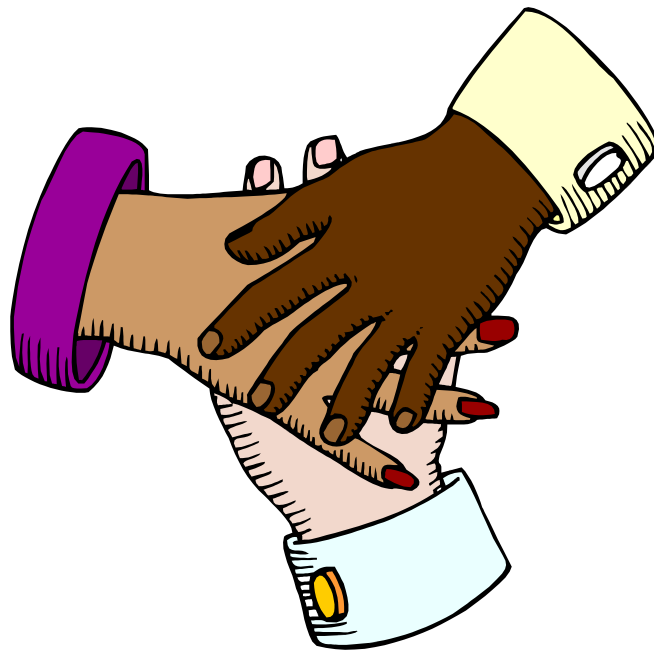


Protocol tegen pesten



Inhoud pestprotocol.

Plagen of pesten	1
Hoe pesten werkt: 3 groepen	2
Hoe kinderen pesten	3
Digitaal pesten	4
De basisschool	5
Voorkomen en bestrijden van pesten	6
De vijfsporenaanpak	7
Protocol tegen pesten op CB de Oliebron	8
Nationaal onderwijsprotocol	9
Wordt uw kind gepest	10

Bijlagen:

1. Pesttest

1. Plagen of pesten

Iemand van zijn fiets trekken: dat kan plagen zijn. Maar ook pesten. Het is plagen als de kinderen aan elkaar gewaagd zijn: de ene keer doet de een iets onaardigs, een volgende keer is het de ander. Het is een spelletje, niet altijd leuk, maar nooit echt bedreigend. Door elkaar te plagen leren kinderen om met conflicten om te gaan. Het hoort bij het groot worden.

Pesten is wel bedreigend. En het gebeurt niet zomaar een keer, maar iedere dag weer, soms een jaar of langer achter elkaar.

Bij pesten wordt een slachtoffer uitgezocht om er de baas over te spelen op een heel bedreigende manier. De pestkop misbruikt zijn macht: het slachtoffer wordt geslagen, uitgescholden, vernederd, gekleineerd.

Vaak is er een groepje kinderen dat meedoet met de pestkop, dit zijn de meelopers. Naast deze openlijke vormen van pesten komen ook vormen van pesten voor die niet zichtbaar zijn.

Bijvoorbeeld als een kind altijd wordt buitengesloten, nooit ergens aan mee mag doen, op geen enkel feestje wordt uitgenodigd.

2. Hoe pesten werkt

Bij pesten zijn drie rollen te onderscheiden.

A. Er zijn kinderen die andere kinderen pesten.

B. Er zijn kinderen die gepest worden.

C. Er zijn kinderen die niet direct bij het pesten betrokken zijn.

Kinderen beginnen met pesten om allerlei redenen. Het kan zijn dat ze indruk willen maken op andere kinderen, het kan ook zijn dat ze niet weten hoe ze op een positieve manier contact kunnen leggen. Pesten kan beginnen als een spelletje, als iets dat leuk is om te doen. Het gepeste kind voelt zich erg ongemakkelijk door het pesten. Het lukt haar of hem niet om terug te plagen, een grapje te maken of onverschillig te blijven. Het kind reageert angstig en gaat soms huilen.

Het pestende kind merkt dat het succes heeft en dat smaakt naar meer. Bewonderd door andere kinderen gaat zij of hij door met uitschelden, afpakken of schoppen. Door het pesten versterkt het kind zijn of haar plaats in de klas of het vriendengroepje. Na een tijdje wordt het een gewoonte om het slachtoffer te pesten zodra de gelegenheid zich voordoet.

Meestal hebben de pestende kinderen niet in de gaten hoe afschuwelijk het pesten is voor het gepeste kind. Terwijl het gepeste kind vreselijk bang is voor de pauze of niet op straat durft te gaan, ziet de pester het nog steeds als een lolletje.

Ook kinderen die niet direct bij het pesten zijn betrokken, spelen een rol. Doordat zij de gepeste kinderen niet steunen of de pester stoppen, kunnen de pesters vrijelijk hun gang gaan. Vaak versterken zij het succes van de pestende kinderen door op een afstandje toe te kijken en te lachen om wat er gebeurt.

Pesten heeft veel te maken met de verhoudingen binnen een groep. Daarom is het niet eenvoudig om er een eind aan te maken. Als de leerkracht schelden verbiedt, zoeken de kinderen andere manieren en andere momenten om te pesten.

Aanpakken van het pestprobleem betekent meer dan verbieden alleen. Kinderen moeten leren om met elkaar om te gaan zonder de ander wezenlijk te kwetsen. Volwassenen (leerkrachten, begeleiders van clubs, ouders) kunnen hen daarbij helpen, bijvoorbeeld door samen met de kinderen oplossingen te zoeken en door duidelijke grenzen te trekken.

Het grote zwijgen

Pesten is een groot probleem voor kinderen, vooral voor de kinderen die zelf worden gepest. Toch beginnen veel kinderen er thuis niet over.

Een kind dat wordt gepest, schaamt zich daar vaak voor. Het wil zijn ouders niet teleurstellen. Een gepest kind is geen populair kind en dat hadden haar/zijn vader en moeder wél graag gewild. Dat voelt een kind haarscherp aan. Het kan ook zijn dat een kind thuis niets zegt, omdat het pestprobleem onoplosbaar lijkt. Het is misschien bang dat het probleem juist groter wordt. Stel je voor: je vader of moeder zou wel eens contact op kunnen nemen met de ouders van de pestkop of met de leerkracht op school! Misschien brengt de leerkracht in de klas het probleem ter sprake, dan weten de klasgenoten dat er 'geklikt' is. De pesterijen worden dan misschien juist erger.

Ook kinderen die zelf pesten zullen thuis niet gemakkelijk over het pesten praten. Zij kunnen er alleen over beginnen als ze zich bewust zijn van hun gedrag en van de ernstige gevolgen daarvan. Pesters weten vaak zelf niet waarom ze iemand pesten. Ook dringt het niet tot ze door hoe erg hun gepest voor het slachtoffer is: 'ze lokte het toch zelf uit, wie loopt er nou nog met zo'n stomme schooltas?' is hun redenering.

Daarnaast willen veel pestende kinderen de machtspositie die ze door het pesten verkrijgen niet verliezen.

Toch is het niet waar dat pesters nooit willen dat een volwassene het probleem aanpakt. Misschien willen ze wel anders omgaan met andere kinderen, maar hoe moet dat dan?

De meeste kinderen houden zich het liefst afzijdig als er wordt gepest. Als ze het zouden opnemen voor het slachtoffer, lopen ze de kans zelf gepest te worden. En iedere dag zien ze hoe erg dat is. Veel kinderen voelen zich schuldig dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of een volwassene te hulp roepen.

Er zijn ook kinderen die absoluut niet in de gaten hebben dat er gepest wordt. Ze zien misschien wel iets gebeuren, maar kunnen de ernst van de situatie niet inschatten.

De gepeste kinderen

Sommige kinderen hebben meer kans om gepest te worden dan andere kinderen. Dat kan met hun uiterlijk samenhangen, maar veel vaker heeft het te maken met hun gedrag, hun gevoelens en de manier waarop ze zich uiten. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.

Kinderen die gepest worden doen vaak andere dingen dan de meeste leeftijdgenoten in hun omgeving. Ze zijn lid van een actiegroep en niet van een hobbyclub (of andersom) Ze spelen accordeon en geen viool (of andersom) Ze zijn majorette en zitten niet op ballet (of andersom). Hun ouders zijn gewoon getrouwd en niet gescheiden (of andersom) Ze zijn goed in rekenen of juist niet. Aanleidingen genoeg om door anderen gepest te worden als die andere kinderen daar kans voor krijgen.

Veel kinderen die worden gepest hebben moeite om zichzelf te verdedigen. Ze voelen zich machteloos tegenover de pestkoppen. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep, ze durven niks te zeggen omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden. Deze angst en onzekerheid worden versterkt door het pesten.

Pesters hebben snel in de gaten welke kinderen gemakkelijk aan het huilen te brengen zijn.

Gepeste kinderen voelen zich vaak eenzaam, hebben geen vrienden om op straat te spelen, geen vast clubje in de klas. Soms kunnen ze beter met volwassenen opschieten dan met leeftijdgenoten.

Jongens die worden gepest horen meestal niet tot de sterksten van de groep. Ze zijn vaak onhandig in spel en sport.

De pesters

Kinderen die pesten zijn vaak de sterksten uit de groep. Ze gedragen zich agressiever en reageren eerder met geweld dan andere kinderen. Meestal doen ze ook agressief ten opzichte van volwassenen: de trainer, leerkracht of hun ouders.

Pesters lijken populair in een groep, maar zijn het uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door te laten zien hoe sterk ze zijn en wat ze allemaal durven.

Via pesten lukt ze dat het makkelijkst: ze krijgen andere kinderen mee bij het te pakken nemen van een slachtoffer. En wie mee doet, loopt minder kans zelf slachtoffer te worden. Pesters komen vaak heel zelfverzekerd over. Ze nemen het initiatief om de regels te overtreden, verzinnen hoe ze andere kinderen en volwassenen dwars kunnen zitten. Ze zijn er vaak goed in zichzelf 'uit de problemen te praten'. Doorgaans voelen ze zich niet schuldig dat ze pesten, vooral als ze met een groepje zijn. Het slachtoffer zien ze als een stommeling die 'erom vraagt gepest te worden'. Soms is een pestkop een kind dat in een andere situatie zelf gepest werd. Om te voorkomen weer het mikpunt van pesten te worden, kan een kind zich bijvoorbeeld in de zwemclub of op een andere school agressief gaan opstellen.

Er lijken meer pestende jongens dan meisjes te zijn, maar waarschijnlijk is dat maar schijn.

Meisjes pesten vaker op een subtiele manier. Ze pesten meer met woorden, maken geniepige opmerkingen of sluiten andere kinderen buiten. Waarschijnlijk wordt er door meisjes ook meer in kleine groepjes gepest. Uit onderzoek is minder bekend van pestende meisjes dan van jongens.

Een pestend kind dat zijn gang kan gaan, leert dat pesten de enige manier is om je in een groep te handhaven. Het leert niet om zijn agressie op een andere manier te uiten. Pesters kunnen lang last ondervinden van hun agressieve gedrag ten opzichte van anderen. Ze hebben bijvoorbeeld vaak moeite om vrienden te maken of te houden. Het tegengaan van pesten is daarom niet alleen van belang voor de slachtoffers. Het is ook goed voor de pesters, om hun kansen op normale ontwikkeling zo groot mogelijk te maken.

Meelopers en de andere kinderen

De meeste kinderen zijn niet direct betrokken bij pesten. Sommigen kijken alleen toe, anderen doen af en toe mee. Dit zijn de meelopers. Er zijn kinderen die niet merken dat er gepest wordt of ze willen het niet weten.

Meelopers zijn vaak bang om zelf slachtoffer te worden. Het kan ook zijn dat ze stoer gedrag interessant vinden en denken daardoor populair in een groep te worden. Meisjes doen nogal eens mee met pesten om een vriendin te kunnen houden.

Doordat deze kinderen mee pesten met een groep voelen ze zich niet zo erg verantwoordelijk voor wat er met pesten wordt aangericht.

Hoewel deze kinderen geen actieve rol spelen bij het pesten, zijn zij medebepalend voor het voortduren van het pesten. De pestende kinderen voelen zich gesterkt door de instemming van de toeschouwers. Als andere kinderen het gepeste kind te hulp komen of tegen de pester zeggen dat hij moet ophouden, verandert de situatie aanzienlijk. Het pesten wordt dan minder vanzelfsprekend.

Het helpt als kinderen die minder betrokken zijn bij het pesten zelf, de leerkracht inlichten.

Ook de ouders kunnen een belangrijke rol spelen. Ouders van kinderen die gepest worden en die dit probleem met de school of op de club willen bespreken, zij emotioneel bij het onderwerp betrokken. Ouders van kinderen die niet direct bij het pesten zijn betrokken kunnen meer afstand nemen. Daardoor zijn ze beter in staat om duidelijk te maken dat er iets aan het pesten gedaan moet worden. Dit is ook in het belang van hun eigen kind. Als er in de omgeving van een kind gepest wordt, heeft het kind zelf ook last van een onveilige, onprettige sfeer in de groep of de klas. Vaak vinden de kinderen het heel vervelend dat er wordt gepest op school, maar willen ze ook niet als enige voor het gepeste kind opkomen. Ouders kunnen hun kinderen dan adviseren om er met vriendjes of vriendinnetjes over te praten. Misschien durven ze samen iets te ondernemen naar de pesters of de leerkracht.

3. Hoe kinderen pesten

Met woorden

- Vernederen: Hou jij onze handschoenen maar even vast, dat is toch het enige dat jij kunt.
- Schelden: Viezerik, vuurtoren, schele.
- Dreigen: Je vertelt het niet aan de meester, want dan pakken we je straks.
- Belachelijk maken, uitlachen
- Kinderen niet bij hun eigen naam noemen maar altijd bij een bijnaam.
- Gemene briefjes schrijven

Lichamelijk

- Trekken aan kleding, duwen, sjorren.
- Schoppen en slaan.
- Krabben, bijten en haren trekken.
- Met wapens: messen, stokken.

Door achtervolging, enz.

- Achterna lopen, opjagen
- In de val laten lopen, klem zetten
- Opsluiten

Door uitsluiting

- Doodzwijgen: niet reageren op wat het kind doet of zegt, niet tegen hem/haar praten.
- Uitsluiten: het kind mag niet meedoen met spelletjes, niet meelopen naar huis, niet komen op een verjaardag.

Door stelen of vernielen van bezittingen

- Afpakken van kledingstukken en andere spullen
- Beschadigen van spullen: kliederen op boeken, schoppen en gooien met een schooltas, banden lek steken.

Door afpersing

- Dwingen om geld of spullen af te geven.
- Dwingen om iets voor de pesters te doen: geld of snoep meenemen, een klus opknappen.

4. Digitaal pesten

Waarom is er zoveel aandacht voor digitaal pesten?

Digitaal pesten is het pesten van deze tijd. De pesters weten vaak te verbazen met nieuwe, inventieve manieren om moderne media te gebruiken voor hun pestacties. Digitaal pesten wordt soms gezien als modeverschijnsel dat er op het internet 'nu eenmaal bij hoort'. Digitaal pesten is echter niets meer en niets minder dan het aloude pesten in een nieuw jasje. De gevolgen kunnen bovendien lastiger te bestrijden zijn. Denk daarbij maar aan een op internet geplaatste foto, die nog jarenlang, overal ter wereld, kan worden bekeken.

Wat zijn de meest voorkomende vormen van digitaal pesten?

Versturen van anonieme mailtjes, schelden of dreigen via sociaal media en plaatsen op internet van foto's of privé gegevens van een ander.

Hoe kun je digitaal pesten aanpakken?

Breng het pesten in kaart, bijvoorbeeld met behulp van de <https://www.posicom.nl/pesttest/>. Geef vorm aan schoolbeleid dat ook digitaal pesten actief terugdringt en de sociale veiligheid bevordert. Spreek op school duidelijke regels met elkaar af, geef leerlingen goede begeleiding bij het gebruik van sociaal media en besteed in de lessen uitgebreid en structureel aandacht aan veilig internetgedrag. Bespreek het digitaal pesten als verschijningsvorm, van pesten in het algemeen, betrek hierbij het schoolbeleid en bespreek met elkaar de consequenties van pestgedrag voor alle betrokkenen. Zorg dat leerkrachten digitaal én traditioneel pesten herkennen en dat zij hierop adequaat kunnen reageren. Werk waar mogelijk samen met ouders en leerlingen om het (digitaal) pesten terug te dringen.

Is digitaal pesten even erg als 'gewoon' pesten?

Het is moeilijk om aan te geven of het een erger of minder erg is dan het ander. Dat is sterk afhankelijk van de situatie en de wijze waarop het slachtoffer de pesterijen ervaart. Het is wel bekend dat door het gebrek aan direct contact de drempel om agressieve en harde taal te gebruiken voor digitale pesters lager ligt. De pester ziet immers niet hoe het pesten bij het slachtoffer aankomt. Het vaak anonieme en ongrijpbare karakter van deze pestvormen maakt dat de slachtoffers niet kunnen reageren. Bovendien gaat digitaal pesten buiten schooltijd vaak gewoon door, via de computer thuis of de mobiele telefoon. Digitaal pesten pleegt daarmee een enorme inbreuk op de privacy van het slachtoffer dat het gevoel kan krijgen nergens meer veilig te zijn. Als het slachtoffer bovendien weinig steun krijgt van volwassenen voelt het zich helemaal in de kou staan.

Een interessante link t.a.v. digitaal pesten.

https://www.kennisnet.nl/app/uploads/kennisnet/publicatie/Digitaal_Pesten.pdf

5. De basisschool

Pesten komt het meest voor op school.

Daardoor werk het beste als de school het pestprobleem signaleert en er iets aan doet. Het allerbelangrijkste wat de school kan doen is het pesten zoveel mogelijk voorkomen. Elke juf of meester kan ervoor zorgen dat haar of zijn klas een veilige en prettige plek is. Belangrijk is daarbij het voorbeeld dat de leerkracht zelf geeft. Een leerkracht die de kinderen laat uitpraten, naar ze luistert, er niet bij voorbaat van uitgaat dat hij/zij zelf gelijk heeft en die de leerlingen complimenten geeft, krijgt ongemerkt navolging: goed voorbeeld doet goed volgen. Ook is het belangrijk als de leerkracht een duidelijke houding heeft bij conflicten tussen de kinderen onderling. Om sociale vaardigheden te verwerven moeten de kinderen in eerste instantie proberen zelf hun onderlinge problemen op te lossen. De leerkracht laat dan merken dat zij/hij vertrouwen heeft in de kinderen. Als de kinderen er onderling niet uitkomen of als bepaalde kinderen het onderspit delven, moet de leerkracht de leerlingen helpen bij het zoeken naar een oplossing. Ook moet zij/hij de signalen van gepeste kinderen kunnen herkennen en daar op reageren. Het is belangrijk dat de leerkracht de klas tot een eenheid smeedt. Dat kan bijvoorbeeld door het nabespreken van uitstapjes en projecten aan de hand van foto's en werkstukken. In klassengesprekken leert de leerkracht de kinderen om aandacht te hebben voor elkaar. Ook de sociale kanten van het samenleven in de klas, zoals ruzie maken, vriendjes zijn en jaloezie worden besproken.

Het eigenlijke voorkómen en bestrijden van pesten op school gebeurt dus door de meester of juf in de klas. Daarnaast is het belangrijk dat deze werkwijze door de hele school wordt gedragen. Dat de school een beleid ontwikkelt tegen pesten en dat kinderen en ouders er op kunnen vertrouwen dat de school voor iedereen een veilige plaats is.

Een aantal jaren geleden is daartoe door de landelijke ouderorganisaties in het onderwijs het 'Nationaal Onderwijsprotocol tegen Pesten' ontwikkeld. Het is de bedoeling dat alle onderdelen van een school (bestuur, team, medezeggenschapsraad en ouderraad) dit protocol onderschrijven. Ouders kunnen er aan meewerken dat op de school van hun kinderen een anti-pest-beleid wordt ontwikkeld. Door gesprekken met de leerkracht of via de ouderraad of medezeggenschapsraad kunnen zij het onderwerp aan de orde brengen.

6. Voorkomen en bestrijden van pesten

Pesten is geen eenvoudig probleem. Daarom lijkt het vaak onoplosbaar. Toch is pesten wel te bestrijden als het serieus wordt genomen.

Dat betekent dat kinderen moeten weten dat ze voor hulp kunnen aankloppen bij de volwassenen om hen heen. Voor volwassenen betekent het, dat ze aandacht moeten hebben voor de signalen van de kinderen. Ze moeten luisteren naar wat de kinderen te vertellen hebben en daar over praten. Voor leerkrachten en begeleiders van groepen in de vrije tijd betekent het dat ze groepsgesprekken moeten houden, regels moeten afspreken en zorgen dat die regels ook werken. Het pestprobleem wordt lang niet altijd serieus aangepakt: ouders zeggen dat een kind maar van zich af moet bijten, leerkrachten hebben het te druk en de trainer vindt het zijn verantwoordelijkheid niet.

Als volwassenen alleen af en toe ingrijpen, kan dat verkeerd uitpakken. Gepeste kinderen worden daarna nog meer het slachtoffer omdat ze 'geklikt' hebben.

Daarom is het belangrijk om het pestprobleem degelijk aan te pakken. Daarbij zijn alle betrokkenen nodig. Ieder van hen kan een begin maken met het oplossen van het pestprobleem

- Kinderen die worden gepest kunnen beginnen door met hun ouders, leerkrachten of andere vertrouwde volwassenen te gaan praten. Ze kunnen ook om raad vragen, bijvoorbeeld bij de kindertelefoon.
- Andere kinderen kunnen bij hun ouders of leerkracht(en) aanklaarten dat er gepest wordt.
- Ouders kunnen met hun kinderen gaan praten en het probleem met andere ouders op school of in de speeltuin bespreken.
- Leerkrachten kunnen het pesten als algemeen probleem regelmatig in hun klas bespreken. Ze kunnen proberen in de klas een open en vriendelijke sfeer te creëren. Concrete peestsituaties kunnen ze met de betrokken kinderen bespreken. Samen met hun collega's kunnen ze werken aan een schoolbeleid rond sociale regels en pesten.
- De directie van een school of buurthuis, het bestuur, de ouderraad of de medezeggenschapsraad kunnen de manier van omgaan bespreken en toewerken naar een beleid daarover.
- Begeleiders van groepen, trainers en anderen die te maken hebben met kinderen buiten schooltijd, kunnen het pesten met de kinderen bespreken. Ze kunnen proberen de samenwerking tussen de kinderen te bevorderen.
- Anderen. Zoals wijkagent of schoolarts, kunnen sociale problemen tussen kinderen die zij hebben geconstateerd aan de orde stellen in hun contacten met scholen en buurthuizen. Ook kunnen zij door hun bijzondere positie soms net een andere invloed uitoefenen op de kinderen dan leerkrachten en begeleiders.

7. De vijfsporenaanpak

Bij het bestrijden van pesten wordt meestal uitgegaan van de vijfsporenaanpak.

Steun bieden aan het kind dat gepest wordt:

- Naar het kind luisteren en haar/zijn probleem serieus nemen.
- Met het kind overleggen over mogelijke oplossingen.
- Samen met het kind werken aan oplossingen.
- Zonodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining.

Steun bieden aan het kind dat zelf pest:

- Met het kind bespreken wat het pesten voor een ander betekent.
- Het kind helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.
- Het kind helpen om zich aan regels en afspraken te houden.
- Zonodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijv. een sociale vaardigheidstraining.

De middengroep betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem:

- Met de kinderen praten over pesten en over hun eigen rol daarbij.
- Met de kinderen overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.
- Samen met de kinderen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.

De basisschool (of de club, het buurthuis, de sportschool) steunen bij het aanpakken van het pesten:

- De leerkrachten en de rest van de schoolorganisatie informatie geven over pesten als algemeen verschijnsel en over het aanpakken van pesten in de eigen groep en de eigen school.
- Werken aan het tot stand brengen van een algemeen beleid van de school rond veiligheid en pesten waar de hele school bij betrokken is.

De ouders steunen:

- Ouders die zich zorgen maken over pesten, serieus nemen.
- Informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt.
- In samenwerking tussen school en ouders het pestprobleem aanpakken.
- Zonodig ouders doorverwijzen naar deskundige ondersteuning.

Protocol tegen pesten. CB De Oliebron, Schoonebeek

8.

Informatie over wat pesten is en wat voor invloed het heeft is te lezen in de voorafgaande informatie. Deze informatie is verzameld op het internet, o.a. op de site

: <https://www.opvoeden.nl/plagen-en-pesten-482/#:~:text=Het%20gepeste%20kind%20voelt%20zich,stelen%20en%20vernielen%20van%20s pullen.>

Op onze school staat de ontmoeting centraal met als kernwoorden: respect, aandacht, bescheidenheid en geduld. We proberen in verdraagzaamheid om te gaan met elkaar. We doen dit vanuit een bijbels perspectief. We willen werken aan het doorgeven, leren van kennis en vaardigheden, maar ook motiverend werken en uitdaging bieden. Daarbij willen we duidelijk en consequent handelen en **samen** verantwoordelijk zijn (samen is: leerkrachten, kinderen en ouders). Iedereen op school moet zich vrij en veilig kunnen voelen. (*Een en ander is te lezen in de schoolgids*).

Op school komt het omgaan met elkaar iedere dag aan de orde. We gebruiken hiervoor de Godsdienstmethode "Kind op maandag" en de methode voor sociale ontwikkeling: "**Kwink**". Daarnaast binnen kringgesprekken/rollenspellen, al dan niet naar aanleiding van positieve of negatieve voorvallen.

De aanpak van ruzies en pestgedrag in 4 stappen

Stap 1:

Probeer eerst (en samen) de ruzie op te lossen door te praten.

Stap 2:

Kom je er zelf niet uit en blijft de ruzie bestaan, ga dan naar de meester of juf. Bespreek het probleem en zie dit niet als klikken.

Stap 3:

De meester of juf gaat met beide (of meerdere) kinderen praten en probeert samen met de kinderen de ruzie op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. Dit kan leiden tot strafmaatregelen.

Stap 4:

Bij ernstige ruzies of wanneer praten en straffen niet helpt, wordt contact opgenomen met de ouders. Op school worden gesprekken gevoerd. Aan de ouders wordt medewerking gevraagd, om het probleem op te lossen.

Voor de leerkracht is het onmogelijk om alle ruzies en pesterijen te zien. Achter je rug gebeurt heel veel (denk maar aan de weg van school naar huis of om de hoek van het plein, digitaal pesten). We hebben samen een verantwoordelijkheid in deze. We moeten dus iets doen met signalen die we horen van (andere) kinderen of van ouders. Dit moet als een serieus gespreksonderwerp worden gebruikt en met de signalen moet iets worden gedaan. We moeten elkaar (kinderen, leerkrachten en ouders) hierop kunnen aanspreken.

Er moeten dus gesprekken worden gevoerd met de betrokkenen. Daarnaast (wanneer nodig) met de ouders, met de leerkrachten, met de vertrouwenspersoon binnen de school of met deskundigen van buiten de school (schoolmaatschappelijk werk, zorgteam, GGD of Bureau Jeugdzorg). Binnen de teamvergadering worden deze gesprekken besproken. Samen zijn we verantwoordelijk voor de rest van hun leven.

9. Nationaal onderwijsprotocol tegen pesten

De vier landelijke organisaties voor ouders in het onderwijs ontwikkelden een aantal jaren geleden een onderwijsprotocol tegen pesten.

Er worden zes aanbevelingen gegeven om pesten op school aan te pakken, van elke aanbeveling worden uitwerkingen gegeven.

Samengevat luiden deze:

1. Pesten moet worden onderkend als probleem door alle betrokkenen: kinderen die gepest worden, pestende kinderen, afzijdige kinderen, leerkrachten en ouders. Daartoe zijn voorlichtings- en studiebijeenkomsten nodige voor leerkrachten en ouders. Ook kunnen informatiebrochures aan ouders worden verstrekt.
2. De school probeert pesten te voorkomen.
Leerkrachten proberen een veilige sfeer te scheppen in hun klas. Er kunnen projecten in de klassen worden uitgevoerd over pesten en omgaan met elkaar. Ook kan worden gewerkt aan het gezamenlijke opstellen van klassenregels. Er kan gewerkt worden aan de hand van video's of toneel producties.
3. Leerkrachten zijn in staat om pesten te signaleren als het toch optreedt.
Zij kunnen hierin worden geschoold. Ook zijn er enkele boeken en brochures die aangeven op welke signalen gelet moet worden.
4. Leerkrachten nemen duidelijke stelling als ze merken dat leerlingen worden gepest.
Heel belangrijk is hierbij het invoelend vermogen van de leerkrachten. In diverse trainingen wordt hier aandacht aan besteed.
5. De school beschikt over diverse aanpakken als er gepest wordt.
Leerkrachten kunnen worden geschoold in diverse methoden om pestproblemen aan te pakken. Daarnaast kunnen ze ook hulp van anderen inschakelen. De methoden zijn gericht op het pestende kind, het gepeste kind en op de klas als geheel.
6. Er is een vertrouwenspersoon, die klachten van leerlingen en ouders over het pestbeleid op school kan indienen bij een klachtencommissie.

10. Wordt uw kind gepest - signalen

Kinderen veranderen tijdens het opgroeien. Soms zijn die veranderingen gemakkelijk te begrijpen. Het is begrijpelijk dat uw zoontje moe en prikkelbaar is als hij net is begonnen in groep drie. Of dat uw dochter zich ongelukkig voelt nu haar beste vriendin is verhuisd. Meestal worden dit soort vervelende perioden gevolgd door leukere. Uw zoon stort zich enthousiast op het pas geleerde lezen. Uw dochter geniet van de logeerpartijen bij haar vriendin. Als het moeilijke of gesloten gedrag van uw kind niet overgaat, is er meer aan de hand. Er kunnen allerlei oorzaken zijn, één daarvan kan zijn dat zij of hij wordt gepest.

Verschijselen die dan veel voorkomen zijn dat uw kind;

- niet meer naar school wil
- niets meer over school vertelt
- nooit andere kinderen mee naar huis neemt en nooit bij anderen wordt gevraagd
- op school slechtere resultaten haalt dan vroeger
- vaak dingen kwijt is of met kapotte spullen thuis komt
- vaak hoofdpijn of buikpijn heeft
- blauwe plekken heeft op ongewone plaatsen
- niet wil gaan slapen, veel wakker wordt of nachtmerries heeft
- haar of zijn verjaardag niet wil vieren
- niet wil buiten spelen
- niet alleen een boodschap durft te doen
- niet meer naar de club of speeltuin wil gaan
- bepaalde kleren absoluut niet meer aan wil
- thuis prikkelbaar, boos of verdrietig is.

Als uw kind enkele van deze signalen vertoont, probeer dan van uw kind te weten te komen wat het op school en elders meemaakt. Praat ook eens met andere ouders en met de leerkracht van uw kind.

Pesten voorkómen

Als u nu niet te maken hebt met pesten, zult u dat graag zo willen houden.

Hier volgen enkele adviezen om te voorkómen dat uw kind gepest gaat worden, zelf gaat pesten of een meeloper wordt.

- Leer uw kind voor zichzelf en anderen op te komen. Kinderen moeten al op jonge leeftijd nee durven zeggen als ze iets meemaken dat ze niet willen. Geef uw kinderen gelegenheid om in het gezin te oefenen. Moedig uw kinderen aan om tegen elkaar en tegen u te zeggen wat ze wel en niet willen. Leer ze samen overleggen en onderhandelen over oplossingen.
- Leer uw kinderen om hulp te vragen aan u, aan leerkrachten en aan anderen die ze vertrouwen. Laat thuis merken dat u zelf een vraag om hulp serieus neemt. Dat betekent niet dat u de problemen van uw kinderen moet oplossen, wel dat u ze daadwerkelijk steunt bij het vinden van eigen oplossingen.
- Geef uw kinderen de aandacht die ze nodig hebben. Laat merken dat u het belangrijk vindt om te weten wat ze doen en waar ze zijn, zonder ze voortdurend te controleren.
- Laat uw kinderen merken dat ze de moeite waard zijn. Natuurlijk krijgen kinderen ook wel eens kritiek maar geef ze ook regelmatig een complimentje.
- Probeer conflicten binnen uw gezin op te lossen door er over te praten. Kinderen leren het meest van voorbeelden die ze krijgen.
- Laat uw kind kennis maken met veel verschillende mensen, gewoonten, muziek, enz. Als u zelf respect en waardering toont voor anderen, leren uw kinderen dat anderen niet 'eng' of 'raar' zijn.
- Grijp in als u merkt dat uw kinderen erg agressief zijn of als u merkt dat kinderen systematisch worden buitengesloten.
- Bemoei u zo min mogelijk met de keuze van vrienden en vriendinnen. Laat uw kinderen zelf beslissen met wie ze spelen en wie ze willen uitnodigen.

Adviezen aan ouders

Ouders van gepeste kinderen:

- Blijf in gesprek met uw kind
- Als pesten op straat gebeurd, niet op school, kunt u het best contact opnemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het best direct met de leerkracht bespreken
- Door complimentjes kan het zelfrespect van uw kind vergroot worden.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt
- Werk samen met de school, maar houdt de grenzen in de gaten, uw grenzen en ook die van school. Het is bijv. niet de bedoeling dat u op school komt om eigenhandig een probleem voor uw kind op te lossen. De inbreng van u is het aanleveren van informatie, het geven van suggesties en het ondersteunen van de aanpak door school.

Ouders van pesters:

- Neem het probleem serieus
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen
- Maak uw kind gevoelig voor wat het een ander aandoet
- Besteed extra aandacht aan uw kind
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem en beloon het goede gedrag van uw kind
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de aanpak van school staat

Alle ouders:

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

Op school is ook een gediplomeerd pestcoördinator en vertrouwens persoon. U kunt altijd een afspraak maken met;

Ada Bouwers
a.bouwers@viviani.nl

BIJLAGE 1

Gratis pesttest van Posicom – inleiding

Hieronder vindt u de handleiding om op zeer eenvoudige wijze de pesttest van Posicom af te nemen. De test kan u inzicht geven over de sociale veiligheid in de klas op het gebied van pesten. De test vraagt naar eigen beleving en bevreemdt de peergroep. Er is bewust gekozen voor een papieren versie i.v.m. privacy en digitale veiligheid. De pesttest is af te nemen vanaf groep vier van het basisonderwijs en het voortgezet onderwijs.

de pesttest- de handleiding voor de afnemer van de pesttest

1. **Heel belangrijk: leg goed het verschil uit tussen ruzie, plagen en pesten: zie hoofdstuk 1**
2. Het afnemen van de pesttest is het begin van de pestaanpak en kun je laten volgen door een plan van pestaanpak, indien dat nodig is.
3. De test wordt **de eerste keer altijd** anoniem ingevuld en na de eerste keer mag het kind zelf kiezen.
4. Neem de testvragen één voor één door met de leerlingen.
5. De leerkracht loopt **NIET** rond, maar help alleen als een kind om hulp vraagt.
6. Haal het formulier van de kinderen in de klas kris kras op, dus niet netjes op volgorde, om te voorkomen, dat men vanuit de volgorde weet van wie de pesttest is..
7. Na afloop van een eventueel verbeterplan is het herhalen van de test zinvol, om na te gaan of het verbeterplan gewerkt heeft (= minder tot bijna geen pestgedrag).
8. de test afnemen op een plek, waar een kind zich veilig voelt en niet de ogen van medeleerlingen voelt. Ook volwassenen moeten niet in de beurt komen als een kind de test doet, want een kind kan dan het gevoel krijgen, dat de volwassene kijkt wat hij of zij invult.
9. Om te voorkomen dat een pester een gepeste onder druk gaat zetten is het heel belangrijk dat de test in een keer wordt afgenomen voor een pauze of voor een vrij moment (gym, spel, pauze, enz). De leerkracht dient te benadrukken dat deze test er is om ervoor te zorgen dat iedereen pestvrij op school kan werken en leven. De test is bedoeld om de sfeer in de groep nog fijner te krijgen.
10. Indien een kind invult dat het nooit gepest wordt of een keer per jaar is er m.i. geen pestprobleem voor dit kind. De test vraagt ook naar waar er gepest wordt. U kunt daardoor snel in kaart brengen waar de onveilige situaties / plekken zich bevinden.

gratis pesttest van Posicom – inleiding

Hieronder vindt u de handleiding om op zeer eenvoudige wijze de pesttest van Posicom af te nemen. De test kan u inzicht geven over de sociale veiligheid in de klas op het gebied van pesten. De test vraagt naar eigen beleving en bevraagt de peergroep. Er is bewust gekozen voor een papieren versie i.v.m. privacy en digitale veiligheid. De pesttest is af te nemen vanaf groep vier van het basisonderwijs en het voortgezet onderwijs.

de pesttest- de handleiding voor de afnemer van de pesttest

De pesttest voor de leerlingen

Hieronder vindt u de download om de pesttest te openen en te kunnen printen. De pesttest is gratis!

Klik hier om de pesttest te downloaden.