



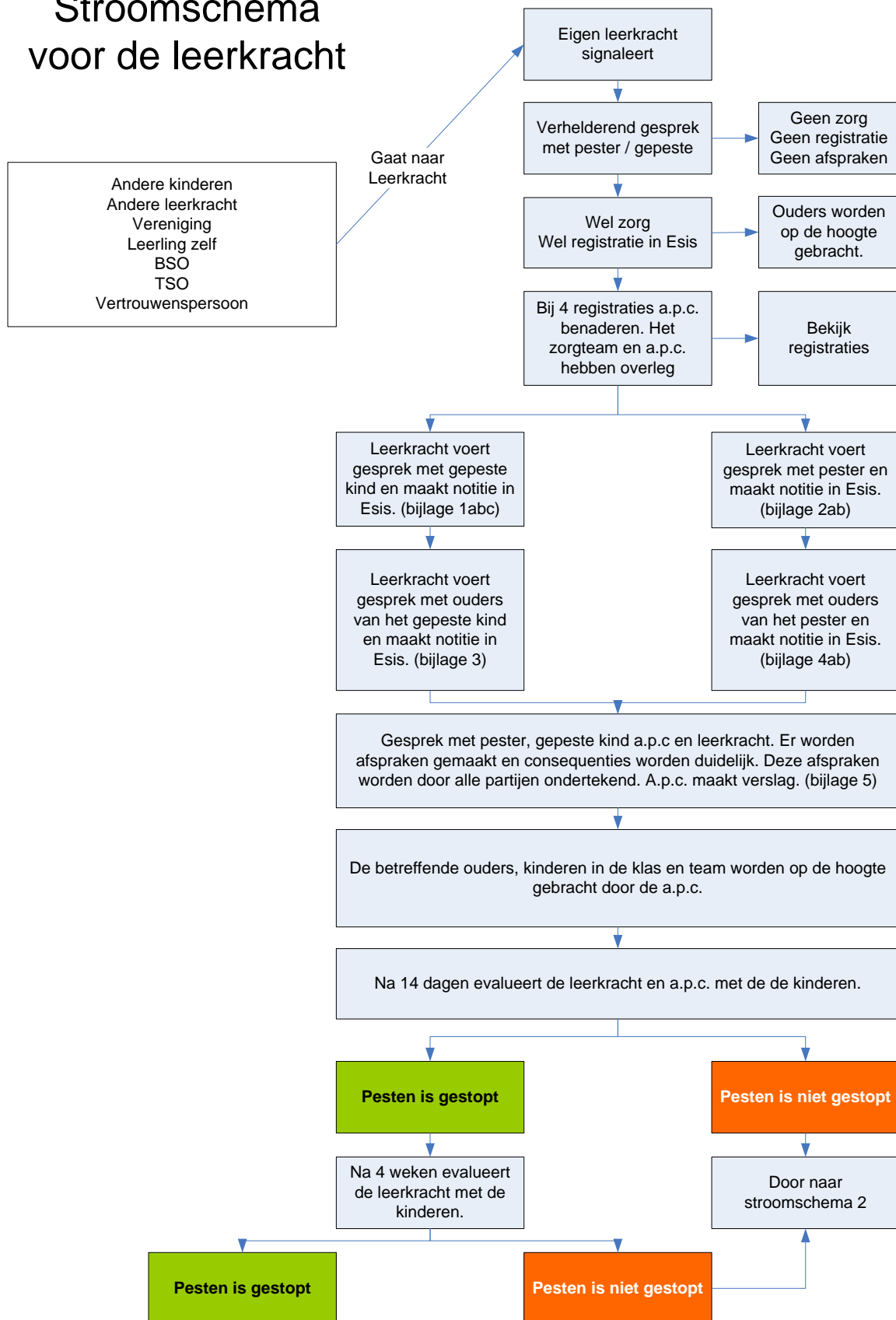
Pestprotocol



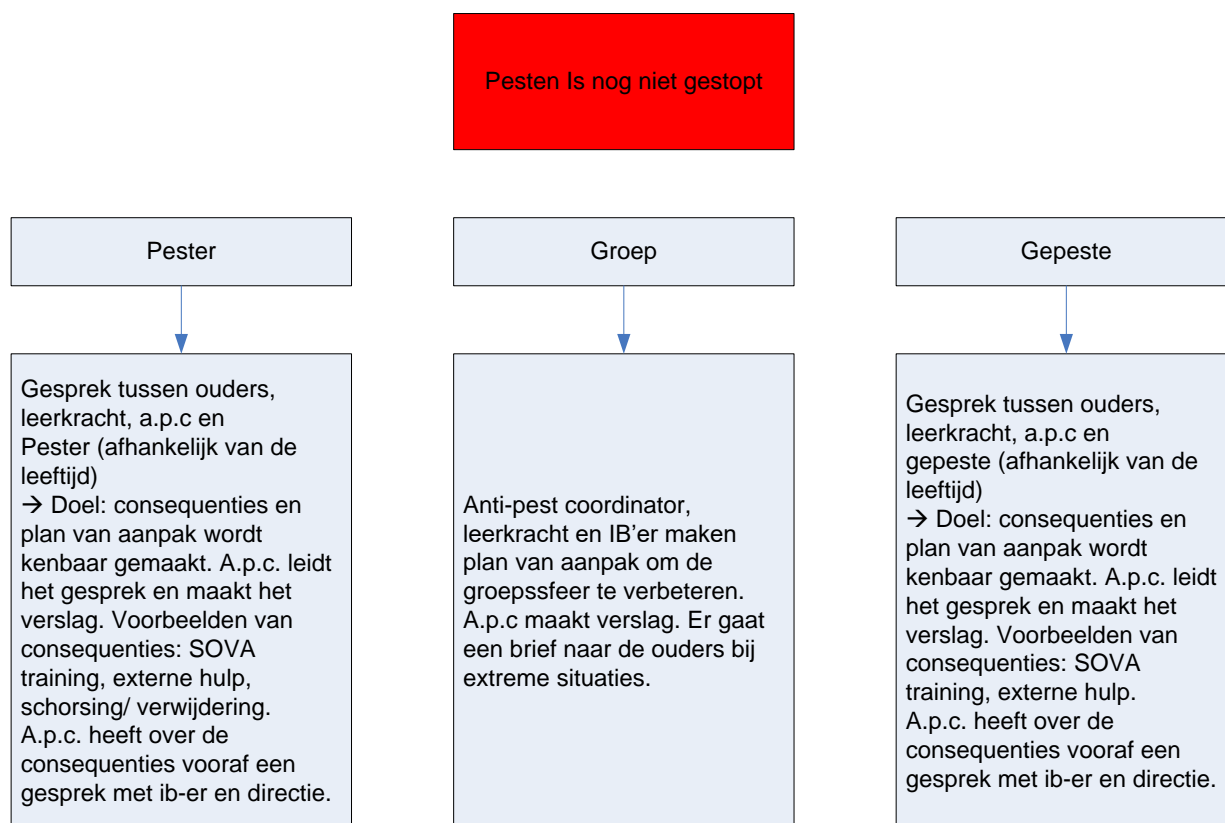
Een handelwijze voor het voorkomen en aanpakken van pestproblematiek.

Vastgesteld op: 11 januari 2016

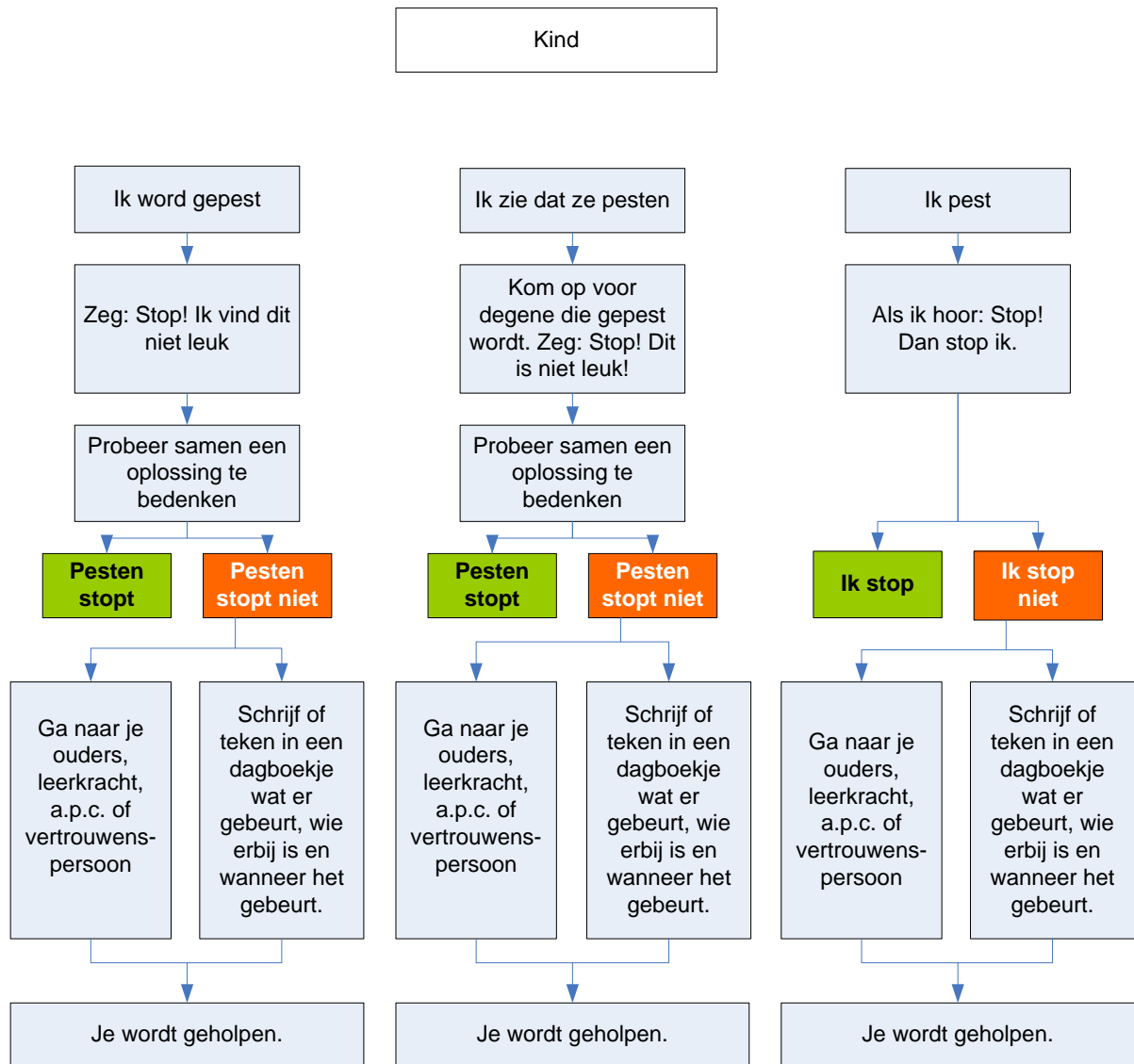
Stroomschema voor de leerkracht



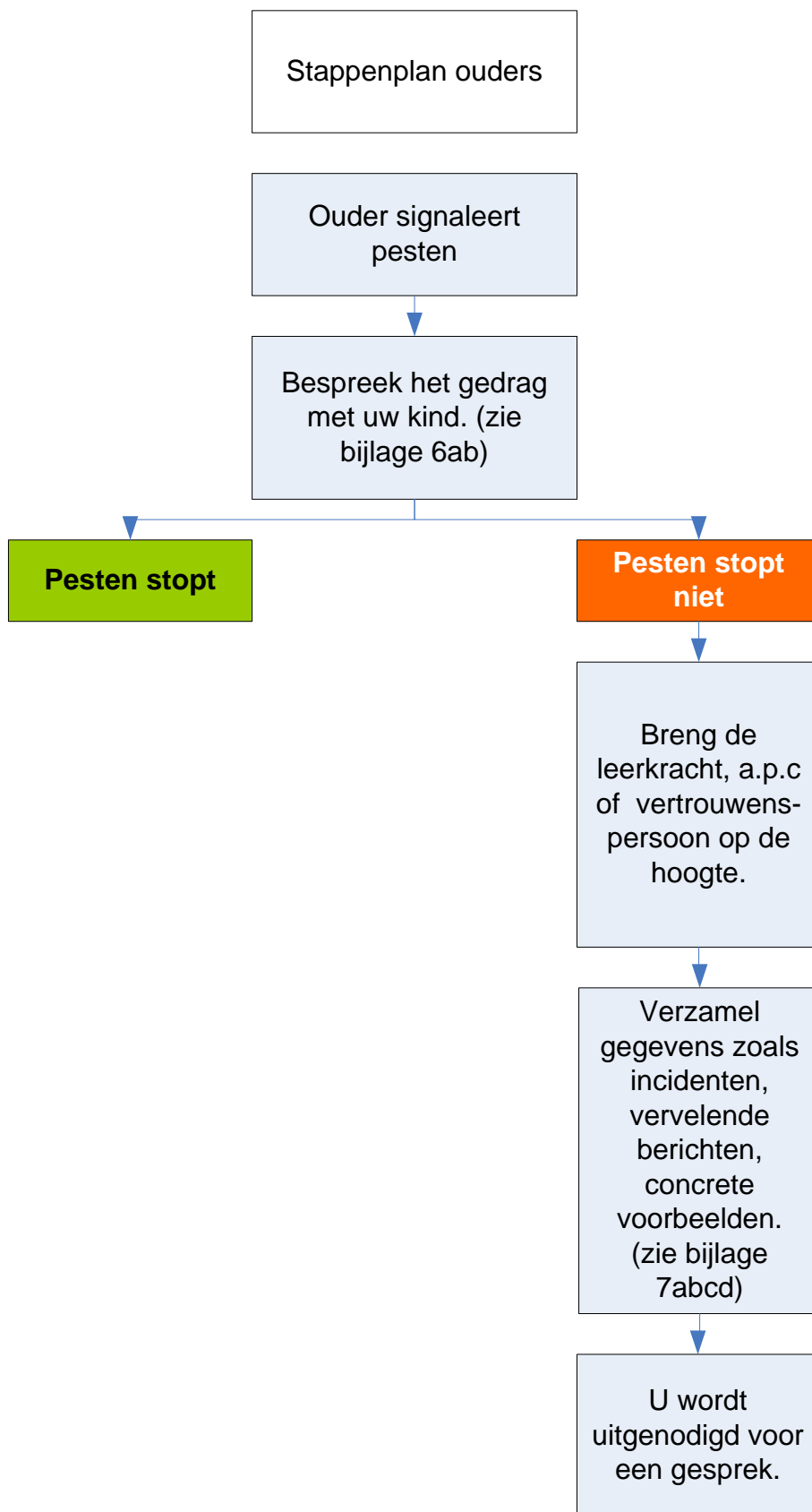
Stroomschema bij escalatie



Stroomschema voor het kind



Stroomschema voor ouders



Inhoudsopgave

	Blz.
1. Definitie van pesten	6
2. Verschil tussen plagen en pesten	6
3. Wat is digitaal pesten	6
4. Preventieve aanpak	7
5. Signaleringsinstrumenten	7
6. Pesten moet aangepakt worden	7
7. Er wordt een commissie aangesteld	8
Bijlage 1a: achtergrond informatie bij gesprek met gepeste	9
Bijlage 1b: vragen die je aan gepeste kunt stellen	11
Bijlage 1c: stappenplan gesprek leerling	12
Bijlage 2a: achtergrondinformatie over een gesprek tussen leerkracht en de pester.	13
Bijlage 2b: stappenplan gesprek pester	15
Bijlage 3: stappenplan gesprek met ouders van gepeste kind	16
Bijlage 4a: achtergrondinformatie over een gesprek tussen een leerkracht en ouders van pester	17
Bijlage 4b: stappenplan gesprek ouders van pester	18
Bijlage 5: format invulformulier gemaakte afspraken tussen leerkracht, pester en gepeste kind	19
Bijlage 6a: achtergrondinformatie voor ouders van gepeste kinderen	20
Bijlage 6b: achtergrondinformatie voor ouders van pestende kinderen	21
Bijlage 7a: sms en WhatsApp berichten opslaan	22
Bijlage 7b: chatberichten opslaan	24
Bijlage 7c: screenshots maken	27
Bijlage 7d: sites over pesten	28

1. Definitie van pesten

Pesten is structureel met woorden of lijfelijk geweld gebruiken tegen een of meerdere kinderen. Ook digitaal pesten valt hieronder. .

Pesten gaat uit van een ongelijkwaardige situatie, doet pijn en heeft daardoor een gemeen karakter. Pesten kent een slachtoffer en een dader.

Betrokkene in situaties met pesten: de pester, gepeste, zwijgende meerderheid, ouders, leerkrachten.

2. Verschil tussen plagen en pesten

Plagen mag wel, pesten niet. Maar wanneer is het nog plagen en wanneer wordt het pesten?

Wat is plagen?

Bij plagen is er sprake van incidenten.

Plagen gebeurt vaak spontaan, het duurt niet lang en is onregelmatig.

Bij plagen zijn de kinderen gelijk aan elkaar; er is geen machtsverhouding.

De rollen liggen niet vast: de ene keer plaagt de één, de andere keer plaagt de ander.

Plagen gebeurt zonder kwade bijbedoelingen en is daarom vaak leuk, plezierig en grappig.

Bij plagen loopt de geplaagde geen blijvende psychische en/of fysieke schade op en is in staat zich te verweren.

Wat is pesten?

'Iemand wordt getreiterd of is het mikpunt van pesterijen als hij of zij herhaaldelijk en langdurig blootstaat aan negatieve handelingen verricht door één of meerdere personen'. Bij pesten is het ene kind sterker en het andere kind zwakker. Het is steeds hetzelfde kind dat wint en hetzelfde kind dat verliest.

Vaak gebeurt pesten niet één keer, maar is het gepeste kind is steeds weer de klos.

Het sterkere kind; de pester, heeft een overwicht en anderen kijken tegen hem of haar op.

De pestkop heeft geen positieve bedoelingen; wil pijn doen, vernielen of kwetsen.

Het gepeste kind voelt zich eenzaam en verdrietig, hij of zij is onzeker en bang.

3. Wat is digitaal pesten?

Op internet of via de telefoon kun je door iemand gepest worden die kent of die je niet kent. Het hacken van email-accounts, bedreigingen of het plaatsen van vervelende foto's zijn voorbeelden van digitaal pesten. Ook onder een andere naam versturen van e-mails of internetpagina's opzetten behoort tot digitaal pesten.

Gepest worden is alles behalve leuk. Wanneer je in de buurt, op de vereniging of op school gepest wordt weet je wie de pestkop is. Op internet of via de telefoon werkt dit soms anders, daar kun je ook door iemand gepest worden die je niet kent. Juist dit onbekende maakt het pesten via mail, chats, sms en telefoontjes zo vervelend.

4. Preventieve aanpak

In preventief opzicht spant de school zich in om pesten, zoveel als mogelijk, te voorkomen.

Kwink

Kwink is een online methode voor sociaal-emotioneel leren (SEL), inclusief burgerschap, sociale integratie en mediawijsheid. Kwink biedt een doordacht SEL-programma, gebaseerd op de laatste wetenschappelijke inzichten. De methode is gericht op preventie van bijvoorbeeld pesten op school en de kracht van een veilige groep. Het gaat uit van onder andere de principes van PBS (Positive Behaviour Support). Hierbij staat het groepsproces centraal. De lessen sluiten steeds aan bij de fase van de groepsvorming. De methode biedt een gestructureerd, actueel lesaanbod voor de groepen 1 t/m 8.

Kanjertraining

Een groep kinderen bestaat altijd uit een “breed gezelschap”: sociaal onhandig, verlegen, afhankelijk, agressief, of haalt wel erg snel de schouders op. Kanjertraining richt zich met name op de communicatie en interactie tussen kinderen in de groep en helpt de kinderen een keuze te maken in hun gedrag, wat is handig of niet handig om te doen. De lessen gaan uit van een positieve levensvisie. Toekomst- en oplossingsgericht voor kinderen, Kanjertraining wordt structureel ingezet in de groepen 5.

Groepsafspraken.

Jaarlijks wordt met de kinderen uit de groep samen een afsprakenlijst gemaakt van hoe we met elkaar omgaan (Kwink). Deze hangt zichtbaar in het lokaal. Ook worden de 8 afspraken om het op Octopus gezellig te houden onder de aandacht gebracht.

5. Signaleringsinstrumenten

School vragenlijst (vanaf groep 6)

SCOLL

GGD vragenlijst, onderzoek

Ouderenquête

Leerling enquête

Sociogram

Ook ouders hebben een verantwoording om pestgedrag te signaleren. Hierbij verwijzen we naar het stroomschema voor de ouders.

6. Pesten moet aangepakt worden

Indien er signalen van ouders, leerlingen of leerkrachten komen over het feit dat kinderen het slachtoffer of dader zijn van pesterijen wordt dit als een probleem gezien, wat aangepakt moet worden. In de bijlagen vindt u stroomschema's met daarin de stappen die de leerkracht, ouders en kinderen ondernemen.

7. Er wordt een commissie ingeschakeld.

Leidt de curatieve aanpak niet tot resultaat, dan kan de inschakeling van een Anti-pestcoördinator noodzakelijk blijken.

Dit zijn:

1. Phebe van Hal
2. Cecile Vloet

Ook kan het inschakelen van een vertrouwenspersoon noodzakelijk zijn.

De vertrouwenspersonen van Octopus zijn:

1. Meester Michel Jeurissen
2. Juffrouw Ilse Verbrugge

Zij zijn er voor de leerlingen én ouders.

Buiten de scholen zijn als externe vertrouwenspersonen voor de scholen van ons bestuur aangezocht:

1. Irma van Hezewijk, telefoonnummer: 0654647212,
Email: irmavanhezewijk@vertrouwenswerk.nl.
2. Marijke Creemers, telefoonnummer: 0620537095,
Email: marijkecreemers@vertrouwenswerk.nl

Ouders kunnen hun klacht melden of om een advies vragen bij één van bovengenoemde personen.

8. Mogelijke instanties waar men extern hulp kan zoeken:

- GGZ: Alles Kits Kids (bovenbouw basisonderwijs) / zomertraining
- GGD: Spreekuur GGD op school
- Steunpunt opvoeding: Voor ouders
- Schoolmaatschappelijk werk
- Bureau Jeugdzorg
- AMK: Indien wordt vermoed dat kinderen "mishandeld" worden (door ouderen) in relatie met gesignaleerd pest- of slachtoffergedrag, moet de school het AMK inschakelen.

Ook zijn er sites waar je pesten kunt melden en hulp kunt krijgen:

www.centraalmeldpuntpesten.org/
www.meldknop.nl (voor digitaalpesten)

Bijlage 1a:

Achtergrondinformatie over een gesprek met de gepeste

1. Voordat er een gesprek is met de gepeste én de pester, heeft de leerkracht eerst een gesprek gehad met de gepeste en pester apart om te horen wat zij te zeggen hebben. Het is ook mogelijk, dat het slachtoffer alleen maar wil vertellen wat er is gebeurd, maar niet wil dat de leerkracht met de pester gaat praten. In een peestsituatie is er sprake van een conflict tussen ongelijkwaardige partijen. De pester heeft het slachtoffer onrecht aangedaan. Het slachtoffer voelt zich buitengesloten of gekleineerd. Beide partijen hebben een probleem waarin de leerkracht bemiddelt. De leerkracht is in de bres gesprongen voor het slachtoffer, maar heeft het welzijn van beiden op het oog.
2. Ben wel als leerkracht alert op het feit dat sommige kinderen zeggen dat ze gepest worden, maar dat dit een manier van aandacht vragen is. Ook kan het voorkomen dat een kind te snel aanneemt dat het gepest wordt. Kinderen reageren te gevoelig of interpreteren het gebeurde te negatief.
3. Als een leerling gepest wordt, is het belangrijk om zo snel mogelijk te reageren. Het is erg belangrijk dat de leerling zelf vertelt wat er gebeurd is en hoe hij of zij daar last van heeft. De leerkracht neemt het initiatief tot dit gesprek en moet het slachtoffer een gevoel van veiligheid geven en een rustig moment uitkiezen om met het slachtoffer te gaan praten. De leerkracht probeert er door het stellen van vragen achter te komen wat er is gebeurd. In het gesprek kan veel duidelijk worden over de verhoudingen in de groep. In het gesprek is het belangrijk om duidelijk uit te spreken, dat pestgedrag op school niet voor mag komen, dat de leerkracht dit met alle middelen tegen wil gaan en bereid is om te **helpen**.
4. Tijdens het gesprek met het gepeste kind is het van belang dat de leerkracht zicht krijgt op de situatie. Wat is er concreet aan de hand?
Daarbij zal een leerkracht het kind ondersteunen in het bedenken van eigen oplossingen.
5. Het gepeste kind moet tijdens het gesprek het gevoel hebben dat er echt naar hem geluisterd wordt. Medeleven tonen en luisteren en vragen. Daarna proberen leerkracht en leerling samen oplossingen te bedenken. Er worden manieren besproken waarmee het kind zich kan beschermen tegen de pester.
6. Een leerkracht zal er rekening mee moeten houden dat kinderen die voortdurend worden gepest, op verschillende manieren kunnen reageren. De meeste kinderen worden passief en zitten er duidelijk mee. Een enkel gepest kind gaat zelf uitdagen. Beide vormen van gedrag zijn 'aangeleerd', in de zin van 'reacties op uitstoting'. Dit gedrag kan ook weer afgeleerd worden.
7. Het gepeste kind niet overbeschermen bijvoorbeeld naar school brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen'. Hiermee plaats je het gepeste kind in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.

8. Indien het slachtoffer dat wil, gaat de leerkracht praten met de pester (als hij het niet wil en er sprake is van bedreigende situaties buiten school, moet er naar een andere adequate oplossing gezocht worden)
9. Een sociogram kan hierbij verhelderend werken.
10. Er is ook een situatie denkbaar dat niet één persoon de pester is maar een hele groep. In zo'n geval kan er net zo te werk worden gegaan als hierboven is beschreven, wanneer er één pester is.
11. Het is ook goed, dat het slachtoffer leert om weerbaar te zijn. In een gesprek met de leerkracht kan er naar een oplossing worden gezocht hoe het pesten misschien is te voorkomen. De leerling oefent dan bepaalde situaties die voor kunnen komen. Deze vorm van helpen moet je vooraf bespreken met de ouders. De leerkracht moet dan ook een keuze maken of hij / zij zelf het kind helpt of een ander persoon, bijvoorbeeld een trainer in sociale vaardigheden.
Het voordeel van een groepsleerkracht is, dat hij of zij het kind de vaardigheden direct in de groep kan laten oefenen. Een trainer is wellicht weer meer ervaren. In dit geval zijn bijvoorbeeld sociale vaardigheidstraining of op zelfverdediging goede interventies.
Ouders van gepeste kinderen hebben er soms moeite mee, dat hun kind ook "dingen" moet trainen. Hun kind wordt gepest en dat moet stoppen. Dat klopt. Het pesten moet stoppen.
Echter, een gepest kind heeft niet alleen recht op een veilige omgeving, maar ook op een omgeving van aanvaarding. Een kind moet niet alleen getolereerd worden, maar ook geaccepteerd worden, en zich (weer) prettig en zelfverzekerd leren voelen, en daaraan kan een sociale vaardigheidstraining veel doen.
Tevens voert een gepest kind het programma zelf uit en bemerkt, dat het lukt = succeservaring!)
12. Het is belangrijk, dat de leerkracht (zeker in het begin) regelmatig vraagt hoe het nu gaat.
13. Geeft complimenten/schouderklopjes aan de gepeste leerling. Praat samen over wat al goed gaat.

Bijlage 1b:

Mogelijke vragen die gesteld kunnen worden tijdens het gesprek met de gepeste leerling

1. Klopt het, dat hij of zij gepest wordt? ((H)Erkenning van het probleem.)
2. Door wie wordt hij of zij gepest? (Doorvragen: "Zijn er nog meer?")
3. Wat gebeurt er precies? (Is het wel echt pesten?)
4. Waar gebeurt het pesten? (Doorvragen: "Zijn er nog meer plekken?")
5. Wat doe je als je wordt gepest? Wat zegt/ doet hij voor, tijdens en na het pesten?
6. Hoe vaak wordt hij of zij gepest?
7. Hoeveel dagen, weken, maanden of jaren loopt dit al?
8. Weten zijn ouders, of iemand anders, dat hij of zij gepest wordt?
9. Wordt het kind alleen op school gepest of ook elders?
10. Wordt het kind alleen door kinderen van de eigen school gepest of ook door andere kinderen?
11. Wat heeft het kind zelf al aan het pesten proberen te doen
12. Hoe kun je op een andere manier reageren op het pesten?
13. Op welke momenten wordt er niet gepest en op welke momenten wel?
14. Waarom zouden ze jou pesten?
15. Welke oplossing zou je kunnen bedenken?
16. Welke kinderen pesten hem of haar nooit? (de zwijgers en of aspirant helpers)
17. Welke kinderen proberen hem of haar wel eens te helpen? (de (aspirant)helpers)
18. Wil hij dat het pesten stopt? Wat wil hij bereiken? (Keuze maken, actiebereid worden)
19. Wil hij of zij meewerken, om de sfeer in de groep beter te laten worden?
(Actief deelnemen aan het groepsproces, om het pedagogisch klimaat te versterken en om het kind uit de slachtofferrol halen).
20. Bespreek samen met het kind, wat hij /zij kan doen tegen het pesten.
(Zie bijlage 1a voor meer info hierover.)

Bijlage 1c:
Stappenplan gesprek gepeste leerling

Introductie

- De leerling op zijn gemak stellen.
- Doel en aanleiding van het gesprek vertellen.

Overzicht

- Het onderwerp van het gesprek wordt bepaald: waar gaan we over praten (kaderen)? Mogelijk wordt er teruggekomen op een eerder gesprek.
- Waar (school, thuis) en met wie (ouder, medeleerling) speelt het probleem?
- Duidelijk maken of het een probleem van leerling (zowel pester en/of gepeste leerling), de leraar of van beiden is.

Inzicht

- Wat zit erachter?
 - Het probleem wordt verkend: wie, wat, waar, waarom, hoe?
 - Wat zijn de gedachten en gevoelens van de leerling en de anderen die bij het probleem betrokken zijn?
 - Wat is er tot nu toe aan gedaan om het probleem op te lossen? Wat werkt we/niet en waarom?
- Alternatieven zoeken:
 - Er worden zoveel mogelijk verschillende oplossingen voor het probleem bedacht.
- Alternatieven beoordelen:
 - De oplossingen worden beoordeeld: welke oplossingen zijn niet acceptabel en vallen af?
 - Welke oplossingen zijn prettig voor de leerling zelf en voor de anderen? (win-win)?

Uitzicht

- Keuze van een oplossing:
 - Er wordt een oplossing gekozen.
 - Het uitvoeren van de oplossing wordt stap voor stap besproken.
 - Wat is de conclusie van het gesprek?
- Afspraken maken:
 - Wie doet wat en wanneer? Komt er een vervolgesprek?
 - Bespreken hoe de leerling in het vervolg met soortgelijke problemen zal omgaan.
 - Er wordt een vervolgspraak gepland.

Afsluiting

- Alles op een rijtje zetten: wat is er besproken/afgesproken?
- Evaluatie van het gesprek.

Positieve afsluiting (aanmoedigen, hart onder de riem) en afscheid

Bijlage 2a:

Achtergrondinformatie over een gesprek tussen de leerkracht en de pester.

1. Een pestend kind, dat het pesten blijft ontkennen, kun je confronteren met zijn pestgedrag op het moment, dat hij of zij weer pest en dan is het mogelijk opnieuw met het kind in gesprek te gaan. Zorg voor een aantal voorbeelden van pestgedrag, die u ook aan de ouder kunt voorleggen. Beschrijf het waarneembaar gedrag en benoem wat je hebt gezien. Trek daarbij de conclusie dat wij als school dit gedrag wel echt pesten vinden.
2. Laat in een gesprek merken dat het kind wel als persoon geaccepteerd wordt, maar zijn of haar gedrag niet. Op de vraag : "Waarom pest je eigenlijk?", krijg je vaak antwoorden over het uiterlijk van het slachtoffer, of een bepaald gedrag van het slachtoffer, of wrok uit het verleden. Bij wrok uit het verleden kun je de gepeste en pester laten praten met elkaar, en laten afspreken hoe ze voortaan met elkaar om zullen gaan. Soms kan dat al genoeg zijn om het pesten te stoppen. Geef eventueel bij de pester aan, dat iemand nooit om zijn uiterlijk mag worden gepest, dat pesten sowieso niet mag. Vertel ook dat als de pester zich (terecht) stoort aan een bepaald gedrag, hij of zij dat moet melden bij de leerkracht. Dus als hij last heeft van het (onhandig) gedrag of bij herhaling van gedrag, moet hij naar de leerkracht gaan. Voorkeur heeft wel dat hij het eerst zelf probeert te bespreken met de andere leerling.
3. Geef de pester een realistisch beeld, hoe een groep vaak tegen een pester aankijkt. (Dit alleen vertellen in een gemoedelijke sfeer!) Eventueel kun je de groep vooraf een opstel laten maken, met als titel: "Hoe denk ik over pesten!" Indien een pester denkt, dat de pester leuk wordt gevonden, dan kun je vertellen, dat de meeste groepsleden uit zijn klas dat dus niet vinden. Het opstel "Hoe denk ik over pesten!" zou een vaste opdracht kunnen worden in de pestweek. Dit opstel kan dan worden teruggehaald bij een incident.
4. Hoe wil jij dat de klas over twee jaar over jou denkt. Schrijf dat eens op een blaadje (niet voor straf). Als een kind aangeeft, dat het hem of haar niets kan schelen, geef dan aan, dat het jou als leerkracht wel wat kan schelen. Geef dan het kind de opdracht om op te schrijven hoe de leerkracht wil, dat de pester over een aantal jaren herinnerd wil worden. De pester zal dan toch opschrijven wat hij of zij belangrijk vindt. Deze manier werkt alleen als de band met de leerkracht goed is. Leerkracht en kind zouden eventueel samen een opstel kunnen schrijven.
5. Daarna neem je samen het opstel door en ga je na wat de pester zelf kan doen om bijvoorbeeld aardig, vriendelijk, enz gevonden te worden. Samen maak je dan concrete actiepunten, die controleerbaar zijn, omdat je een bepaald positief gedrag kunt waarnemen. Bijvoorbeeld, je spreekt met de pester af, dat hij zijn slachtoffer laat meedoen met een spelletje, want als je dat lukt, dan ben je echt stoer, aardig, enz. Bespreek in het begin dagelijks even na hoe het ging. Al naar gelang hoe het gaat, kan het nabespreken op een bepaald moment op een vaste dag in de week plaats vinden. Het is belangrijk dat de pester dit nabespreken als plezierig ervaart. Het is zinvol om in dit stadium ook één keer per week de ouders te bellen om te vertellen hoe de week verliep. Vertel wat niet goed ging en wat wel goed ging en laten de ouders dit bespreken met het kind.
6. Een beloningssysteem voor de leerling zou een mogelijkheid zijn.

7. Laat de film “Spijt” zien aan de klas of aan de betreffende leerling.

Bijlage 2b:
Stappenplan gesprek met de pester.

Introductie

- De leerling op zijn gemak stellen.
- Doel een aanleiding van het gesprek vertellen.

Overzicht

- Het onderwerp van het gesprek wordt bepaald: waar gaan we over praten (kaderen)? Mogelijk wordt er teruggekomen op een eerder gesprek.
- Waar (school, thuis) en met wie (ouder, medeleerling) speelt het probleem?
- Duidelijk maken of het een probleem van leerling, de leraar of van beiden is.

Inzicht

- Wat zit erachter?
 - Het probleem wordt verkend: wie, wat, waar, waarom, hoe?
 - Wat zijn de gedachten en gevoelens van de leerling en de anderen die bij het probleem betrokken zijn?
 - Wat is er tot nu toe aan gedaan om het probleem op te lossen? Wat werkt we/niet en waarom?
- Alternatieven zoeken:
 - Er worden zoveel mogelijk verschillende oplossingen voor het probleem bedacht.
- Alternatieven beoordelen:
 - De oplossingen worden beoordeeld: welke oplossingen zijn niet acceptabel en vallen af?
 - Welke oplossingen zijn prettig voor de leerling zelf en voor de anderen? (win-win)?

Uitzicht

- Keuze van een oplossing:
 - Er wordt een oplossing gekozen.
 - Het uitvoeren van de oplossing wordt stap voor stap besproken.
 - Wat is de conclusie van het gesprek?
- Afspraken maken:
 - Wie doet wat en wanneer? Komt er een vervolgesprek?
 - Bespreken hoe de leerling in het vervolg met soortgelijke problemen zal omgaan.

Afsluiting

- Alles op een rijtje zetten: wat is er besproken/afgesproken?
- Evaluatie van het gesprek.
- Positieve afsluiting (aanmoedigen, hart onder de riem) en afscheid nemen.

Bijlage 3: **Stappenplan gesprek met ouders van gepeste kind**

Introductie

- De ouders op hun gemak stellen en bedanken voor hun komst.
- Aanleiding van het gesprek vertellen
- Doel van het gesprek vertellen (informatie verzamelen ten behoeve van het groepsplan)

Overzicht

- Het onderwerp van het gesprek wordt bepaald: waar gaan we over praten (kaderen)? Mogelijk wordt er teruggekomen op een eerder gesprek.
- De probleemsituatie wordt kort toegelicht met voorbeelden, cijfers, observaties.

Inzicht

- Wat zit erachter?
 - Wat vertelt de leerling thuis over de probleemsituatie?
 - Merken de ouders veranderingen in het gedrag, gedachten of gevoelens van hun kind?
 - Wat is volgens de ouders de oorzaak van het (veranderde) gedrag?
- Alternatieven zoeken
 - De ouders wordt gevraagd wat zij de beste oplossing(en) voor het probleem vinden.
- Alternatieven beoordelen
 - De ouders schatten per oplossing de gevolgen voor hun kind in.
 - Bespreken wat ouders thuis kunnen doen.

Uitzicht

- Conclusie
 - Wat is de conclusie van het gesprek?
- Afspraken maken
 - Wat gebeurt er op school en wat gebeurt er thuis?
 - Komt er een vervolgesprek?

Afsluiting

- Alles op een rijtje zetten. Wat is er besproken en afgesproken?
- Positieve afsluiting. Aanmoediging, hart onder de riem en afscheid nemen.

Achtergrondinformatie: In bijlage 1a staat informatie die je bij dit gesprek kan helpen.

Bijlage 4a:

Achtergrond informatie voor het gesprek tussen leerkracht en ouders van pester.

Ouders zullen vaak even verbaasd zijn over het pesten als jij. Ze zullen misschien als eerste reactie wel ontkennend reageren dat hun kind een pester is. Het kan zijn dat ze gaan uitleggen hoe het gepeste kind het uitlokt, enz. Dat is een begrijpelijke reactie. Er zijn niet heel veel ouders die hun kind proberen op te voeden tot pester en nu juichend zullen reageren omdat het gelukt is. Als gedurende het gesprek blijkt dat hun kind toch echt een pester is, zullen de meeste ouders bereid zijn mee te werken om dit gedrag te stoppen.

Tips:

- Probeer het gesprek constructief te houden. Kinderen maken fouten, ze moeten er van leren.
- Zoek samen met de ouders (en eventueel het kind) naar een goede oplossing. Alleen maar blijven zeuren over het gebeurde lost het probleem namelijk niet op. Laat de pester excuses maken aan de gepeste, eventueel met de ouders erbij. Let er op of het gemeente excuses zijn. Er zijn ook kinderen die heel “makkelijk” sorry kunnen zeggen.
- Bespreek wat de consequenties zijn als het pestgedrag weer terug komt. Deze consequenties kunnen ook samen met de ouders bedacht worden. Je kunt ook de volgende stap in het stroomschema noemen als consequentie.
- Spreek af dat je over een week weer contact opneemt om te vertellen hoe het gaat en om te horen of zij iets gemerkt hebben.
- Als er ouders zijn die afwijzend blijven reageren, de schuld bij andere kinderen leggen of vinden dat een geintje op zijn tijd moet kunnen, is het goed om het gesprek te beëindigen.
- Vertel hen dat je gaat overleggen met de directie hoe dit verder moet gaan, omdat je niet tevreden bent met dit gesprek.

Bijlage 4b:
Stappenplan gesprek ouders van pester

Introductie

- De ouders op hun gemak stellen en bedanken voor hun komst.
- Aanleiding van het gesprek vertellen
- Doel van het gesprek vertellen (informatie verzamelen).

Overzicht

- Het onderwerp van het gesprek wordt bepaald: waar gaan we over praten (kaderen)? Mogelijk wordt er teruggekomen op een eerder gesprek.
- De probleemsituatie wordt kort toegelicht met voorbeelden of observaties.

Inzicht

- Wat zit erachter?
 - Vertelt de leerling thuis over de probleemsituatie?
 - Merken de ouders veranderingen in het gedrag, gedachten of gevoelens van hun kind?
 - Wat is volgens de ouders de oorzaak van het (veranderde) gedrag?
- Alternatieven zoeken
 - De ouders wordt gevraagd wat zij de beste oplossing(en) voor het probleem vinden.
- Alternatieven beoordelen
 - De ouders schatten per oplossing de gevolgen voor hun kind in.
 - Bespreken wat ouders thuis kunnen doen.

Uitzicht

- Conclusie
 - Wat is de conclusie van het gesprek?
- Afspraken maken
 - Wat gebeurt er op school en wat gebeurt er thuis?
 - Komt er een vervolgesprek? Zoja, vervolgesprek plannen.

Afsluiting

- Alles op een rijtje zetten. Wat is er besproken en afgesproken?
- Positieve afsluiting. Aanmoediging, hart onder de riem en afscheid nemen.

Bijlage 5

GESPREKSFORMULIER MET GEMAAKTE AFSPRAKEN BIJ PESTINCIDENT

Datum incident	
-----------------------	--

Betrokkenen	
Gepeste kind(eren)	
Pester(s)	
Leerkrachten	
Ouders	

Verslag van het pestincident	
-------------------------------------	--

Verslag van het gesprek met gepeste kind	
---	--

Verslag van het gesprek met pester	
---	--

Verslag van het gesprek samen	
--------------------------------------	--

Verslag van het gesprek met ouders, leerkracht en antipestcoördinator	
--	--

Gemaakte afspraken	
---------------------------	--

Bijlage 6a:
Achtergrond informatie voor ouders van gepeste kinderen.

Iemand die gepest wordt, heeft (op dat moment) nog niet de mogelijkheid gevonden om adequaat te reageren op rotgedrag van een ander. Echter dat geeft die ander niet het recht om te gaan pesten! Bij pesten zit de pester fout en niet de gepeste!!!!

1. Klopt het, dat hij of zij gepest wordt? (H)Erkenning van het probleem.)
2. Door wie wordt hij of zij gepest? (Doorvragen: "Zijn er nog meer?")
3. Waar gebeurt het pesten? (Doorvragen: "Zijn er nog meer plekken?")
4. Hoe vaak wordt hij of zij gepest?
5. Hoeveel dagen, weken, maanden of jaren loopt dit al?
6. Weet de leerkracht, of iemand anders, dat hij of zij gepest wordt?
7. Wordt het kind alleen op school gepest of ook elders?
8. Wordt het kind alleen door kinderen van de eigen school gepest of ook door andere kinderen?
9. Wat heeft het kind zelf al aan het pesten proberen te doen?
10. Op welke momenten wordt er niet gepest en op welke momenten wel?
11. Welke kinderen pesten hem of haar nooit?
12. Welke kinderen proberen hem of haar wel eens te helpen?
13. Bespreek samen met het kind, wat hij /zij kan doen tegen het pesten en bekijk samen met het kind welk gedrag hij / zij in een bepaalde situatie wil tonen. En oefen dat. Dat kan dus zijn van hoe je vraagt of zegt, dat je mee wilt spelen, vriendelijk zijn, iemand begroeten, iemand vragen of hij geholpen wil worden, zonder opdringerig of plakkerig te worden, omgaan met het feit, dat een vriendje ook wel eens met een ander speelt, enz. Het kan zijn dat ouders het moeilijk vinden om dit hun kind te leren. Een sociale vaardigheidstraining kan dan ook aangeboden worden.

Tips:

- Maak een duidelijk onderscheid tussen plagen, ruzie en pesten.
- Geef alleen tips, die een kind kan uitvoeren en ook mag uitvoeren.
- Maak geen opmerkingen als: "Als ze mij gepest zouden hebben, dan.....", want dat zijn opmerkingen waaruit uw kind kan halen, dat u in hem of haar teleurgesteld bent.
- Bespreek met uw kind een plan van aanpak, bijvoorbeeld naar de leerkracht gaan om te vertellen dat het gepest wordt en doe dit stapje voor stapje. Benadruk de successen.
- Vraag aan uw kind ook wat goed gaat op school.
- 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, hetgeen ze dan ook weer uitstralen, waardoor pesten vaak afneemt. Ook een teamsport waarin postieve en negatieve feedback wordt gegeven kan hiervoor geschikt zijn.
- Laat het kind een dagboek (logboek) bijhouden.
- Kinderen die langdurig gepest zijn, hebben vaak baat bij een sociale vaardigheidstraining om weer zelfvertrouwen te krijgen in het omgaan met mensen.
- Vertel uw kind waarom u blij bent met hem of haar.
- Maak met school concrete afspraken over het aanpakken van pesten. Het pesten moet stoppen!! Veel leerkrachten lukt het om pesten te doen stoppen.

Bijlage 6b:

Achtergrondinformatie voor ouders van pestende kinderen

Het is niet leuk, als u hoort dat uw kind pest. Pesten is niet alleen belemmerend voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van de gepeste, maar ook voor die van de pester. Omgaan met mensen is een vaardigheid die je leert en waar je je leven lang plezier van kunt hebben. Een pester leert zichzelf verkeerde vaardigheden. Als uw kind pest, kan dat een behoorlijke schok zijn voor u.

Ga met uw kind in gesprek. Probeer erachter te komen waarom uw kind pest. Voelt uw kind zich wel veilig op school? Voelt het zich veilig thuis? Pest uw kind om indruk op anderen te maken? Pest uw kind om bij de groep te willen horen? Bij het aanspreken van pestende kinderen proberen sommige pesters zich te rechtvaardigen met woorden als: "Hij doet zo raar". 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, geef dan uw kind daarvoor complimenten.

Tips

- Probeer een vriendelijke sfeer in huis te krijgen of te handhaven, waardoor een kind zich fijn voelt thuis.
- Geef het kind positieve aandacht en doe leuke dingen met hem of haar.
- Vraag waarvoor hij of zij pest en ga daar dieper op in. Sommige pesters maken dedenkfout, dat als je iemand niet mag, dat je hem dan mag pesten. Als de pester zich irriteert aan de gepeste, bespreek dat dan met de leerkracht.
- Goede sociale vaardigheden zijn nodig om te slagen in het leven. Lid worden van een teamsport of judo kan zinvol zijn voor het ontwikkelen van deze vaardigheden.
- Ga na of het kind genoeg zelfvertrouwen heeft, gekoppeld aan een goed zelfbeeld. Als het pesten niet stopt, is een sociale vaardigheidstraining zeer zinvol. Vraag ernaar bij de huisarts. Ook is het mogelijk om uw kind via school aan te melden voor sociale vaardigheidstraining. Hiervoor kunt u de leerkracht of het zorgteam benaderen.
- Ga na of uw kind goed in zijn / haar vel zit.
- Neem meer tijd om met uw kind over serieuze en minder serieuze zaken te praten.
- Geef structuur.
- 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.
- Stimuleer je kind om zelf na te denken over het probleem en de oplossing.
- Spreek met school af, dat u regelmatig contact met elkaar heeft, om na te gaan of zijn of haar gedrag beter wordt. Niet gepest? Fijn!

Bijlage 7a:

SMS en WhatsApp berichten opslaan

SMS berichten

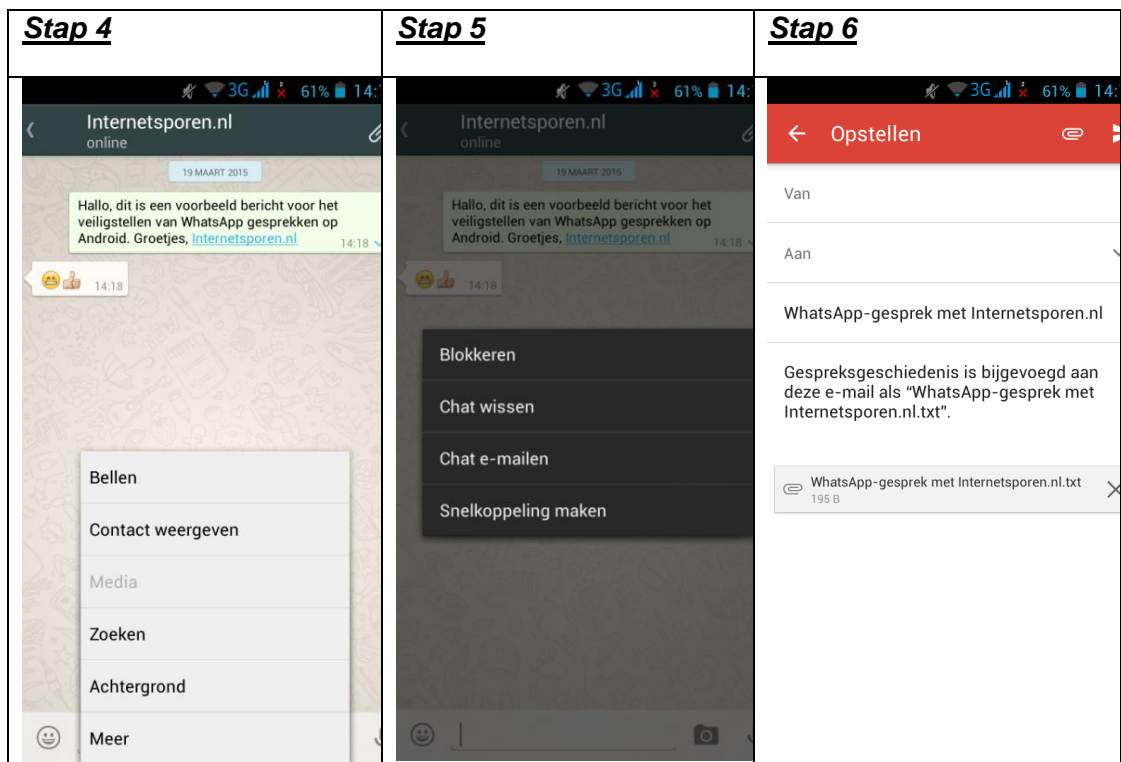
1. Zoek het bericht op dat opgeslagen moet worden. Zorg dat dit volledig in beeld staat.

2. Maak een screenshot. Een screenshot is een foto van het beeldscherm met wat daar op dat moment op wordt vertoond. De screenshot wordt opgeslagen als afbeelding. De meest voorkomende manier om een screenshot te maken is: de vergrendelknop en de homeknop een paar tellen samen in te drukken of de onderste volumeknop en de homeknop een paar tellen samen in te drukken. Als de berichten niet op één screenshot passen, maak dan meerdere screenshots.
3. Deze screenshots kunnen dan via een kabeltje op de computer worden gezet, op de e-mail worden gezet of zo worden getoond.

WhatsApp berichten

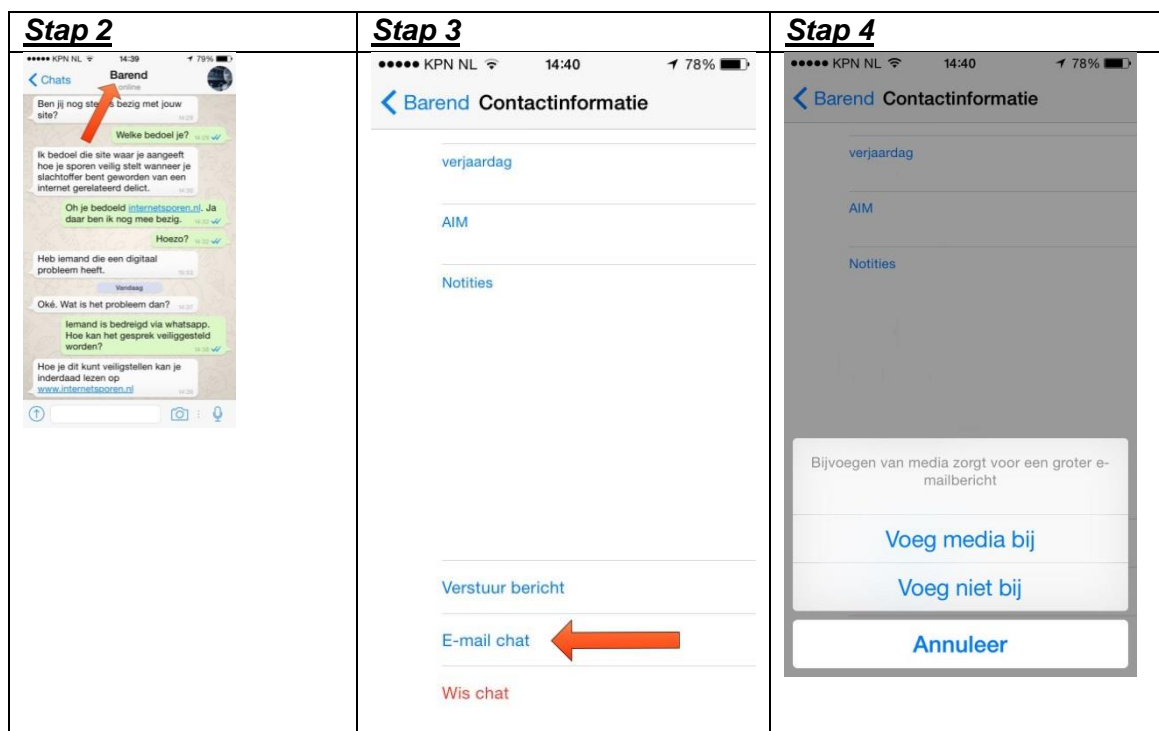
Android

1. Ga naar WhatsApp en open dit.
2. Klik op het gesprek dat u wilt veiligstellen.
3. Klik dan op de knop voor opties op uw telefoon.
4. In dit menu dat tevoorschijn komt, klikt u op 'Meer'.
5. Er komt een nieuw menu tevoorschijn, hier staat onder andere 'Chat e-mailen'. Klik hierop.
6. Kies welke e-mailapplicatie u wilt gebruiken en klik hierop. Stuur deze mail naar uzelf of een ander bekend e-mailadres en u kunt het gesprek openen uit de e-mail en opslaan. Of print deze en neem het mee. LET OP! Maak altijd ook schermafbeeldingen van de bewuste tekst omdat het bestand gemakkelijk te manipuleren is.



Apple

1. Ga naar WhatsApp. Open het bericht van het contact wat u wilt veiligstellen.
2. Klik op de naam van het contact(rode pijl).
3. Klik hier op 'E-mail chat'(rode pijl).
4. Klik dan op 'Voeg media bij'.
5. Uw e-mail zal geopend worden en het chatgesprek zal als document bijgevoegd zijn.



Bijlage 7b:
Opslaan van chatberichten

Facebook Chat

1. Open Facebook en log in. Klik dan op Facebook Chat.
2. Klik op het gesprek dat u wilt veiligstellen.

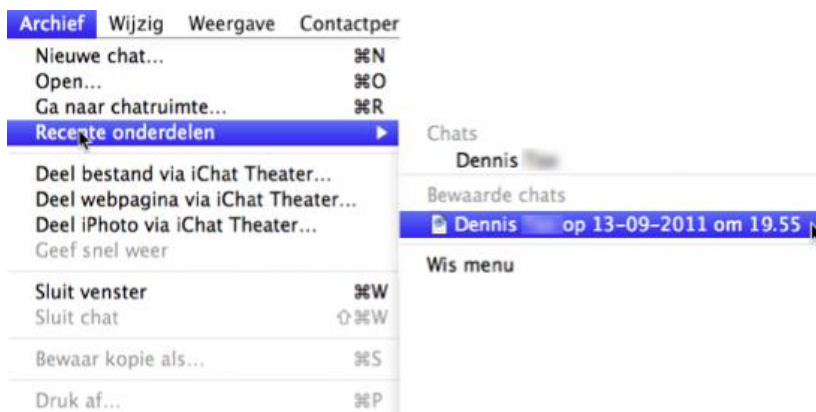
3. Selecteer met de muis de tekst die u wilt veiligstellen en kopieer dit (Ctrl + c), en plak dit in een tekstverwerker zoals Word of Kladblok (Ctrl + v).
4. Sla dit bestand op en neem dit mee.

Voor Apple:

1. Open Facebook en log in. Klik dan op Facebook Chat.
2. Klik op het gesprek dat u wilt veiligstellen.
3. Selecteer met de muis de tekst die u wilt veiligstellen en kopieer dit (Cmd + c), en plak dit in een tekstverwerker zoals Word of Kladblok (Cmd + v).
4. Sla dit bestand op en neem dit mee.

Berichten / iChat / iMessage

1. Start het programma Berichten.
2. Klik via het menu (Archief - Recente onderdelen) op de chat waarvan u de gegevens wilt veiligstellen. Deze chat zal vermoedelijk staan onder het menu 'Bewaarde chats'.



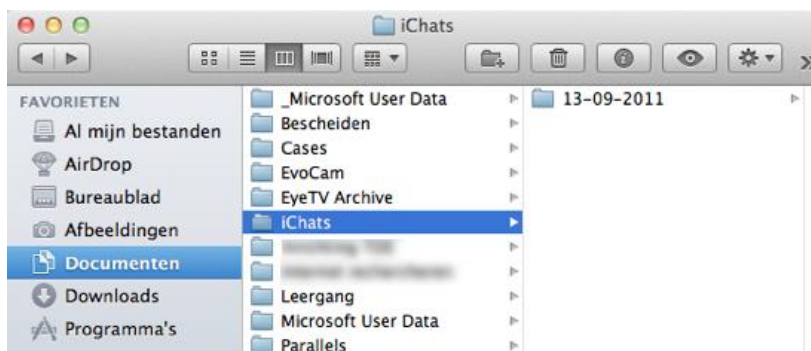
3. Wanneer u op de chat heeft geklikt wordt deze geopend.



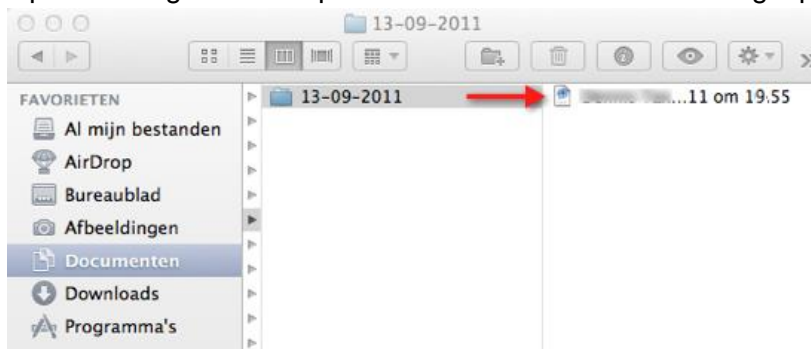
4. Gebruik vervolgens de toetscombinatie Cmd + p of klik in het menu onder 'Archief' op 'Druk af...' waardoor het afdrukscherm geopend wordt.



5. Klik vervolgens op 'Druk af' om de chat af te drukken. Via de knop 'Pdf' kunt u ook de chat opslaan als een .pdf document.
6. Wanneer het bedoelde chatbericht niet onder Recente onderdelen - Bewaarde chats staat, is er nog een mogelijkheid om deze op een andere wijze te vinden.
7. Ga binnen Finder naar Documenten - iChats.

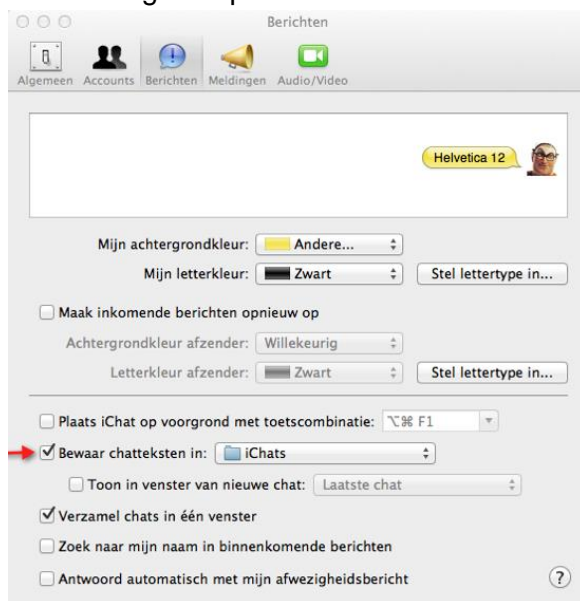


8. Open vervolgens de map met de datum van het bewuste gesprek.



9. Open vervolgens het bestand met de bewuste chat. De bewuste chat wordt nu geopend.
10. Klik vervolgens op 'Druk af' om de chat af te drukken. Via de knop 'PDF' kunt u ook de chat opslaan als een .pdf document.

11. Standaard worden chats van iChat niet bewaard. Om de chats te bewaren gaat u naar de 'Voorkeuren' van iChat. Deze zijn te vinden in de menubalk onder iChat.
12. Klik vervolgens op het tabblad 'Berichten'.



13. Vink het hokje aan dat voor 'Bewaar chatteksten in ...'. U kunt hier ook de map aangeven waar de chatberichten opgeslagen moeten worden. Standaard worden de berichten opgeslagen in de map iChat'.

Via de telefoon:

Vaak zit er in je telefoon ook een ingebouwde mogelijkheid om screenshots te maken.

Samsung: Druk de hometoets en powertoets tegelijkertijd in gedurende ongeveer drie seconden.

Motorola: Druk de powertoets lang in en selecteer screenshot maken in het menu.

LG: Houd de hometoets ingedrukt en druk tegelijk op de powertoets.

HTC, Huawei en Sony: Houd de volume-omlaag knop en powertoets tegelijkertijd ingedrukt.

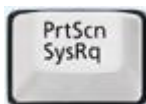
iOS: Druk de homeknop en de powerknop tegelijk in.

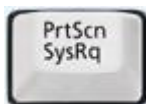
Windows Phone: Druk de Windows-knop en de powerknop gelijktijdig in.

Mochten deze opties niet werken, raadpleeg de handleiding van uw telefoon en laat het ons weten.

Via de computer:

Microsoft



1. Druk op:  Windows maakt een foto van het hele scherm en plaatst dit in het plakbord.
2. Daarna open je word op paint. Houd de ctrl-toets en v ingedrukt. De afbeelding is nu geplakt.

Mac book

Houd de cmd+shift+3: ingedrukt om een screenshot van je hele scherm te maken.

Bijlage 7d:

Sites voor ouders over pesten

1. Veilig internetten en digitaal pesten

- www.veiliginternetten.nl/themes/kinderen-online/
- www.computertotaal.nl/internet-thuis/15-tips-voor-kindveilig-internet-62375#Pvm4czMUcSAhW3Bg.97
- www.leren.nl/rubriek/computers_en_internet/internetten/veilig_internetten/
- www.stoppestennu.nl/digitaal-pesten-cyberpesten
- www.mijnkindonline.nl/publicaties/brochures/brochure-digitaal-pesten-nieuwe-versie
- www.veiliginternetten.nl/themes/kinderen-online/pesten/

2. Sites over pesten

- www.aandachtvoorpesten.nl/index.html
- www.pesten.nl
- www.kinderen.moed.nl/pesten/
- www.jouwhulpouline.nl/hulp-bij/pesten/?gclid=CJzZ68fprckCFdU_GwodoKQB7Q
- www.pestweb.nl