



R.-K. basisschool
Leuvenbroek 2010
6546 XN Nijmegen
024 3734182
info@wingerd-nijmegen.nl
www.wingerd-nijmegen.nl

Anti-pest protocol 2018 - 2019

Inhoudsopgave

1. Veiligheid op de Wingerd	3
2. Het voorkomen van pesten	4
3. Informatie over pesten	5
4. Anti-pest protocol van de Wingerd	7
5. Pedagogische invulling	9
6. Digitaal pesten / cyberpesten	12
7. Bronnen over pesten	14
8. Contact	14

1. Veiligheid op de Wingerd

Op de Wingerd willen wij kinderen een veilig pedagogisch klimaat bieden, waarin zij zich harmonieus en op een prettige en positieve wijze kunnen ontwikkelen. Als schoolteam bevorderen wij deze ontwikkeling door het stimuleren van een veilig klimaat. We streven naar een prettige sfeer in de klas en op het schoolplein. In de meeste gevallen lukt dit door ongeschreven regels aan te bieden en deze te onderhouden. Soms is het gewenst om duidelijke afspraken met de kinderen te maken.

Een van die duidelijke regels is dat kinderen, ouders en leerkrachten met respect met elkaar dienen om te gaan. Dat het niet altijd als vanzelfsprekend wordt ervaren, geeft aan dat we het kinderen moeten leren en daar dus energie in moeten steken. Ons pedagogisch uitgangspunt is dat wij de kinderen willen leren hoe je prettig omgaat met elkaar.

Dit betekent dat wij werken vanuit het systematisch aanleren van sociaal emotionele vaardigheden. Denk hierbij aan vaardigheden met betrekking tot onderwerpen als sfeer in de groep, communicatie, diversiteit, zelfvertrouwen. Op welke wijze met het thema wordt omgegaan, is afhankelijk van de leeftijd van de kinderen. Naarmate de kinderen ouder worden, wordt het thema meer uitgediept. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de methode “de gelukkige klas” en de STERK aanpak, Teamplayer, Slim, Eerlijk, Respect en Kracht.

Dit leerproces verloopt in de meeste gevallen goed; toch kan het voorkomen dat een kind door andere kinderen wordt gepest of dat een kind pestgedrag vertoont. Dan kan een kind zodanig in de knoop komen met zijn schoolomgeving of met zichzelf, dat de gedragsregels van de klas/school niet meer voldoende veiligheid bieden. Hiermee kan de gewenste ontwikkeling onderbroken worden. In een dergelijk geval is het van groot belang dat de leerkracht onder ogen ziet, dat er een probleem in zijn of haar groep is. In een klimaat waarin het pesten gedoogd wordt, worden ook de pedagogische structuur en de veiligheid aangetast.

Dit protocol is een vastgelegde wijze waarop we het pestgedrag van kinderen in voorkomende gevallen benaderen. Het biedt alle betrokkenen duidelijkheid over de specifieke aanpak van dit ongewenste gedrag.

2. Het voorkomen van pesten

Pesten voorkomen is beter dan achteraf het probleem te moeten oplossen.

Preventieve maatregelen

Om het pesten te voorkomen maken wij gebruik van de volgende preventieve maatregelen:

1. Het team creëert een sfeer binnen de school en binnen de klas waarin harmonie en respect centraal staan. Er is veel aandacht voor het creëren van saamhorigheid binnen de school en binnen de groep. De leerkracht vraagt geregeld aan de kinderen hoe zij de sfeer die dag hebben ervaren en bespreekt met de groep waarom er wel/geen veilige en prettige sfeer is.
2. De school zorgt dat alle medewerkers voldoende bekend zijn met pesten in het algemeen en in staat zijn het pesten in de eigen groep te herkennen en aan te pakken.
3. Bij het bespreken van het gedrag van kinderen wordt zo veel mogelijk benadrukt wat goed gaat. Als kinderen gewenst sociaal gedrag vertonen spreekt de leerkracht openlijk zijn of haar waardering uit. Als een kind negatief gedrag vertoont spreekt de leerkracht het kind zo veel mogelijk individueel aan, om te voorkomen dat de groep een negatief beeld krijgt van het betreffende kind.
4. In de klas vinden gesprekken plaats over onderlinge relaties en pesten. Daarbij staan vragen centraal als 'Wat is pesten'. Ook kunnen er rollenspellen gespeeld worden of filmpjes worden bekeken. Daarnaast bespreken we de gedragsregels van de groep/ school.
5. Aan het begin van elk schooljaar wordt aandacht besteed aan het antipestprotocol. Ook wordt aan de ouders bekend gemaakt wat het NIM (maatschappelijk werk) is en hoe zij deze instantie kunnen bereiken.
6. Leerkrachten staan open voor signalen van leerlingen en ouders/verzorgers. Zij nemen het probleem serieus en nemen gepaste maatregelen. Zie voor de te nemen stappen de procedure.
7. In de bovenbouw wordt aandacht besteed aan media wijsheid en sociale media en de gevaren hiervan.

Naast bovengenoemde maatregelen werken we onder andere ook met "de gelukkige klas" en maken we gebruik van de STERK-training.

Gelukkige klas

Het concept "de gelukkige klas" gaat uit van positieve groepsvorming. Momenteel wordt er in een paar klassen volgens dit concept gewerkt. Vanaf het schooljaar 2018 – 2019 willen we dit breed binnen school oppakken.

Als school willen we het liefst dat ieder kind zich gelukkig voelt in de klas. Dat de sfeer goed is en dat de kinderen zich veilig voelen. Een veilig klassenklimaat is namelijk een belangrijke voorwaarde om goed te kunnen leren. Een gelukkige klas is geen 'eilandje' binnen de schoolomgeving. Het is belangrijk dat de gehele schoolomgeving veilig en positief is. Met behulp van diverse strategieën uit Positive Behavior Support (PBS) draagt school uit wat er van elke leerling en leerkracht verwacht mag worden qua gedrag in en om de school. Door dit gewenste positieve gedrag aan te leren en systematisch te waarderen en te belonen, lukt het leerlingen beter om zich aan regels te houden en het gewenste gedrag te laten zien en werken we preventief aan een veilig klimaat. In een 'gelukkige klas' is er sprake van een veilig klassenklimaat en kan er dus met succes geïnvesteerd worden in positieve groepsvorming. Groepsvorming verloopt in een vast patroon. De eerste weken, ook wel 'de gouden weken' genoemd, zijn hierbij cruciaal. In deze fase is het dan ook erg belangrijk dat de leerkrachten het groepsproces positief beïnvloeden. Deze positieve beïnvloeding kan op basis van oefeningen die leerlingen op een regelmatige basis met elkaar in contact brengen en focussen op onderlinge overeenkomsten. 'Ik mag er zijn en erbij horen', vormt hierbij de basis. Wanneer de leerlingen gelukkig zijn heeft dit een positieve invloed op de leerprestaties.

STERK

In de groepen 6, 7 en 8 werken we met een STERK-training. Deze training richt zich op de weerbaarheid van de kinderen en het versterken van het positieve klassenklimaat. Het traject maakt de kinderen uiteindelijk meer positief weerbaar, waardoor eigen en passende keuzes gemaakt kunnen worden in de situaties die zij dagelijks tegen komen. Dit steunt hen niet alleen nu, maar biedt ook houvast voor de toekomst. STERK is het kernwoord en omvat namelijk alles wat je nodig hebt. Komt je in een situatie waarin je niet precies weet wat je moet doen, denk dan STERK! STERK staat voor: **Slim, Teamplayer, Eerlijk, Respect, Kracht.**

De vijf woorden die onder STERK hangen zijn voor ons de basis van de gedragsregels voor school. Bij elk woord is een aanvullende zin zodat de onderbouw gebruik kan maken van deze toegankelijke zinnen.

STERK

Slim – Eerst denken dan doen

Teamplayer – Iedereen hoort erbij

Eerlijk – We zijn eerlijk naar onszelf en naar elkaar

Respect – We zorgen goed voor elkaar en de omgeving

Kracht – Iedereen is anders én ergens goed in.

SCOL Sociale Competentie ObservatieLijst

Op school gebruiken we de lesmethode Sociale Competentie ObservatieLijst (SCOL). SCOL is een leerlingvolgsysteem voor sociale competentie, welbevinden en sociale veiligheid. Het SCOL-pakket bestaat uit een softwareprogramma, ondersteund door een configuratiehandleiding en een inhoudelijke gebruikershandleiding.

Met de SCOL-scores worden de sociale competenties, het welbevinden en de beleving van sociale veiligheid van de kinderen systematisch in kaart gebracht. Op deze manier hebben we snel inzicht in hoe de kinderen het welbevinden en de sociale veiligheid ervaren. Op deze manier kunnen we snel ingrijpen of extra ondersteuning bieden. Vanaf groep 6 worden de lijsten door de kinderen zelf ingevuld.

3. Informatie over pesten

Het verschil tussen pesten en plagen

We maken het onderscheid tussen pesten en plagen. Onder plagen wordt verstaan:

- Plagen is incidenteel.
- Zowel plager als geplaagde blijven weerbaar.
- Zowel plager als geplaagde hebben de keuze te stoppen.
- Na het plagen hebben beiden er geen last meer van.
- Plagen vindt plaats in een gelijkwaardige situatie.

Onder pesten wordt verstaan:

- Pesten is doorgaans structureel en stiekem.
- De gepeste en vaak ook de pester kunnen het gedrag niet stoppen zonder hulp van anderen (volwassenen)
- Er is sprake van dader en slachtoffer, waarbij ook de dader tevens als slachtoffer van zijn / haar eigen gedrag wordt gezien
- Het pesten wordt ondersteund / versterkt door een 'zwijgende' middengroep / meelopers.

Voorbeelden van pestgedrag

Voorbeelden van verbaal pesten

- Vernederen: "Haal jij alleen de ballen maar uit de bosjes, je kunt niet goed genoeg voetballen om echt mee te doen".
- Schelden: "Viespeuk, etterbak, mietje" enz.
- Dreigen: "Als je dat doorvertelt, dan grijpen we je."
- Belachelijk maken: uitlachen bij lichaamskenmerken of bij een verkeerd antwoord in de klas.
- Kinderen een bijnaam geven op grond van door de kinderen als negatief ervaren kenmerken. (rooie, dikke, dunne, flapoor, enz.)
- Een kind buiten sluiten of steun zoeken om samen te spannen tegen een ander kind.

Voorbeelden van cyberpesten

- Kwetsende of bedreigende e-mails of bedreigingen of lastig gevallen worden via sociale media als Instagram, Facebook of What's app
- Er kunnen beledigende pagina's met foto's, video's of persoonlijke gegevens van het slachtoffer op internet geplaatst worden.
- Cyberpesten komt vooral thuis voor. Het is voor de school dus erg moeilijk om cyberpesten direct aan te pakken. Wel kan achteraf gesignaleerd worden dat er gepest is.

Voorbeelden van fysiek pesten

- Trekken en duwen, spugen.
- Schoppen, slaan en laten struikelen.
- Krabben, bijten en haren trekken.

Voorbeelden van intimidatie

- Een kind achterna blijven lopen of een kind ergens opwachten.
- Iemand in de val laten lopen, de doorgang versperren of klem zetten tussen de fietsen.
- Dwingen om bezit af te geven.
- Een kind dwingen bepaalde handelingen te verrichten, bijvoorbeeld geld of snoep meenemen.

Voorbeelden van Isolatie

- Steun zoeken bij andere kinderen zodat het kind niet wordt uitgenodigd voor partijtjes en leuke dingetjes.
- Uitsluiten/negeren: het kind mag niet meedoen met spelletjes, niet meelopen naar huis, niet op een verjaardag komen.

Stelen of vernielen van bezittingen

- Afpakken van schoolspullen, kleding of speelgoed.
- Beschadigen en kapotmaken van spullen: boeken bekladden, schoppen tegen en gooien met een schooltas, fiets beschadigen en onklaar maken.

Het specifieke van pesten is dus gelegen in het bedreigende en vooral systematische karakter, waardoor de veiligheid van de omgeving van een kind wordt aangetast.

4. Het anti pestprotocol van De Wingerd

Uitgangspunten bij het pestprotocol

De Wingerd hanteert de volgende uitgangspunten bij onderliggend pestprotocol:

1. Het is belangrijk te onderkennen dat er op iedere school gepest wordt. Juist daarom is het belangrijk dat onze school een antwoord heeft op situaties waarin er gepest wordt.
2. Pestgedrag wordt op onze school niet geaccepteerd. Wij pakken dit aan volgens zoals dit in het protocol beschreven staat. De Wingerd wil voor alle kinderen die de school bezoeken een veilige school zijn.
3. Als pesten en pestgedrag plaatsvindt, ervaren we dat als een probleem op onze school zowel voor, de gepeste kinderen, de pesters, de rest van de groep, de leerkrachten en de ouders/verzorgers.
4. De school streeft erna om alle pestgedrag te signaleren, aan te pakken en bespreekbaar te maken. We richten ons daarnaast ook op het weerbaar maken van de kinderen.
5. Leerkrachten moeten alert zijn op structureel pestgedrag in algemene zin. Ook vragen wij ouders en kinderen om alert te zijn. Indien structureel pestgedrag optreedt, moet er met de groep actie worden ondernomen tegen deze onveilige situatie.
6. Wanneer, ondanks alle inspanningen, pesten optreedt voert de school de uitgewerkte protocollaire procedure uit.
7. Dit pestprotocol wordt door het hele team en de MR onderschreven. Het protocol is te raadplegen via de website van onze school.

Procedure

Bij structureel pesten wordt de procedure volgens het 5 sporenbeleid van Bob van de Meer gebruikt. In bijlage 1 wordt de procedure schematisch weergegeven.

De stappen van de 5-sporenaanpak hoeven elkaar niet in de tijd op te volgen. Ze starten vaak tegelijkertijd.

Spoor 1: Het gepeste kind steunen

In de eerste fase wordt het gepeste kind gesteund. De leerkracht gaat in gesprek met het gepeste kind en luistert. Het probleem wordt serieus genomen. Er wordt een analyse gemaakt en samen met het kind wordt naar mogelijke oplossingen gezocht. De leerkracht kan, indien gewenst, deskundige hulp inschakelen. Als het probleem opgelost lijkt dan blijft de leerkracht beide partijen volgen. Als er na 2 weken geen verbetering is wordt spoor 2 ingezet.

Spoor 2: De pester steunen

De leerkracht gaat in gesprek met het kind dat pestgedrag laat zien. Wat betekent pesten? Wat doet

dit met kinderen? Hoe kan het kind de relaties met andere kinderen verbeteren? De leerkracht geeft duidelijke grenzen en gaat deze ook consequent handhaven. De leerkracht stimuleert het kind om zich aan regels en afspraken te houden. Als het probleem opgelost lijkt gaat de leerkracht met pester en gepeste in gesprek en evalueert het proces. Indien nodig worden ouders geïnformeerd. De leerkracht blijft de kinderen volgen. Als er geen verbetering optreedt wordt spoor 3 ingezet.

Spoor 3: De ouders van het gepeste kind en de ouders van de pester steunen

Ouders worden geïnformeerd over de situatie. Ook wordt met ouders overlegd over manieren om pesten aan te pakken en te voorkomen. Indien nodig kunnen ouders doorverwezen worden naar deskundige hulp. Ook kan de Intern Begeleider ingeschakeld worden. Als het probleem opgelost lijkt regelt de leerkracht een evaluatie gesprek met de kinderen en eventueel met de ouders. Ouders worden sowieso op de hoogte gebracht van het gesprek (ook als zij hier niet bij aanwezig waren). De leerkracht blijft de kinderen volgen. Als er geen verbetering is binnen 2 weken dan gaat de leerkracht in overleg met de Intern Begeleider en het management team van school. Naar aanleiding hiervan wordt gekozen voor vervolgstap 4 of 5.

Spoor 4: De andere kinderen betrekken bij de oplossing van het pesten

De leerkracht gaat in gesprek met alle/ een deel van de kinderen in de groep en bespreekt de rollen van de verschillende kinderen. Samen met de kinderen uit de groep wordt besproken wat de mogelijke manieren zijn om het pesten te stoppen. Gezamenlijk wordt er aan de oplossingen gewerkt. De IB-er en het SMT worden geïnformeerd en betrokken bij het proces. Als het probleem opgelost lijkt dan regelt de IB-er een evaluatie met de pester, gepeste, de ouders en deskundigen. De leerkracht is hierbij aanwezig. Daarna blijven leerkracht en IB-er de kinderen volgen. Als er geen succes geboekt wordt dan wordt spoor 5 in gang gezet.

Spoor 5: Als instelling de verantwoordelijkheid nemen

De school zorgt dat het management team en de leerkrachten voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van het pesten in de eigen groep en school. Het management team regelt in overleg met de leerkracht en de Intern Begeleider een evaluatiegesprek met de pester, gepeste, de ouders en deskundigen. Er worden vervolgafspraken gemaakt. Als er geen voortgang geboekt wordt dan wordt spoor 6 ingezet.

Spoor 6: Schorsing

Indien het pestgedrag echt uit de hand loopt en alle stappen zijn doorlopen is schorsing mogelijk volgen het geldende schorsings- en verwijderingsbeleid. De directie neemt hierin het initiatief en betreft het bestuur van Conexus bij de te nemen stappen.

5. Pedagogische invulling

Algemene aandachtspunten

Formulieren en procedures leiden op zichzelf niet tot het verdwijnen van ongewenst gedrag. Wel is het belangrijk om in zaken als pestgedrag duidelijk te monitoren hoe het verloop van een casus wordt behandeld. Onderstaande tekst geeft concrete invullingen en handreikingen in het pedagogisch handelen vanuit de professionele schoolomgeving.

Het is van groot belang dat:

- Pestgedrag binnen het hele team wordt gemeld, zodat al het personeel alert kan reageren.
- De ouders worden geïnformeerd, zowel van de pester als het gepeste kind. (zie stappenplan)
- Van alle gesprekken met de pester, gepeste en /of ouders verslagen worden gemaakt. Deze worden in Esis gezet.
- Het team open staat voor signalen van leerlingen en ouders, deze signalen serieus neemt en (indien nodig) maatregelen treft.

Communicatie tussen alle partijen is dus van groot belang!

Hulp aan de gepeste

Bij een pestprobleem kan een kind naar zijn/haar leerkracht gaan. Het zorgvuldig omgaan met (de reacties van) alle partijen, moet bij deze terugkoppeling gewaarborgd zijn.

Vragen die de leerkracht aan het gepeste kind kan stellen:

- Klopt het, dat je gepest wordt? (*H)Erkenning van het probleem.*)
- Door wie word je gepest? (*Doorvragen: 'Zijn er nog meer?'*)
- Waar gebeurt het pesten? (*Doorvragen: 'Zijn er nog meer plekken?'*)
- Hoe vaak word je gepest?
- Hoeveel dagen, weken, maanden of jaren loopt dit al?
- Gebeurt dit regelmatig of incidenteel?
- Weten je ouders, of iemand anders, dat je gepest wordt?
- Wat heb je zelf al aan het pesten proberen te doen?
- Op welke momenten word je gepest?
- Welke kinderen pesten je nooit? (*De zwijgende middengroep*)
- Welke kinderen proberen je wel eens te helpen? (*De meelopers*)
- Wat kan je nu zelf gaan doen, waar heb je hulp bij nodig en van wie?

De begeleiding van het gepeste kind is van groot belang. Het kind is slachtoffer en heeft recht op zorg vanuit de school. We kijken vaak naar het slachtoffer met medelijden, maar moeten er wel voor zorgen dat dit kind weerbaar wordt. In sommige gevallen wordt een voorstel gedaan voor een training in sociale vaardigheid, NIM of school als vindplaats. Daarnaast kan advies gegeven worden richting het lid worden van een clubje of vereniging.

Naast het voorkomen van nieuwe ongewenste ervaringen staat het verwerken van de ervaringen. Dit gebeurt door gesprekken met een vertrouwd persoon, bij voorkeur de leerkracht van het kind. Bij het monitoren van ontwikkelingen is het van belang naast incidentele momenten ook vaste momenten van gesprek in te bouwen, waarin het kind gevraagd wordt naar de gewenste vooruitgang

en het bespreken van de leerpunten.

Hulp aan de pester

Ook de pester heeft recht op hulp. Dit kind is niet in staat om op een positieve wijze met anderen om te gaan en heeft onze professionele hulp nodig om te voorkomen dat hij/zij alleen komt te staan. Sommige pesters kunnen zich moeilijk verplaatsen in gevoelens van andere mensen. Daarnaast kan een goede voorbeeldfunctie ontbreken. Als een kind regelmatig geconfronteerd wordt met media en/of volwassenen die met elkaar omgaan op een vijandelijke wijze is de kans groot dat het kind deze omgangsvorm overneemt.

Tips voor de leerkracht:

- Bouw een goed contact op met de pester.
- Bevestig de pester in wat hij goed doet.
- Laat de pester ervaren dat je hem of haar als mens mag en dat je de gepeste ook mag.
- Maak de pester duidelijk, dat het gedrag pesten leidt tot ernstige problemen. Geef aan dat je dit jammer vindt, omdat je hem als mens aardig vindt.
- Ga samen met de pester na waarom hij of zij pest. Is hij/zij bang om zelf gepest te worden, komt het pestgedrag voort uit onzekerheid, is het aandacht vragen, stoer doen of gebrek aan sociale vaardigheden.
- Maak de ouders van de pester duidelijk dat pesten niet wordt geaccepteerd.
- Maak duidelijke afspraken met de pester op het gebied van pestgedrag.
- Accepteer nooit lichamelijk geweld! Geef hiervoor straf en leer het kind nieuwe manieren aan om problemen op te lossen.
- Betrek de groep bij het oplossen van het pestprobleem.

Naar aanleiding van de verkregen informatie kan besloten worden om het kind sociale vaardigheidstraining te laten volgen, of te vragen om professionele (externe) hulp. Alle gesprekken worden vastgelegd in Esis. De leerkracht kan de pester gevoeliger maken voor wat hij/zij aanricht bij het gepeste kind.

Hulp aan de zwijgende middengroep en de meelopers

Sociale vaardigheden train je door het zelf te doen en het in een groep te oefenen. Conflicten zijn leermomenten en horen hier bij. De adviseurs op de achtergrond zijn de ouders, familie, vrienden, andere kinderen, leerkrachten en alle andere mensen die de kinderen tegenkomen.

Kinderen die in een nieuwe groep komen stellen eerst de hiërarchie vast. Dit doen zij door elkaar uit te proberen. Na een tijd ontstaat een zeker evenwicht en rust in de groep, met soms wat strubbelingen. Het 'iedereen-mag-er-zijn-gevoel' zorgt ervoor dat kinderen in een veilige omgeving hun sociale vaardigheden kunnen blijven oefenen. Het is van groot belang dat de groep inziet dat pesten een probleem is, en dat dit probleem niet voor mag komen.

Leerkrachten kunnen zorgen voor een dergelijke sfeer door kinderen positieve dingen over elkaar te laten vertellen, of de hele groep te belonen als de sfeer is verbeterd. Humor kan een grote rol spelen in het verbeteren van de verhoudingen, net als het uitgangspunt dat iedereen anders is en anders mag zijn..

Indien er sprake is van een pestprobleem in de klas zal de leerkracht eerst praten met het gepeste kind en met de pester. Daarna kan de leerkracht de hele groep op de hoogte stellen over:

- De afspraken die met de twee kinderen gemaakt zijn.
- De manier waarop de groep kan ingrijpen als de afspraken niet gehandhaafd worden.
- Het geven van complimenten aan pester en gepeste als alles goed gaat.
- Het feit dat de leerkracht trots is als de groep meehelpt.

Hulp aan de ouders

Voor de ouders van het gepeste kind is het van belang dat de school ernst maakt met de aanpak van het pesten. De ouders worden betrokken bij de aanpak en de begeleiding van hun kind.

Tips voor de ouders van het gepeste kind:

- Vertel uw kind waarom u blij bent met hem of haar!
- Maak een duidelijk onderscheid tussen plagen, ruzie en pesten.
- Vraag aan uw kind concrete voorbeelden over pesterijen.
- Geef aan de leerkracht door dat uw kind gepest wordt.
- Gun de leerkracht de tijd om informatie te verzamelen en afspraken te maken met de betrokken kinderen.
- Houd de leerkracht op de hoogte over de ontwikkelingen thuis; geeft het kind aan dat het meer of minder gepest wordt?
- Bespreek 's avonds met uw kind wat er allemaal goed ging. Als uw kind benoemt wat er fout ging mag hij dat natuurlijk zeggen, maar vraag daarna toch weer wat er goed ging.
- Benader het kind positief, geef complimenten waar het kan.
- Ga na of een sport als judo iets voor uw kind is. Veel gepeste kinderen zullen judo niet gaan toepassen, maar wel hierdoor een dosis zelfvertrouwen krijgen, wat ze dan ook weer uitstralen, waardoor pesten vaak afneemt.
- Kinderen die langdurig gepest zijn, hebben vaak baat bij een sociale vaardigheidstraining om weer zelfvertrouwen te krijgen in het omgaan met mensen.
- Zoek informatie over pesten. Zie hiervoor de lijst met tips.

Ook de ouders van de pester moeten op de hoogte zijn van wat er met hun kind gebeurt. Zij hebben er recht op te weten dat hun kind in sociaal opzicht bepaald zorgwekkend gedrag vertoont dat dringend verbetering behoeft.

Tips voor de ouders van de pester:

- Ga met uw kind in gesprek. Probeer erachter te komen waarom uw kind pest. Voelt het zich prettig thuis en op school? Pest uw kind om indruk op anderen te maken? Wil uw kind stoer doen? Weet hij of zij wat de gewenste omgangsvormen zijn? Krijgt het kind het goede voorbeeldgedrag? Zitten er hiaten tussen de omgangsvormen thuis en op school?
- Laat uw kind merken, bijvoorbeeld door het te vertellen, dat u van hem of haar houdt.
- Ga na of uw kind goed in zijn/haar vel zit.
- Neem de tijd om met uw kind over serieuze en minder serieuze zaken te praten.
- Probeer thuis een ontspannen sfeer te creëren.
- Geef structuur en duidelijkheid.

- Vertel uw kind dat pesten nooit mag. Neem met uw kind door hoe hij zich anders tegen het gepeste kind kan gedragen.
- Als blijkt dat het goed gaat kunt u uw kind daarvoor complimenteren.
- Ga na of uw kind veel echte vrienden heeft, of heeft hij of zij alleen volgelingen.
- Geef als ouders het goede voorbeeld door bijvoorbeeld positief over de burens en andere mensen te praten.
- Pestende kinderen zijn niet geliefd, maar ook pestende kinderen moeten de kans krijgen om te kunnen genieten van echte vrienden. Een goede sociale vaardigheidstraining kan uw kind daarbij helpen.

De ouders van de zwijgende middengroep en de meelopers moeten zich bij de leerkracht kunnen melden als zij van hun kind vernemen dat er een kind gepest wordt. Ook voor ouders moet een klimaat geschapen worden waarin het duidelijk is dat de school open staat voor dit soort meldingen.

Tips voor de ouders van de zwijgende middengroep en de meelopers:

- Ga naar de leerkracht als u het idee heeft dat een kind gepest wordt.
- Zorg dat u zo precies mogelijk weet te vertellen wat er gebeurde. Dat maakt het uitzoeken door de leerkracht(en) gemakkelijker. Deze ouders kunnen hun kinderen zeggen dat zij het verschrikkelijk vinden als kinderen elkaar pesten.
- Vertel aan uw eigen kind dat praten over pesten geen 'klikken' is.
- Geef uw kind handvatten bij het aanspreken van de pester of de gepeste.

6. Digitaal pesten/cyberpesten

Online pesten, cyberpesten, digitaal pesten: het zijn allemaal termen die we gebruiken voor pestgedrag via sociale media. Het nadeel van cyberpesten is dat het vaak anoniem gebeurt, wat de pester een extra machtspositie geeft. De gevolgen bij cyberpesten zijn vaak groter dan bij het 'gewone' pesten. Je kunt je als kind moeilijker verdedigen, het is een publieke vernedering omdat iedereen het kan lezen en het blijft actief omdat het lastig is om iets van internet te verwijderen. Het gaat 24/7 door.

Beschermd door anonimiteit gaat cyberpesten veel verder dan andere vormen van pesten.

Wat is cyberpesten?

Cyberpesten is een vorm van pesten waarbij degenen die pesten herhaaldelijk gebruik maken van elektronische media zoals internet of mobiele telefonie om iemand kwetsend materiaal toe te zenden of door kwetsende dingen over iemand te verspreiden. Digitaal pesten kan op veel manieren, voorbeelden hiervan zijn:

- Misbruik maken van privégegevens (zoals het stelen van wachtwoorden of het aanmaken van nep-accounts)
- Uitsluiting in WhatsApp-groepen en / of ongevraagd toegevoegd worden aan WhatsApp-groepen terwijl je dat niet wilt.

- Het verspreiden van beeldmateriaal (zoals intieme foto's of filmpjes van mishandeling)
- Dreigtweets en haat-posts

(Cyber)pesten voorkomen: dit kun je doen (of laten)

Het helpt om een kind weerbaar te maken. Praat met kinderen over wat zij doen op internet en maak afspraken:

- Deel nooit privégegevens, zoals naam, adres, telefoonnummer of de naam van je school
- Verzin (samen) een goede nickname (fantasiennaam)
- Scherm je profiel zoveel mogelijk af; 'alleen voor vrienden' is de beste optie
- Plaats alleen neutrale foto's (geen sexy foto's) of beter nog; helemaal geen foto's waarop je gezicht herkenbaar is
- Wees selectief in het accepteren van een vriendschapsverzoek; doe dit alleen wanneer je iemand in het echte leven ooit hebt ontmoet
- Verwijder onbekende mensen uit je vriendenlijst
- Houd wachtwoorden en inloggegevens altijd geheim: ook voor je beste vriend(inn)en
- Niet schelden en geen mensen kwetsen, dat zou je in het echt ook niet doen
- Heb je iets vervelends gezien of meegemaakt? Vertel het aan iemand die je vertrouwt, bijvoorbeeld een ouder, buurvrouw of leerkracht.

(Cyber)pesten aanpakken: dit kun je doen (of laten)

Krijgt een kind toch te maken met online pesten, doe dan het volgende:

- Complimenteer dat het kind naar je is toegekomen
- Een kind dat wordt gepest, heeft in eerste instantie behoefte aan steun
- Luister naar hem/haar en neem zijn/haar verhaal serieus
- Onderneem niet meteen actie
- Bedenk eerst (samen met je kind) wat de beste aanpak is
- Stap pas (na overleg met het kind) naar school en/of ouders en/of andere partijen
- Pak internet (of de computer of tablet) niet af. Het lijkt misschien een oplossing, maar het is oneerlijk om een kind zo'n zware straf te geven terwijl hij/zij eigenlijk slachtoffer is

Adviseer het kind om het volgende te doen:

- Reageer niet op de mails, berichtjes of filmpjes
- Bewaar alle mails, berichtjes of filmpjes. Sla ze op of maak er screenshots/foto's van. Het kan dienen als bewijsmateriaal
- Aangifte doen? Kijk dan op vraaghetdepolitie.nl
- Blokkeer degene die je lastig valt
- Staan de filmpjes of berichten op een website? Benader de eigenaar en vraag om het materiaal te laten verwijderen (maak eerst foto's als bewijsmateriaal)

7. Bronnen over pesten

- www.bobvandermeer.info
- www.pestweb.nl
- Meer, Bob van der (2003). Kinderen en pesten. Wat volwassenen ervan moeten weten en eraan kunnen doen. Utrecht: Kosmos.
- www.posicom.nl
- www.psychischegezondheid.nl (folder over pesten)
- www.pestweb.nl (gericht op kinderen)
- www.kinderen.moed.nl (met tips voor in de klas)
- <https://www.mediawijsheid.nl/onlinepesten/>
- <https://www.stoppestenu.nl/cyberpesten-online-pesten-online-gevaren-jongeren>
- <https://www.pestweb.nl/online-pesten/>

8. Contact

Vertrouwenspersonen

Onze vertrouwenspersonen op school zijn:

- Marjolein Buijs
- Simone Urban

Anti-pest coördinatoren

Onze anti-pest coördinatoren op school zijn:

- Marjolein Buijs
- Jacintha Kuppen

Word je gepest? Praat er dan over. Je mag het niet geheim houden!

Tabel 1: Anti-pest protocol op de Wingerd: 5 sporenbeleid van Bob van de Meer

Acties	Betrokkenen	Resultaat
<p>Spoor 1: Het gepeste kind steunen</p> <p>Dat wil zeggen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Luisteren naar wat er gebeurd is • Het probleem van het kind serieus nemen • Met het kind overleggen over mogelijke oplossingen • Samen met het kind werken aan die oplossingen • eventueel deskundige hulp van buiten inschakelen (bijvoorbeeld school als vindplaats, NIM, een weerbaarheidstraining of sociale vaardigheidstraining) • zorgen voor vervolggesprekken. 	<p>Leerkracht, gepeste</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bij succes -> de leerkracht blijft beide partijen volgen. • Na twee weken geen succes? De leerkracht zet spoor 2 in werking. • De leerkracht zet de evaluatie van dit gesprek in ESIS (bij alle betrokken partijen).
<p>Spoor 2: De pester steunen</p> <p>Dat wil zeggen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Met het kind bespreken wat pesten voor een ander betekent • Het kind helpen zijn relaties met andere kinderen te verbeteren • Zorgen dat het kind zich veilig voelt en uitleggen wat jij als leerkracht daaraan gaat doen • Grenzen stellen en die consequent handhaven • Het kind helpen zich aan regels en afspraken te houden • Zorgen voor vervolggesprekken. 	<p>Leerkracht, pester</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bij succes -> de leerkracht regelt een evaluatiegesprek met de pester en de gepeste. Indien nodig worden de ouders hiervan op de hoogte gebracht. Daarna blijft de leerkracht de kinderen volgen • Geen succes binnen 2 weken? De leerkracht zet spoor 3 in werking. • De leerkracht zet de evaluatie van dit gesprek in ESIS (bij alle betrokken partijen).
<p>Spoor 3: De ouders van het gepeste kind en de ouders van de pester steunen.</p> <p>Dat wil zeggen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ouders die zich zorgen maken serieus nemen • Ouders informeren over peestsituaties, over pesten en over manieren om pesten aan te pakken en te voorkomen • Met ouders overleggen over manieren om peestsituaties aan te pakken • Zo nodig ouders doorverwijzen naar deskundige hulp. 	<p>Leerkracht, pester, gepeste, ouders beide partijen, indien nodig de IB-er inschakelen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bij succes -> de leerkracht regelt een evaluatie gesprek met de pester, gepeste en eventueel de ouders van beide partijen. Ouders worden op de hoogte gebracht van dit gesprek. Daarna blijft de leerkracht de kinderen volgen. • Geen succes binnen 2 weken? De leerkracht gaat in overleg met de Intern begeleider en brengt het SMT op de hoogte. Naar aanleiding hiervan wordt gekozen voor stap 4 of 5. • De leerkracht zet de evaluatie van dit gesprek in ESIS (bij alle betrokken partijen).

<p>Spoor 4: De andere kinderen betrekken bij de oplossing van het pesten</p> <p>Dat wil zeggen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Met de kinderen in de groep praten over het pesten en hun eigen rol daarin • Met de andere kinderen overleggen over mogelijke manieren van aanpak en oplossing en hun rol daarin • Samen met de kinderen werken aan oplossingen waaraan ze zelf actief bijdragen. 	<p>Leerkracht, pester, gepeste, ouders van beiden partijen, zwijgende middengroep en meelopers, IB-er, SMT, eventueel deskundigen (bv pestcoördinator).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bij succes -> De Intern begeleider regelt een evaluatie gesprek met de pester, gepeste, ouders van beide partijen en deskundigen. De leerkracht is hierbij aanwezig. Daarna blijven de leerkracht en de Intern begeleider de kinderen volgen. • Geen succes binnen 2 weken? De leerkracht, IB-er en SMT zetten stap 5 in werking. • De IB-er zet de evaluatie van dit gesprek in ESIS (bij alle betrokken partijen).
<p>Spoor 5: Als instelling de verantwoordelijkheid nemen</p> <p>Dat wil zeggen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De school zorgt dat de directie en de leerkrachten voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten in de eigen groep en de eigen school. • De school neemt stelling tegen het pesten. • De school werkt aan een goed beleid rond pesten en veiligheid van leerlingen waar de hele school bij betrokken is. 	<p>Leerkracht, pester, gepeste, ouders van beide partijen, zwijgende middengroep en meelopers, Intern begeleider, SMT</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Het SMT regelt in overleg met de leerkracht en de Intern begeleider een evaluatie gesprek met de pester, gepeste en de ouders van beide partijen. Naar aanleiding van de uitkomst van dit gesprek worden nieuwe afspraken gemaakt. • Geen succes binnen 2 weken? Het SMT, de Intern begeleider en de leerkracht kiezen voor stap 6. • Het SMT zet de evaluatie van dit gesprek in ESIS (bij alle betrokken partijen)
<p>Schorsing</p> <p>Schorsing volgens het geldende schorsings- en verwijderingsbeleid. De directie neemt het initiatief en betreft het bestuur van Conexus bij de te nemen stappen.</p>	<p>Leerkracht, IB-er, SMT, Directeur, bestuur van Conexus</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Het SMT, de Interne begeleider, de leerkracht en het bestuur van Conexus bepalen samen welke stappen genomen worden na de schorsing. • Het SMT zet de evaluatie van dit gesprek in ESIS (bij alle betrokken partijen)