je jezelf erdoor laat beïnvloeden. Wimpel het probleem niet weg, maar probeer het wel te relativieren.

**Leer uw kind de gedragsregels op internet.**

Online gelden dezelfde omgangsvormen als offline. Leer uw kind altijd vriendelijk, eerlijk en beleefd te blijven, en niet (terug) te gaan schelden als iemand vervelend doet. Woorden / zinnen die alleen met hoofdletters geschreven worden, worden bijvoorbeeld vaak als schreeuwen geïnterpreteerd. Maar: wat anderen kunnen, kan uw eigen kind meestal ook. Denk niet dat uw eigen kind altijd het lieverdje is. Ook uw kind kan andere kinderen uitdagen, pesten of lastigvallen. Ze kunnen zich anders voordoen dan ze zijn. Zorg dat ze zelf geen vervelende berichtjes posten. Wie zich bij het chatten en mailen aan dit soort fatsoensregels houdt, zal zelf ook minder snel in de problemen komen.

Is er sprake van pesten?

Het is vaak heel moeilijk om te signaleren of uw kind gepest wordt. Slecht slapen, geen eetlust, buikpijn, hoofdpijn, niet graag naar school gaan en slechtere cijfers op school kunnen signalen zijn. Voor online pesten gelden grotendeels dezelfde signalen als voor 'gewoon' pesten. Echter, het is vaak nog moeilijker te signaleren, omdat er nu geen vernielde spullen of blauwe plekken zijn die als aanwijzing kunnen dienen. Bovendien is uw kind meestal alleen wanneer het op internet actief is en kunt u moeilijker merken wanneer uw kind zich ongemakkelijk voelt. Bovendien vinden veel kinderen dat ouders niets begrijpen van internet en zullen u wellicht daarom niet in vertrouwen nemen. Het is belangrijk om in contact te blijven met uw kind en uw kind te stimuleren om het aan iemand te vertellen wanneer ze lastig worden gevallen. Wanneer ze er niet met u over willen praten, kunt u kinderen ook adviseren om het tegen vrienden, de leerkracht of familie te zeggen.