

<https://www.onderwijsinspectie.nl/onderwerpen/sociale-veiligheid>

Op de Branding willen wij dat elk kind zich veilig en gewaardeerd voelt.

We gaan uit van de volgende basisprincipes die ontleend zijn aan de Kanjertraining, de methode voor sociaal-emotionele ontwikkeling die wij door de hele school hanteren:

- We helpen elkaar.
- We zijn te vertrouwen.
- Niemand is zielig.
- Niemand speelt de baas.
- Niemand lacht uit.

Deze regels hebben wij aangepast met de volgende regels:

- Hou op is "stop!"
- In de school ben ik niet alleen, ik houd rekening met iedereen
- Iedereen is anders en mag er zijn. Wees aardig voor elkaar; dat is pas fijn.
- Een naam heeft iedereen; bedenk er dus niet nog één.
- Wat je zelf niet leuk vindt, doe je ook niet bij de ander.

Elke thema opening staat één regel centraal. Drie weken lang hangt deze regel door de hele school, op vaste plekken. (zie posters)

Wij realiseren dit op de volgende wijze:

- Leerkrachten zorgen voor een goed pedagogisch klimaat op school en in de groep.
- Leerkrachten werken aan een positieve groepsvorming, waarin met respect voor elkaars mogelijkheden en niet-mogelijkheden, samenwerking gestimuleerd wordt.
- Leerkrachten surveilleren actief op de speelplaats; dat betekent dat ze op tijd aanwezig zijn, daadwerkelijk ingrijpen en de gebeurtenis doorgeven aan de groepsleerkracht.
- Leerkrachten bespreken probleemgedrag in de groep en maken afspraken met de kinderen.

Ondanks al deze maatregelen kan het gebeuren dat pesten ook bij ons op school voorkomt.

Het is een probleem dat wij onder ogen zien en serieus willen aanpakken.

Wij doen dit met behulp van het volgende stappenplan:

- Elk signaal van pesten moet bij de leerkracht gemeld worden. Deze melding kan gedaan worden door ouders en/of leerlingen.
- Kinderen moeten weten dat "klikken" over pesten geen klikken is!
- De leerkracht neemt duidelijk stelling en wijst pesten af.
- De leerkracht voert met de groep een gesprek over het pestgedrag in zijn of haar groep.
- De leerkracht spreekt met de leerlingen nadere regels en omgangsvormen af.
- De leerkracht voert afzonderlijke gesprekken met zowel pester als gepeste.
- De leerkracht meldt dit telefonisch bij de ouders en geeft het ook door aan het team.

Doelstelling pestprotocol

Dit pestprotocol dient als middel om de volgende doelstellingen te bereiken:

- De leerkrachten kunnen het pestgedrag signaleren en onderkennen.
- Het pestprotocol vormt een plan van aanpak ten aanzien van:
 - Het voorkomen van pestgedrag
 - Het tijdig signaleren van pestgedrag
 - Het remediëren van pestgedrag
 - De samenwerking tussen ouders en school om pestgedrag te voorkomen en te remediëren.

Algemene informatie over pesten

Pesten en plagen, waar zit het verschil?

Er wordt onderscheid gemaakt in plagen en pesten.

Kinderen die elkaar plagen kunnen elkaar wel aan. Nu eens plaagt de een, dan weer de ander. Een geplaagd kind kan terugplagen. Na een tijdje maken ze het samen weer goed. Kinderen plagen elkaar ook voor de gein. Maar dat is “tricky”. Het type “Aap” uit de Kanjertraining heeft daar een handje van. En dan is de grens tussen plagen en pesten uitermate dun. Het gedrag van de Aap op dit vlak is zeer onbetrouwbaar. Een geintje gaat heel gemakkelijk over in grappenmakerij ten koste van degene die het mikpunt is. Tegen af en toe geplaagd worden, moet een kind kunnen. Er zijn best wel leuke plagerijtjes.

Bij pesten is het anders. Pesten is altijd gemeen. Als er wordt gepest, is het ene kind altijd sterker dan het andere. Het ene kind heeft grotere spierballen, een grotere mond, meer invloed. De één wint dus altijd en de andere is altijd de verliezer. De pestkop is in de meeste gevallen een lafaard. Het is geen kunst iemand dwars te zitten als je weet dat je het

toch gaat winnen. Sommige mensen kunnen het gewoon niet laten een ander een hak te zetten, zodra ze merken dat die minder alert is, minder gewiekst of zelfs afhankelijk.

Pesten gebeurt nooit zomaar een enkel keertje. Een kind dat wordt gepest is steeds het mikpunt. Pesten komt voor in het gezin, in de buurt of op school;

Het blijkt dat kinderen die zachtaardig zijn, niet van zich af kunnen bijten, toegankelijk zijn en/of vergevingsgezind, een grote kans lopen in een sociaal isolement terecht te komen.

Een andere oorzaak, waarover nauwelijks wordt gesproken is de intimidatie van de leerkracht. Leerkrachten kunnen kinderen behoorlijk sociaal klem zetten. Het is bovendien een moeilijk aan te pakken fenomeen.

De kern van de oorzaken ligt in het zelfbeeld van de kinderen en het beeld dat zij hebben van anderen. Wij onderscheiden hierin een viertal hoofdingelingen, zoals die ook in de kanjertraining worden gehanteerd: de Aap, de Tijger, het Konijn en de Pestvogel/Hork.

- Het type Konijn (in de kanjertraining het gedrag van een kind dat de gele pet op heeft) loopt de grootste kans te worden gepest.
- Het type Pestvogel (het gedrag van het kind dat de zwarte pet opheeft) is de grootste pester.
- Het Aapje (het gedrag van het kind dat de rode pet draagt) kan daaraan meedoen. Het aapje kan zelf ook gepest worden, maar omdat de aap zichzelf en de ander niet serieus neemt, raakt vervelende grappenmakerij dit type minder.
- De Pestvogel oefent macht uit, en weet dat te doen door te manipuleren/te bedreigen. De Tijger (gedrag dat wordt verbeeld met de witte pet) pest niet en wordt niet gepest.

Traditioneel pesten

Pesten heeft verschillende rollen. Zo heb je de pesters en het slachtoffers. Hieronder worden verschillende kenmerken beschreven van de rollen binnen het pesten.

Pester

Een pester is:

- vaak mondiger en/of lichamelijk sterker dan het slachtoffer.
- vaak behoorlijk agressief.
- staat positief tegenover geweld, heeft zichzelf niet zo in de hand.
- lijkt assertief.
- wil het middelpunt zijn en is vlug jaloers.
- Lijdt vaak aan een negatieve vorm van faalangst.
- Is vrij impulsief.
- Heeft een zwak inlevingsvermogen, is vooral met zichzelf bezig en houdt geen rekening met anderen.

Het slachtoffer

Een slachtoffer is:

- Een slachtoffer is vaak lichamelijk niet sterk.
- heeft vaak een negatief zelfbeeld.
- Is vaak niet sociaal weerbaar.
- Komt te weinig op voor zichzelf.
- Weet niet hoe hij met agressie van andere om moet gaan.
- Voelt zich vaker eenzaam dan andere kinderen.
- Is eerder in zichzelf gekeerd.
- Reageert niet op gepaste manier op druk: begint te huilen, of gedraagt zich slaaf, gaat klikken of vleien etc.

Cyberpesten

Cyberpesten, ook wel digitaal of elektronische pesten genoemd, houdt in dat de pester allerlei manieren zoekt om een ander te pesten, maar dan via digitale wegen, zoals internet en mobiele telefoon. Cyberpesten komt op steeds meer manieren voor: Uitschelden, stalken, treiteren en dergelijke, maar dan nu door middel van een chat, mailtje, whats-app, op profielen, een digitaal opgenomen en verstuurd filmpje of fotootje, een telefoongesprek en ga zo maar door.

Pesten en cyberpesten hebben één overeenkomst: het gebeurt meerdere malen, er komt psychische geweld aan te pas en het is intentioneel. Maar er zijn ook dergelijk verschillen tussen traditioneel pesten en cyberpesten. Zo ontbreekt bij het cyberpesten de non-verbale communicatie ten opzichte van het traditionele pesten. Dit maakt de interpretatie voor de ontvanger des te moeilijk waardoor

ook de kans op een misinterpretatie groter is. De dader is vaak onbekend. Daardoor wordt deze niet persoonlijk geconfronteerd met de wijze waarop het slachtoffer op de pesterijen reageert als ook met de sociale en psychische gevolgen van de pesterijen.

Deel 1: Aanpak van ruzie en pestgedrag in 4 stappen.

Wanneer leerlingen ruzie met elkaar hebben en/of elkaar pesten proberen zij en wij:

STAP 1:

Er eerst zelf (en samen) uit te komen.
Uitgangspunt op de Branding is de Kanjertraining.

STAP 2:

Op het moment dat een van de leerlingen er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) heeft deze het recht en de plicht het probleem aan de meester of juf voor te leggen.

STAP 3:

De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken aan de hand van de Kanjertraining.
Bij herhaling van pesterijen / ruzies tussen dezelfde leerlingen volgen sancties (zie bij consequenties).

STAP 4:

Bij herhaaldelijke ruzie/ pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest /ruzie maakt. De fases van bestraffen treden in werking (zie bij consequenties).
Ook wordt de naam van de ruziemaker / pester in de "Dit-kan-niet" map genoteerd. Bij iedere melding in de map omschrijft de leerkracht 'de toedracht'. Bij de derde melding in de map worden de ouders op de hoogte gebracht van het ruzie-pestgedrag. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing.

De leerkracht biedt altijd hulp aan de gepeste en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.
Het gedrag van de gepeste leerling wordt eveneens kritisch bekeken.
Zie tips voor ouders- Kanjertraining, bijlage 5

Deel 2: Consequenties.

- De leerkracht heeft het idee dat er sprake is van onderhuids pesten:

In zo'n geval stelt de leerkracht een algemeen probleem aan de orde om langs die weg bij het probleem in de klas te komen. Raadpleeg Kanjertraining

- De leerkracht ziet dat een leerling wordt gepest (of de gepeste of medeleerlingen komen het bij hem melden) En vervolgens leveren stap 1 tm 4 geen positief resultaat op voor de gepeste:

De leerkracht neemt duidelijk stelling in.

De straf is opgebouwd in 5 fases; afhankelijk hoelang de pester door blijft gaan met zijn/ haar pestgedrag en geen verbetering vertoont in zijn / haar gedrag:

NB: In alle fasen worden de ouders van de betreffende kinderen erbij betrokken.

FASE 1:

- ❖ Een of meerdere pauzes binnen blijven
- ❖ Nablijven tot alle kinderen naar huis vertrokken zijn
- ❖ Een schriftelijke opdracht zoals een stelopdracht over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem
- ❖ Door gesprek: bewustwording voor wat hij met het gepeste kind uithaalt
- ❖ Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komen aan het einde van iedere week (voor een periode) in een kort gesprek aan de orde.

FASE 2:

- ❖ Een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. De school heeft alle activiteiten schriftelijk vastgelegd in en heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.

FASE 3:

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

FASE 4:

- ❖ Bij aanhoudend pestgedrag kan ervoor gekozen worden om een leerling tijdelijk in een andere groep te plaatsen, binnen de school. Ook het (tijdelijk) plaatsen op een andere school behoort tot de mogelijkheden.

FASE 5:

In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden.

Bijlage 1: extra informatie over pesten
Bijlage 2: kenmerken van een gepest kind
Bijlage 3: pesten oorzaken
Bijlage 4: een tabel
Bijlage 5: tips voor thuis

Bijlage 1: extra informatie over pesten.

Er wordt onderscheid gemaakt in plagen en pesten.

Kinderen die elkaar plagen kunnen elkaar wel aan. Nu eens plaagt de een, dan weer de ander. Een geplaagd kind kan terugplagen. Na een tijdje maken ze het samen weer goed. Kinderen plagen elkaar ook voor de gein. Maar dat is tricky. Het type Aap uit de Kanjertraining heeft daar een handje van. En dan is de grens tussen plagen en pesten uitermate dun. Het gedrag van de Aap op dit vlak is zeer onbetrouwbaar. Een geintje gaat heel gemakkelijk over in grappenmakerij ten koste van degene die het mikpunt is. Maar goed: tegen af en toe geplaagd worden, moet een kind kunnen. Er zijn best wel leuke plagerijtjes.

Bij pesten is het anders. Pesten is altijd gemeen. Als er wordt gepest, is het ene kind altijd sterker dan het andere. Het ene kind heeft grotere spierballen, een grotere mond, meer invloed.

De een wint dus altijd en de andere is altijd de verliezer. De pestkop is in de meeste gevallen een lafaard. Het is geen kunst iemand dwars te zitten als je weet dat je het toch gaat winnen. Sommige mensen kunnen het gewoon niet laten een ander een hak te zetten, zodra ze merken dat die minder alert is, minder gewiekst of zelfs afhankelijk. Pesten gebeurt nooit zomaar een enkel keertje. Een kind dat wordt gepest is steeds het mikpunt. Pesten komt voor in het gezin, de buurt of op school, en wat uzelf betreft: ook op uw werk.

Het blijkt dat kinderen die zachtaardig zijn, niet van zich af kunnen bijten, toegeeflijk zijn en/of vergevingsgezind een grote kans lopen in een sociaal isolement terecht te komen. Een andere oorzaak, waarover nauwelijks wordt gesproken is de intimidatie van de leerkracht. Leerkrachten kunnen kinderen behoorlijk sociaal klem zetten. Het is bovendien een moeilijk aan te pakken fenomeen.

Een grote kans op pestproblematiek bestaat er als de school/de leerkracht veel nadruk legt op competitie, en als conflicten niet met overleg worden opgelost, maar met agressie.

De meeste van deze kinderen hebben (of krijgen als gevolg van pesten) weinig zelfvertrouwen en een negatief zelfbeeld. Zij uiten dit door zich terug te trekken en af te sluiten. Dit heeft tot gevolg dat deze kinderen in een negatieve spiraal terecht komen. Het zelfvertrouwen vermindert en de sociale vaardigheden gaan achteruit.

Er zijn ook provocerende slachtoffers te onderscheiden. Zij reageren als ze worden aangevallen, maar zijn daar niet doeltreffend in. Deze kinderen worden ook vaak door volwassenen niet aardig gevonden.

Voor meer informatie zie www.pestten.net, de vele boeken van B. van der Meer KPC 1980, KPC 1992

“Treiteren op school” D.Olweus College Uitgevers 1992

“Gedrags- en Werkhoudingsproblemen & Zorgverbreding” H.Janssens, SON
Eindhoven 1996

Bijlage 2: mogelijke kenmerken van gepest kind

- Claimgedrag
- Onecht
- Gedraagt zich raar blij
- Reageert erg agressief: “Als je aan mijn spullen komt dan sla ik je dood.”
- Doet overdreven
- Voldoet aan eisen pesters. (Klusjes doen, geld geven, snoep.)
- Is lievelingetje van de leerkracht. Als de leerkracht aardig is voor de leerling, gaat het de leerkracht 'helpen'.
- Reageert onzeker en denkt: wat moet die van mij, ze gaan me vast weer pesten.
- Voelt zich onzeker over de gedachte of hij/zij wel of niet gepest zal worden,
- Vertoont afwijkend gedrag
- Vertoont provocerend gedrag
- Heeft gebrek aan zelfvertrouwen
- Is depressief
- Worstelt met “zijnsvragen”. Ik wou dat ik dood was.
- Denkt: niemand begrijpt mij
- Denkt: ik vind mijzelf stom
- Ik voel mij hulpeloos
- Ik ben niet aardig
- Ik ben niet belangrijk
- Iedereen moet mij aardig vinden
- Denkt: mensen houden niet van mij
- Ik voel mij niet trots
- Met mijn eigen ouders kan ik moeilijk praten
- Niemand zal mij missen
- Ik ben niet te vertrouwen (De neiging om geen verantwoordelijkheid te nemen, maakt dit type kind onbetrouwbaar, en niet aanspreekbaar op eigen gedrag.)

Bijlage 3: Pesten OORZAKEN

De kanjertrainers hebben veel bijeenkomsten georganiseerd voor kinderen die sociaal klem zitten. Het pesten kan vanuit verschillende gezichtspunten worden benaderd.

Er is geen vinger te leggen op oorzaken. Is de school de oorzaak? Het kind zelf? De ouders?

Kinderen willen elkaar helemaal niet dwarszitten
Maar waarom rijden ze elkaar dan zo in de wielen?

De kern van de oorzaken ligt in het zelfbeeld van de kinderen en het beeld dat zij hebben van anderen. Wij onderscheiden hierin een viertal hoofdingelingen die wij typeren als de Aap, de Tijger, het Konijn en de Pestvogel/Hork.

Het type Konijn loopt de grootste kans te worden gepest. Het type Pestvogel is de grootste pester. Het Aapje kan daaraan meedoen. Het aapje wordt zelf ook gepest, maar omdat de aap zichzelf en de ander niet serieus neemt, raakt vervelende grappenmakerij dit type minder. De Pestvogel oefent macht uit, en weet dat te doen door te manipuleren/te bedreigen. De Tijger pest niet en wordt niet gepest.

Lees verder voor de omschrijving van de typen Aap, Pestvogel/Hork, Konijn en Tijger in de Achtergrondinformatie dat wordt uitgegeven door het Instituut voor Kanjertrainingen te Almere.

Veel kinderen vertellen ons: "Ik hoor er niet bij, niemand wil met mij spelen. Ik zit in een rot klas. Ze pesten mij ook af en toe!"

Nagenoeg altijd is het volgende aan de hand:

1. De klas bevat alleen maar vervelende en nare kinderen. De kans dat dit het geval is, is zeer klein, maar niet helemaal uit te sluiten. (Kans is 1%.)

2. In de klas zit een paar nare kinderen die de macht hebben gegrepen en manipuleren. In dit soort groepen heerst een "Wij-cultuur." De kinderen geven hun mening in de wij-vorm. "Wij vinden dit leuk en dat vervelend."

De manipulatie steekt voor het verlegen kind als volgt in elkaar: het verlegen kind durft gewoonlijk nauwelijks de eigen mening te zeggen. Dat is achterstandhobbel nr. 1. Vervolgens durft een verlegen kind niet tegen een groeps mening in te gaan. Dat is achterstandhobbel nr. 2.

Het verlegen kind heeft niet in de gaten dat de brutale enkeling de mening van de klas claimt. Dit is overigens ook iets waar ouders een handje van hebben. Je kent ongetwijfeld de ouder die niet op eigen initiatief en persoonlijke verantwoordelijkheid de mening geeft, maar komt met opmerkingen zoals: er zijn meer ouders die er zo over denken. Wij vinden het helemaal verkeerd gaan, wij ouders hebben hier eerder nooit iets over gehoord en dergelijke. De suggestie wordt gewekt dat u als aangesprokene niet te doen heeft met een

enkeling, maar dat je een groep ouders tegenover je hebt staan. Het doet zich vooral voor op ouderavonden. Er wordt door de zachteardige ouders niet direct tegengas gegeven, omdat die de truc niet door hebben, of niet alert genoeg reageren. De aanwezigen in de zaal krijgen zo het gevoel dat deze enkeling een grote waarheid verkondigt waar blijkbaar veel ouders achter staan. En doe daar maar eens iets tegen. Hetzelfde doet zich voor in de klas. Het verlegen kind blijft met het idee achter dat de groepsleden totaal anders denken dan hij of zij. En omdat verlegen kinderen niet of nauwelijks overleggen met andere kinderen, houden zij het misverstand, dat zij de enige zijn met een afwijkende mening en er dus niet bij horen.

De kans dat dit zich zo afspeelt in de klas is aanwezig, maar niet heel groot. Onze inschatting is dat zo'n 10% van de klassen min of meer last heeft van kinderen die de klassennorm claimen. Het is te verhelpen met een duidelijke, heldere leerkracht, die ieder kind tot zijn of haar recht laat komen. En dat onder andere doet door de kinderen in de ik-vorm te laten praten in plaats van in de wij-vorm.

3. Het kind veralgemeniseert. Het zegt: "Ik zit in een rotklas", maar het bedoelt: ik heb met een tweetal rotkinderen in de klas te maken. Het vervelende nu is, dat kinderen die roepen "ik hoor er niet bij", hun focus blijven richten op nare kinderen en niet zien welke kinderen er nog meer zitten in de klas. Waarom dat gebeurt, heeft verschillende redenen.

De belangrijkste zijn deze:

a. Het gepeste kind heeft last van minderwaardigheidsgevoelens. Dat betekent in de praktijk het volgende: een leerling die zegt: "Ik vind jou aardig," moet worden vermeden door mij. Want dan kan ik alleen nog maar tegenvallen; die neemt mij in de maling; die moet wat van mij. Want waarom zou iemand zeggen: "Ik vind je aardig?" Als iemand dat tegen mij zegt dan kent die mij toch niet? Of die vindt mij zielig en probeert mij te helpen.

b. Het gepeste kind heeft de misvatting dat iedereen aardig behoort te doen. Als iemand mijn niet aardig vindt, dan is die ander dus een pestkop, of ik doe iets verkeerd. Welnu, de situatie is dat een kind zegt: "Ik vind je niet aardig, ik vind je niks aan." Ik denk nu: ik word gepest, want iedereen moet mij aardig vinden. Maar de pestkop heeft wel gelijk. Die ziet tenminste hoe ik ben. Ik ben immers niks. Die draait er niet omheen zoals die anderen. Als ik nu met deze eerlijke leerling, die weliswaar pest, kan opschieten, dan ben ik op de goede weg. Dan hoor ik erbij. Bovendien, ik kan bij deze leerling alleen nog maar vooruit gaan. Want hij of zij heeft geen hoge pet van me op. Bij de kinderen die aardig tegen mij doen, kan ik alleen nog maar tegenvallen. Oh, wat wil ik graag spelen met de leerling die zegt: "Ik moet je niet, ik vind je stom."

Extra informatie voor de lezer

Afgewezen worden raakt een gevoelige emotie. Het blijkt dat een afwijzing in emotionele zin evenveel zeer doet als een gebroken been. Toch is het de kunst te leren omgaan met afwijzing. Niet iedereen vindt jou aardig, en dat hoort zo. Ga wat laconieker met afwijzingen om, hoe graag je het teleurstellende gevoel ook wilt opheffen door alsnog aanvaard te worden door degene die niks met je te maken wil hebben.

Bijlage 4: een tabel

Voor leerlingen die van mening zijn dat “ze er niet bij horen” in de klas, is het een idee een tabelletje te laten invullen.

Laat de leerling alle namen van de leerlingen uit de klas opschrijven (uit het hoofd!). Geef elk kind uit de klas een beoordeling. Vindt de leerling een ander kind aardig dan krijgt die een 8, 9 of 10. Middelmatig, dan een 6 of een 7. Niet zo aardig, dan een 4 of een 5. Vervelend een 1, 2 of 3. Vervolgens: welk cijfer zullen deze kinderen aan jou geven?

Mijn beoordeling Ik denk dat het andere kind mij dit cijfer geeft

Kind 1 8 7 kansje

Kind 2 8 7 kansje

Kind 3 5 8 Kans

Kind 4 7 7 Kans

Kind 5 7 8 Grote Kans

Kind 6 3 3 stoppen met omgang

Kind 7 1 1 stoppen met omgang

Kind 8 0 0 stoppen met omgang

Kind 9 7 6 kansje

Kind 10 3 3 stoppen met omgang

Kind 11 7 9 Grote Kans

Kind 12 3 3 stoppen met omgang

Kind 13 3 3 stoppen met omgang

Kind 14 7 7 Kans

Kind 15 3 3 stoppen met omgang

Vraag: hoeveel kinderen zitten er in je klas? Antwoord: 27

Vraag: je schrijft er maar 15 op. Waarom die andere 12 niet? Antwoord: Ik weet niet hoe die heten.

Vraag: hoe lang zit je in deze klas? Antwoord: 3 jaar.

Vraag: en je kent niet meer dan 15 kinderen bij naam? Antwoord: Ja.

Opmerking: je zegt dat niemand jou aardig vindt. Maar je geeft aan dat er best wel kinderen zijn die met je willen omgaan. Ik heb daar het woord kans of kansje achter gezet. Ik zie zelfs dat er twee kinderen in de klas zijn die graag met je willen spelen. Antwoord: Ja, maar kind 6, 7, 8, die zijn heel vervelend tegen mij. Die doen heel naar. En de meisjes kind 10, 12, 13 en 15 doen ook heel vervelend tegen mij. Die zeggen steeds dat ze niks met me te maken willen hebben. Ook roddelen ze over mij.

Vraag: Wat moet je dan doen denk je? Antwoord: ze moeten ermee stoppen. Ik durf nauwelijks nog naar school. Ze blijven maar doorgaan. En de leerkracht doet er ook niks aan.

Vraag: kun je niet uit hun buurt blijven? Antwoord: ja dat wel, maar dan blijven ze toch doorgaan. En het moet stoppen vind ik.

Opdracht: Je bemoeit je niet meer met kind 6, 7, 8, 10, 12, 13 en 15. Je laat ze kletsen. Je bemoeit je wel met kind 3, 4, 5, 11, en 14. Je vertelt mij de volgende week wat je met één van deze kinderen hebt gedaan. De kinderen 1, 2 en 9 laat jij met rust. Jij wilt namelijk liever met deze kinderen spelen dan zij met jou.

Reactie: maar kind 3 vind ik stom. Die is gewoon stom.

Reflectie: Oh, dus jij mag kinderen wel stom vinden. Wat voor tip heb jij voor dit stomme kind? Moet die zich met jou blijven bemoeien?

Antwoord: nee, mijn tip zou zijn: bemoei je met je eigen zaken.

Reflectie: doe jij dat dan als eerste. Je bemoeit je niet meer met kinderen die niks met je te maken willen hebben. Want die denken waarschijnlijk op dezelfde manier over jou zoals jij over kind 3 denkt.

Je vertelt me bovendien wat je te weten bent gekomen van de kinderen die niet op je lijstje staan. Dat zijn kind 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26 en 27. Je vertelt mij wat je van een van deze kinderen bent te weten gekomen. Elke week vertel jij mij in het kort iets over een van deze kinderen, totdat je elk kind dat hier niet op het lijstje staat met mij hebt besproken.

Deze opdracht leidt ertoe dat de focus verandert en dat de leerling onverwachte contacten opbouwt, als het zich van de kinderen weet los te maken waarmee het niet klikt.

Wat kunt u doen om pesten te voorkomen?

1. STEUN UW KIND

Vertel dat:

- Pesten op scholen veel voorkomt
- het heel erg is, maar dat het is te stoppen
- er veel oplossingen zijn
- geef informatie. Waarom pesten sommige kinderen wel en anderen niet? Waarom ziet de leraar het vaak niet? Lok ik het niet zelf uit? Waarom doet de rest van de klas niks

2. LAAT UW KIND BOEKEN OVER PESTEN LEZEN

Een overzichtslijst van boeken die betrekking hebben op pesten is te verkrijgen bij de openbare bibliotheek. Bij jonge kinderen kunt u ze voorlezen.

Een goed leesboek voor oudere kinderen (eind basis- en begin voortgezet onderwijs is Tirannen - Aidan Chambers). Als het kind het boek heeft gelezen, dan is er voldoende gesprekstof. U kunt de in het boek aangedragen oplossingen bespreken, of bekijken welke andere oplossingen voor de eigen problemen te bedenken zijn.

3. BELOON UW KIND.

Kinderen die lang de rol van zondebok hebben vervuld, zijn uiterst onzekere kinderen. Zij hebben een laag beeld van zichzelf. Help uw kind zelfrespect terug te krijgen.

- Geef zakgeld en laat uw kind zelf bepalen waar het een gedeelte van het bedrag aan wil besteden. Bedenk dat sommige pesters geld afpersen in ruil voor veiligheid. Enige vorm van controle zult u daarom moeten uitoefenen.
- Geef inspraak bij het kopen van kleding. Uw kind kan dan zelf de consequenties van de eigen keuzen aanvaarden.

4. FAMILIERAAD

Doel: leren voor jezelf op te komen binnen het gezin.

Hoe: ieder gezinslid is gerechtigd een familieraad bijeen te roepen over ongeacht welk onderwerp:

Het onderwerp wordt voorgelegd en ieder gezinslid mag zijn zegje doen. Als dit heeft plaatsgevonden, dan wordt gezocht naar een vergelijk. Het is dan wel van belang dat ouders hun kinderen "successen" laten behalen en niet bepalen wat wel en niet is geoorloofd.

Op deze manier leert u kinderen voor zichzelf op te komen en aan elkaar te vertellen wat hen dwarszit of grieft, of waardoor zij zich gekwetst voelen.

ONDERWERPEN VOOR DE FAMILIERAAD

- Iedereen laat zijn spullen slingeren
- Een persoon is de hele dag bezig de rommel van anderen op te ruimen
- Het gebruik van de televisie in huis.
- Er is te veel ruzie in huis
- Andere omgangsnormen
- Uitgaan
- Vakantiebestemming
- Familiebezoek

Tip: Laat uw kind nadenken over de vraag welke momenten van de dag voor uzelf leuk zijn geweest. Denk op uw beurt na over de vraag welke moment voor uw kind fijn waren.

5. STIMULEER UW KIND AAN EEN SPORT TE DOEN.

Leuk, maar.. helaas is ons kind zojuist van een teamsport afgegaan vanwege dat getreiter.

Of: mijn kind is motorisch niet handig. Goed aan een balspel deelnemen kan mijn kind niet.

Maar toch...: kijk naar mogelijkheden die uw kind heeft om in een spel met anderen uit te blinken. Dit is goed voor het zelfbeeld of zelfrespect van uw kind. Vooral voor kinderen in de leeftijd van 10 tot 15 jaar is sport zeer belangrijk. Daarna worden andere interesses belangrijk. Judo is een sport die zowel voor zondebokken als pesters goed is. Het heeft echter pas een positief effect als het wordt gegeven door een leraar die zicht heeft op de behoefte van een zondebok.

Is uw kind motorisch minder vaardig, dan kunt u de leraar lichamelijke opvoeding inschakelen. Sommigen van hen geven motorische remedial teaching. Anderen besteden extra aandacht aan motorisch zwakke leerlingen.

6. HOUD DE COMMUNICATIE OPEN

Kinderen die zondebok zijn, zijn vaak gesloten.

Daar zijn verschillende redenen voor:

- de pesters dreigen hard te zullen optreden als uw kind er met iemand over praat.
- uw kind durft niet te erkennen dat het wordt gepest.
- uw kind is bang dat het ook door u op de huid wordt gezeten.
- uw kind is bang dat u teleurgesteld bent in hem/haar.
- uw kind is bang dat u onzorgvuldige stappen gaat ondernemen.
- uw kind wil u beschermen.

Overleg met uw kind welke stappen u gaat ondernemen. Uw kind moet het daar mee eens zijn. Anders bereikt u dat uw kind zich onbegrepen voelt door, of zich zelfs slachtoffer voelt van uw dadendrang. Uw kind moet greep krijgen/houden op de eigen omstandigheden. En als u overleg wilt plegen met leerkrachten of andere belangrijke personen van uw kind, dan bespreekt u eerst met uw kind wat u van plan bent.

7. LAAT UW KIND DEELNEMEN AAN EEN KANJERTRAINING. www.kanjertraining.nl

8. LAAT UW KIND OPSCHRIJVEN WAT HET HEEFT MEEGEMAAKT.

Op deze wijze kan het kind:

- gevoelens en situaties onder woorden brengen
- van zich afschrijven

BIJ HET SCHRIJVEN KUNNEN HEFTIGE GEVOELENS VRIJKOMEN. Gevoelens die het kind niet goed kan hanteren. Het is daarom zaak dat u als ouder uw kind bijstaat. U helpt uw kind gevoelens te uiten en u troost uw kind.

9.ACCEPTEER DE SITUATIE NIET.

Doe eerst een poging met de ouders van de "pester" te praten. Doe dat niet in verwijtende zin en zeker niet op het moment dat u woedend bent of geraakt. Want dan komen er rap onredelijkheden naar boven. Denk dus goed na. Emoties hebben snel de overhand. Overleg met anderen wat u kunt doen om in positieve zin het pesten op te lossen. Dus geen overleg met het doel de pester weg te pesten, want dat is geen structurele oplossing. Zoek hierin medestanders, zorg dat u op deze manier een sterke positie inneemt. Het kan zinvol zijn dat u voor de aanpak van het pestproblematiek moet

gaan "netwerken" in de buurt, op school of bij ouders van een club. Een sociaal probleem kunt u in uw uppie niet oplossen.

10. BESPREEK MET UW KIND DE VOLGENDE OPLOSSINGEN

Lach erom, of laat getreiter langs je heen gaan. Onthoudt dat pestkoppen dom zijn. Ze hebben jouw angstige reactie nodig om zich beter te voelen. Humor en stilte kunnen ervoor zorgen dat ze in hun eigen sop gaar koken. Je moet het wel vol kunnen houden, want in het begin zullen ze je zeker uitproberen. Maar uiteindelijk is de kans groot dat ze je met rust laten.

Bespreek de kreet: "Donder op met je gezeur!" Het moet kwaad worden gezegd, en je moet direct weglopen. Oefen het in de spiegel.

Als de groep je treitert, kijk dan de zwakste in de ogen en zeg: dit is niet leuk en loop dan weg.

Blijf in de buurt van andere kinderen. Pestkoppen hebben het voorzien op kinderen die alleen staan.

OUDERS VAN GEPESTE KINDEREN MOETEN WETEN DAT:

zij niet als zeurpieten worden beschouwd als zij aan de bel trekken

- dat hun klacht geen negatieve gevolgen heeft voor hun kind
- wat er in de klas met hun kind gebeurt, zowel in preventieve als in de curatieve (m.b.t. aanpak) sfeer.

EEN SCHOOL HEEFT BELEID in praktisch en theoretische zin. U wordt daarover actief geïnformeerd:

- in een brochure over de school
- in werving en selectie van personeel expliciet wordt nagegaan of de nieuwe collega enig zicht heeft op problematiek dat met pesten heeft te maken.
- het team zet alle zeilen bij (bijscholing, studiedagen) om het pestproblematiek gezamenlijk aan te pakken.
- gepeste kinderen verlaten de school niet in de hoop op een andere school beter terecht te komen en ook de pesters zijn niet genoodzaakt de biezen te pakken.
- Vraag of er is een plan van aanpak is. Dit plan van aanpak maakt deel uit van het schoolwerkplan.
- actieve ouders op school, ouders die zitting hebben in de ouderraad, ouders die deel uitmaken van de MedezeggenschapsRaad (MR) zien pestproblematiek als belangrijk aandachtspunt. En denken daar in termen van preventie over na.

Overwegingen van een ouder:

naar een andere school?

Nee, want:

- het is een nederlaag
- het problematiek wordt verplaatst

Ja, want:

- er zijn klassen waarin niet wordt gepest
- het pesten kan zo erg zijn, dat er geen andere keus meer is

Twijfel want:

- mijn kind is zo onzeker geworden, dat zelfs in een nieuwe en goede situatie hij/zij opnieuw een gemakkelijk doelwit kan worden.

Als u iets wilt doen als ouder, dan is het verstandig niet op eigen houtje aan het werk te gaan. U hebt anderen nodig om een pestproblematiek uit de wereld te helpen. Bedenk dat u actief moet nadenken over positieve oplossingen. De pester terugpesten (te onderscheiden van zelfverdediging) is een begrijpelijke emotionele reactie, maar zal structureel niets oplossen. Breng het onder de aandacht van verschillende mensen op school.

- ❖ de medezeggenschapsraad
- ❖ het bestuur
- ❖ de in- of externe vertrouwenspersoon
- ❖ de klassenleraar
- ❖ maatschappelijk werker als die op school aanwezig is.
- ❖ klassenleraar
- ❖ directeur