

# PESTPROTOCOL

# DE BOOG

## **Inhoudsopgave**

### 1. Vooraf

### 2. Pesten: achtergronden

- 2.1. Pesten: wat is het?
- 2.2. Gevolgen van het pesten
- 2.3. Waarom pesten kinderen?
- 2.4. Wie zijn de slachtoffers?
- 2.5. Samengevat

### 3. Signaleren van pesten

- 3.1. Hoe kom ik erachter of er sprake is van een pestprobleem
- 3.2. De signalen
- 3.3. Digitaal pesten
- 3.4. Samengevat
- 3.5. Samengevat in een schema

### 4. Aanpak pesten

- 4.1. Maatregelen die ouders kunnen nemen
- 4.2. Maatregelen in de klas
- 4.3. De invloed van de groep

### 5. Voorkoming van pesten

- 5.1. Wat kan de school doen
- 5.2. Samengevat in een schema

### 6. Pestprotocol De Boog

### 7. Bijlagen

- 7.1. Bijlage 1: Richtlijnen bij een eerste gesprek
- 7.2. Bijlage 2: De kwaliteitscirkel

## **Hoofdstuk 1.**

### **Vooraf**

Opgroeien en groot worden doe je niet alleen op school of alleen thuis. Het gedrag van kinderen op school wordt beïnvloed door huiselijke omstandigheden, het gedrag thuis door zaken die op school spelen.

De zorg voor een evenwichtige sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen is dan ook een verantwoordelijkheid van school en ouders samen.

Doelbewust samenwerken met wederzijds respect staat hierbij centraal.

Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan.

Dit pestprotocol is opgesteld omdat er, helaas, nogal wat kinderen zijn, die ongewild zichzelf voor problemen stellen en daardoor belemmerd worden in hun sociaal-emotionele ontwikkeling.

Ouders en leerkrachten willen beiden dat de kinderen zich in een veilige omgeving kunnen ontwikkelen tot evenwichtige en competente kinderen. Alleen in een veilige omgeving zullen kinderen komen tot ontwikkeling van de noodzakelijke vaardigheden.

Als school willen we streven naar een pestvrije school. We vinden dat we er alles aan moeten doen om kinderen die een groot deel van hun tijd op school doorbrengen, een zo veilig mogelijke omgeving te garanderen.

Op school zijn twee anti-pest coördinatoren aanwezig (juf Naomi en juf Karin). Zij kunnen actie ondernemen indien nodig.

## Hoofdstuk 2: Pesten: achtergronden

### 2.1. Pesten; wat is het?

Pesten is het systematisch, langdurig en herhaald lastig vallen, met de bedoeling de ander opzettelijk pijn te doen. Een kind wordt buitengesloten of genegeerd, uitgescholden vanwege het anders zijn of zonder rede in elkaar geslagen of het kind wordt bedreigd.

Diegenen die geselecteerd wordt is 'zwakker' dan de ander en niet in staat zich te verdedigen. Bij pesten is er altijd sprake van een machtsverschil tussen de pester en het slachtoffer. Fysiek sterkere, meer agressieve en meer zelfverzekerde kinderen kiezen bewust zwakkere, rustige en niet-assertieve kinderen uit voor hun pesterijen.

Plagen is van korte duur, iemand roept spontaan iets naar een willekeurige persoon. Deze persoon neemt niet per definitie een lagere positie in en het plagen richt zich niet elke keer op dezelfde persoon. Plagen kan in zekere zin grappig zijn maar ook kwetsend. Omdat er bij plagen geen sprake is van een machtsverschil kan de andere makkelijk terug plagen. Plagen is onschuldig, gebeurt incidenteel en een ander leidt daar niet onder. In tegenstelling tot pesten.

Daarnaast is er nog verschil tussen direct pesten en indirect pesten. Direct pesten richt zich openlijk tot de persoon. Indirect pesten is achter iemand zijn rug om bijvoorbeeld roddelen, negeren of spullen verstoppen of kapot maken.

- Fysiek: duwen, slaan, schoppen, trekken aan kleding, krabben, haren trekken.
- Verbaal: bijnamen verzinnen, vernederen, belachelijk maken, roddels verspreiden, schelden, dreigen, sarcastische opmerkingen maken.
- Emotioneel: iemand negeren, buitensluiten, verstoppen van bezittingen, iemand belachelijk maken, vernederen (bv. etniciteit), banden lek prikken, fiets beschadigen.
- Achtervolgen: achterna lopen, opjagen, in de val laten lopen, klem zetten, opsluiten.
- Afpersing: dwingen om geld of spullen af te geven, het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.

### 2.2. Gevolgen van het pesten

Pesten heeft voor slachtoffer als voor pester nadelige gevolgen. Niet alleen op het moment zelf maar ook op de langere termijn.

#### Gevolgen voor slachtoffers van pesten:

Slachtoffers van pesten zijn zeer ongelukkig, bang, wantrouwend en hebben weinig zelfvertrouwen. Ze gaan niet graag naar school en bedenken smoezen om niet naar school te hoeven.

Aanhoudend pestgedrag kan de volgende gevolgen hebben:

- Faalangst, wantrouwend, kans op depressiviteit.
- Geen zelfvertrouwen meer hebben.
- Lichamelijke klachten krijgen.

- Slecht presteren.
- Verlegen zijn, isolement komen.

#### Gevolgen voor pesters:

Als pestgedrag niet aangepakt wordt, denkt de pester dan zijn gedrag getolereerd wordt. Hij leert dat hij door middel van agressie, geweld of bedreigingen zijn zin kan krijgen. Zij leren niet hoe ze op een normale manier met mensen kunnen omgaan. Als de pester niet gecorrigeerd wordt, komt hij in een neerwaartse spiraal. Het blijkt dat pesters meer kans hebben om criminele overtredingen te begaan.

Een pester is eigenlijk heel onzeker. Door zich sterker voor te doen, lijken ze populair. Ze dwingen dit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Ze proberen hun onzekerheid te verdoezelen door zichzelf groter te maken en een ander kleiner.

Kinderen die meedoen met pesters zijn meestal bang om zelf in de slachtofferrol terecht te komen of ze vinden het interessant en denken dat ze in de populariteit mee kunnen liften met de pester. Kinderen die meedoen zijn vaak ook bang om vrienden of vriendinnen te verliezen. Ze houden zich afzijdig als er wordt gepest en voelen zich vaak ook schuldig dat ze niet ingegrepen hebben of hulp inschakelen.

Door het pestgedrag van pester en meelopers wordt de sfeer op school verpest en dit komt niet ten goede aan het leren van de leerlingen. Kinderen die merken dat de leraar de pester niet straft voor zijn agressief gedrag, hebben de neiging om later ook agressie te gebruiken.

Pesten is niet normaal en is niet goed te praten!

De leraar heeft als belangrijke taak om ervoor te zorgen dat iedereen zich op zijn gemak en geaccepteerd voelt. De leraar besteedt aandacht aan ieder individu, heeft vertrouwen in de leerlingen en geeft de leerlingen zelf verantwoordelijkheid. De leraar geeft duidelijke grenzen en accepteert pestgedrag niet.

### **2.3. Waaronder pesten kinderen?**

Pestgedrag kan een aantal diepere liggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie (weinig aandacht van ouders/lichamelijke bestraffing door ouders/ouders corrigeren agressief gedrag niet/zelf gepest zijn/slecht voorbeeld van ouders/blootstellen aan geweld op tv of in computerspelletjes).
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet/buitengesloten voelen); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken.
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas.
- Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school (autoritaire leerkracht laat op onprettige manier blijken dat hij de baas is. Dergelijke spanningen kunnen op een zondebok worden afgereageerd).
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau).
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid).

Wanneer een school weinig toezicht houdt op leerlingen, kan zij het pestgedrag niet signaleren en kunnen de pesters gewoon hun gang gaan. Daardoor is het belangrijk om goed toezicht te houden. Door bijvoorbeeld tijdens het speelkwartier op het plein een pleinvacht te hebben. Hierdoor kan meteen ingegrepen worden bij pesterijen en het gedrag kan in de klas besproken worden.

#### **2.4. Wie zijn de slachtoffers?**

Slachtoffers lokken nooit pestgedrag uit! Pesters hebben een slachtoffer nodig en pikken iemand op grond van een uiterlijk kenmerk uit. Bepaalde eigenschappen van het slachtoffer spelen een rol. Kinderen die het moeilijk vinden om voor zichzelf op te komen of kinderen die verlegen zijn, zijn meestal het slachtoffer van pesten.

Zo heeft het slachtoffer de volgende kenmerken:

- Heeft weinig vrienden op school, voelt zich eenzaam.
- Is verlegen.
- Is minder groot en sterk dan de pester.
- Mist een aantal sociale vaardigheden, heeft moeite om de regels en normen te ontdekken in een groep.
- Is onzeker.
- Weet niet hoe hij met agressie om moet gaan.
- Is niet assertief, komt niet voor zichzelf op.
- Huilt snel.

Kinderen worden pas gepest in situaties waarin de pester de kans krijgt om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.

Kinderen die gepest worden doen vaak andere dingen of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdsgenoten: ze bespelen een ander instrument, doen een andere sport, zijn heel goed in bepaalde vakken of juist niet of ze praten net even iets anders.

#### **2.5 Samengevat:**

Pesten is een ernstig en complex probleem. De oorzaken zijn divers en moeilijk te achterhalen. Pesten kan op vele manieren plaats vinden en kan lang verborgen blijven voor de ouders of leerkracht. Pesten hoort er zeker niet bij. De gevolgen kunnen zeer ernstig zijn voor de slachtoffers, pesters en de omstanders.

## Hoofdstuk 3: Signalen van pesten

### 3.1. Hoe kom ik erachter of er sprake is van een pestprobleem?

Een kind dat gepest wordt, zal dit niet snel aan ouders of aan de leerkracht vertellen. Het voelt zich beschaamd. Een kind dat gepest wordt, is niet populair en het kind voelt dat als een tekortkoming naar de ouders toe. Soms kan het ook zo zijn dat een kind niets zegt, omdat het denkt dat het probleem dan alleen maar groter wordt. Ouders die naar school gaan bijvoorbeeld.

Het is daarom belangrijk dat pesten en pestgedrag snel wordt gesignaleerd. Neem daarbij ook de aanwijzingen van ouders serieus.

Ook is het op school niet altijd makkelijk om pestgedrag te signaleren. Pesten kan stiekem gebeuren, bijvoorbeeld door het verspreiden van roddels. Als pesten openlijk plaats vindt, door schoppen of slaan is het makkelijk te achterhalen.

### 3.2. De signalen

#### Signalen van een kind dat pest:

- Agressief gedrag vertonen.
- De baas willen spelen.
- Ongeduldig zijn.
- Vertellen hoe stoer hij is.
- Moeite om gevoelens onder woorden te brengen.

#### Signalen van een kind dat gepest wordt:

- Bang zijn om van en naar school te gaan.
- Niet naar school willen gaan en voortdurend smoesjes verzinnen.
- Niets meer over school vertellen.
- Smeken om naar school gebracht te worden.
- Elke dag een andere route naar school kiezen.
- Slechter presteren dan normaal.
- Met kapotte spullen of kleren thuiskomen.
- Teruggetrokken gedrag vertonen.
- Nooit andere kinderen mee naar huis neemt en nooit bij anderen wordt gevraagd.
- Agressief worden naar andere kinderen toe.
- Stoppen met eten.
- Buikpijn of hoofdpijn hebben.
- Zichzelf in slaap huilen.
- Nachtmerries hebben.
- Het hebben van schrammen, blauwe plekken.
- Geld vragen (om de pester af te lossen).
- Weigeren om te zeggen wat er aan de hand is.
- Niet kloppende verklaringen geven voor het bovenstaande.
- Zelfmoordneigingen vertonen.
- De verjaardag niet wil vieren.

- Niet alleen een boodschap durft te doen.
- Niet meer naar de speeltuin of andere club wil gaan.
- Bepaalde kleren absoluut niet meer aan wil.
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig is.
- Naast uw eigen waarneming en die van de ouders is het ook belangrijk te letten op de andere kinderen in de klas. In hoeverre is er sprake van echte tolerantie, bijvoorbeeld voor verschillen? Een lage tolerantie kan de basis vormen voor onderlinge irritaties, die uitmonden in pestgedrag.

### **3.3. Digitaal pesten:**

Met de komst van internet, mobieltjes en e-mail is een nieuwe vorm van pesten ontstaan: digitaal pesten. Een zeer ingrijpende vorm van pesten, doordat de pester anoniem te werk gaat en het pesten niet aan tijd en plaats gebonden is. De barrière om te pesten is lager, omdat je de ander niet ziet en misschien niet kent. "Het is maar een grapje", zo verschuilt de pester zich dan. Digitaal pesten heeft een grote impact, omdat je zelfs thuis niet meer veilig bent. En het is niet zo dat het er niet meer is als je de computer en je mobiele telefoon maar uitzet. Dat gaat tegenwoordig erg moeilijk. Bovendien raak je als jongere gemakkelijk sociaal uitgesloten als je geen computer en mobiele telefoon gebruikt.

### **3.4. Samengevat**

Elk kind dient zich op school veilig te kunnen voelen. Het aanpakken van een pestprobleem is daarom belangrijk, maar niet eenvoudig. Het is echter belangrijk eerst de ernst van de situatie te bepalen. Zeker als je nog niet precies weet wat er precies aan de hand is en wie er bij betrokken zijn.

1. Bepaal de ernst van de situatie.
2. Neem maatregelen op school, klas en individueel niveau.
3. Neem preventieve maatregelen.



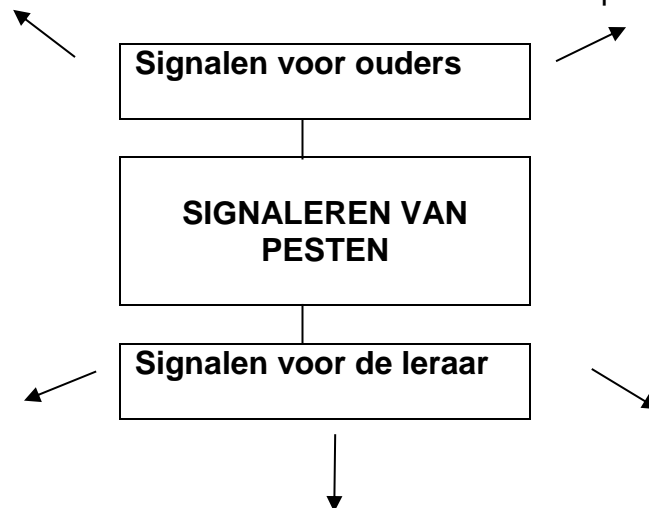
### 3.5 Samengevat in schema

Pestkop kan:

- Agressief gedrag vertonen
- De baas willen spelen
- Ongeduldig zijn
- Vertellen hoe stoer hij is
- Moeite hebben om gevoelens onder woorden te brengen

Slachtoffer kan:

- Bang zijn om van en naar school te gaan
- Niet naar school willen gaan
- Slechter presteren dan normaal
- Met kapotte spullen of kleren thuiskomen
- Geen eetlust meer hebben
- Lichamelijke klachten of
- Nachtmerries hebben of
- Het hebben van schrammen, blauwe plekken



Zicht op pesten in de klas naar aanleiding van

- Afnemen vragenlijst
- Interviews of gesprekken
- Observeren tijdens de pauze

Slachtoffer

- Is alleen in de pauzes
- Is vaak doelwit van agressie
- Kan blauwe plekken, kapotte spullen hebben
- Kan slechter presteren
- Is niet blij of vrolijk

Pestkop

- Kan stevig zijn zin doordrijven
- Kan moeilijk toegeven
- Kan stoer gedrag vertonen
- Kan agressief en impulsief gedrag vertonen

## Hoofdstuk 4: Aanpak pesten

Pesten moet worden aangepakt. Pesten kan alleen verdwijnen als de ouders, school en de kinderen samen de strijd tegen pesten aangaan.

### 4.1. Maatregelen die ouders kunnen nemen.

Neem nooit op eigen houtje actie tegen de pester, maar overleg alles met uw kind. Geef in eerste instantie aan dat het niet zijn eigen schuld is, dat hij er zeker niet om gevraagd heeft. Vraag hoe hij met de pestkop is omgegaan. Bespreek ook zijn gevoelens, maak hier tijd voor vrij.

Maak uw kind duidelijk dat u hem zo snel mogelijk wilt helpen, maar wel in overleg. U geeft aan dat het probleem **echt** opgelost gaat worden. Maak daarom ook geen beloften die u niet waar kunt maken.

#### Tips om uw kind te helpen:

*Uw kind is slachtoffer, wat te doen:*

- Laat uw kind voortdurend weten dat u van hem houdt.
- Geef aan dat het kind het beste niet op alles hoeft te reageren.
- Bedenk samen met uw kind antwoorden of pakkende opmerkingen.
- Bespreek welke situatie het kind het beste kan vermijden.
- Maak complimenten elke keer als uw kind iets goed doet.
- Geef het kind verantwoordelijkheden.
- Stimuleer het ontwikkelen van sociale vaardigheden, zoals voor zichzelf opkomen.
- Schakel de school in.
- Schakel indien nodig hulp van externen in.

*Uw kind pest, wat te doen:*

- Praat met uw kind.
- Maak duidelijk dat u het gedrag niet accepteert.
- Achterhaal oorzaken.
- Probeer het kind te laten beseffen wat hij aanricht.
- Besteed aandacht aan uw kind.
- Leer ander gedrag aan.
- Geef het goede voorbeeld.
- Schakel de school in.
- Schakel indien nodig hulp van externen in.

*Uw kind wordt niet gepest en pest niet actief, wat te doen:*

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- Houd rekening met de gevoelens van de ouders van zowel het gepeste kind als ook de gevoelens van de pester.

- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw kind voor anderen op te komen/ hulp in te roepen.
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen.

Benaderen van de school:

De school inschakelen is belangrijk wil het pesten opgelost worden. U alleen kunt het pesten niet oplossen. U kunt samen met de school een plan van aanpak bedenken en uitvoeren. Uw kind is immers het grootste deel van de dag op school.

Samen met de leerkracht zult u het pestprotocol bespreken en gaan toepassen. In bijlage 1 vindt u richtlijnen voor het eerste gesprek met ouders. Mochten er nog vragen zijn, dan kunt u contact opnemen met de anti-pest coördinatoren (juf Naomi en juf Karin).

#### 4.2. Maatregelen in de klas

In de hele school wordt gewerkt met de methode 'kinderen en sociale talenten'. Deze methode bevordert sociaal gedrag bij kinderen. Iedere week wordt er aan een thema gewerkt. Van dit thema hangt zichtbaar in de klas een plaat.

Ook werken we op school met Oeps-bladen. De Oeps-bladen worden door de kinderen ingevuld wanneer er iets is misgegaan met hun gedrag (denk aan vechten, schoppen, slaan, schelden e.d.) In groep 1 t/m 3 werken we met een Oepsblad met picto's, in groep 4 t/m 8 met woorden. Als er een Oeps-blad ingevuld wordt, wordt het met de betrokken partijen besproken door de leerkracht.

Om de kinderen te volgen, maken we gebruik van het programma 'Zien' (groep 3 t/m 8) en 'Kijk' (groep 1, 2)

De leerkracht kan ook de volgende activiteiten doen om de betrokkenheid van de leerlingen te vergroten zodat de leerlingen er samen voor zorgen dat het pesten stopt of voorkomen wordt.

1. Klassendiscussie. De leerkracht brengt het onderwerp pesten als een algemeen probleem en beschuldigt geen leerlingen in de klas. De leerlingen praten met elkaar over pesten: waarom komt het voor, wat zijn de effecten, wat doen pesters en hoe kan het pesten gestopt worden. Uiteindelijk kunnen na de discussie regels geformuleerd worden.
2. Film of poppenspel. Kinderen kunnen hierdoor meer betrokken raken doordat ze zich inleven in de hoofdpersoon. Na de film of poppenspel praten de leerlingen over pesten.
3. Opstel of gedicht. Het is het beste als de leerkracht vraagt of ze een opstel willen schrijven over een situatie die ze zelf hebben meegemaakt.
4. De kwaliteitscirkel. Waarschijnlijk alleen een optie voor de bovenbouw. Als er iemand in de klas gepest wordt, kan de leerkracht samen met de leerlingen een oplossing bedenken. De leerlingen werken in een groepje samen om een probleem nader te bestuderen en hier een oplossing voor te bedenken. De groep bestaat uit vijf of zes leerlingen die regelmatig bij elkaar komen. De leerkracht besteedt aandacht aan vaardigheden als het geven van ideeën, het onderzoeken en oplossen van het probleem en het presenteren van de bevindingen. De leerlingen bedenken zelf een plan van aanpak en zullen daarom meer gemotiveerd zijn om hier ook naar te handelen. De leerlingen hebben het gevoel controle te hebben over de situatie, zij hebben zelf een actieve rol om het pesten tegen te gaan. Vanwege de benodigde vaardigheden moet de leerkracht eerst weten of de leerlingen dit aan kunnen. Zie bijlage 2 voor verdere uitwerking kwaliteitscirkel.

#### Stappenplan na melding van pesten:

De leerkracht:

1. neemt het probleem serieus.
2. voert een gesprek met het slachtoffer\*. Hij ondersteunt de gepeste. Hij zegt dat hij actie gaat ondernemen.

3. voert een gesprek met de pester\*. Hij maakt duidelijk dat pesten niet geaccepteerd wordt. Houden aan afspraken en omgangsregels zoals die bekend zijn, zie schoolgids en de 6 algemene regels.
4. voert gesprekken met omstanders/meelopers. De meeloper is een passieve pester. Hij is medeplichtig. Wijs de groep nog eens op de omgang- en gedragsregels.
5. neemt gepaste maatregelen. De pester moet beseffen dat zijn gedrag niet getolereerd wordt.
6. voert een gesprek met de ouders over de voortgang\*. Onderhoudt het contact met de ouders van het gepeste kind en van de pester. Het is belangrijk om het contact te behouden om vorderingen uit te wisselen.
7. bespreekt de kwestie in de bouw of team. Het is belangrijk om elkaar op de hoogte te stellen van het incident en de genomen maatregelen. Misschien vind u het prettig als leraar om het al eerder met je collega's te delen.
8. maakt verslag van de incidenten, van de gesprekken en genomen maatregelen in ParnasSys. Met behulp van de notities kan een patroon ontdekt worden.

\* = naar eigen inzicht zal de leraar bepalen hoeveel gesprekken er nodig zijn.

#### **4.3. De invloed van de groep.**

Pesten is een groepsgebeuren. Het is erg belangrijk om de invloed van de groep in te zien om het pesten te bestrijden.

- We maken het probleem bespreekbaar in de groep.
- We stimuleren dat de kinderen een eigen standpunt innemen en eventueel partij trekken voor de gepeste leerling.
- We bespreken met de leerlingen dat 'meedoen' met de pester meestal kan leiden tot verergering van het probleem.
- We laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste.
- We laten zien welke positieve kanten de gepeste heeft.
- We schakelen indien nodig, in overleg met ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.

Het is niet makkelijk voor een kind om in te grijpen als hij/zij ziet dat iemand gepest wordt. Vijf overwegingen spelen vaak een rol bij het geven van hulp van de slachtoffer. Deze overwegingen staan in de bijlage. Deze overwegingen spelen een rol waar u als leraar of ouder op kan inspelen.

## Hoofdstuk 5: Voorkoming van pesten

### 5.1. Wat kan de school doen:

De school moet een veilig klimaat voor leerlingen bieden, waarin de leerlingen met plezier kunnen leren en waar pesten niet voorkomt. Een kind moet zich aanvaard en gerespecteerd voelen door zowel de leraar als de klasgenoten. Veiligheid is een belangrijke voorwaarde wil het kind kunnen leren. Als een kind zich bedreigd voelt, zal dat van invloed zijn op zijn gehele functioneren. Kinderen kunnen zich niet ontwikkelen als zij continue bloot zijn gesteld aan spanning en angst. Dit is niet alleen schadelijk voor het slachtoffer van pesten maar ook voor de kinderen die getuige moeten zijn.

Kinderen moeten net als thuis ook op school met elkaar om leren gaan. Er gelden duidelijke regels en afspraken. Het is belangrijk dat deze regels en afspraken voor de hele school hetzelfde zijn. Deze afspraken staan in de schoolgids zodat ze voor iedereen duidelijk zijn.

Afspraken hebben betrekking op het hele team, de ouders en de leerlingen. Alle betrokkenen moeten zich inzetten om het pesten tegen te gaan.

De schoolleider zal het proces aansturen, maar het is belangrijk dat de hele school zich bewust is van de pestproblematiek en weet hoe te handelen.

De volgende stappen kunnen helpen het beleid tegen pesten te formuleren met inspraak van leerlingen:

1. Teamvergadering, bouwvergaderingen
2. Regels met de leerlingen bespreken. Niet opleggen maar overleggen.
3. Schoolregels opstellen, niet te veel formuleren ook overleggen met de leerlingen.
4. Reacties van leerlingen over de regels.
5. Schoolcontract opstellen.
6. Ouders informeren middels een brief, bijeenkomst.

Bevorderen van een veilig klimaat kan door de volgende punten:

- Coöperatief leren/samenwerkend leren.
- Voldoende toezicht tijdens de pauze door leerkrachten.
- Oefeningen voor een veilige klas, zoals:
  - collage maken
  - vrienden maken, in groepjes praten/ rollenspel
  - verhalen lezen over pesten
  - bijnamen verzinnen
  - de perfecte school, hoe ziet zo'n school eruit
  - schoolkrant
  - poppenspel
  - een opstel schrijven
  - brief aan de pester schrijven

Leerlingen kunnen pesten ook voorkomen.

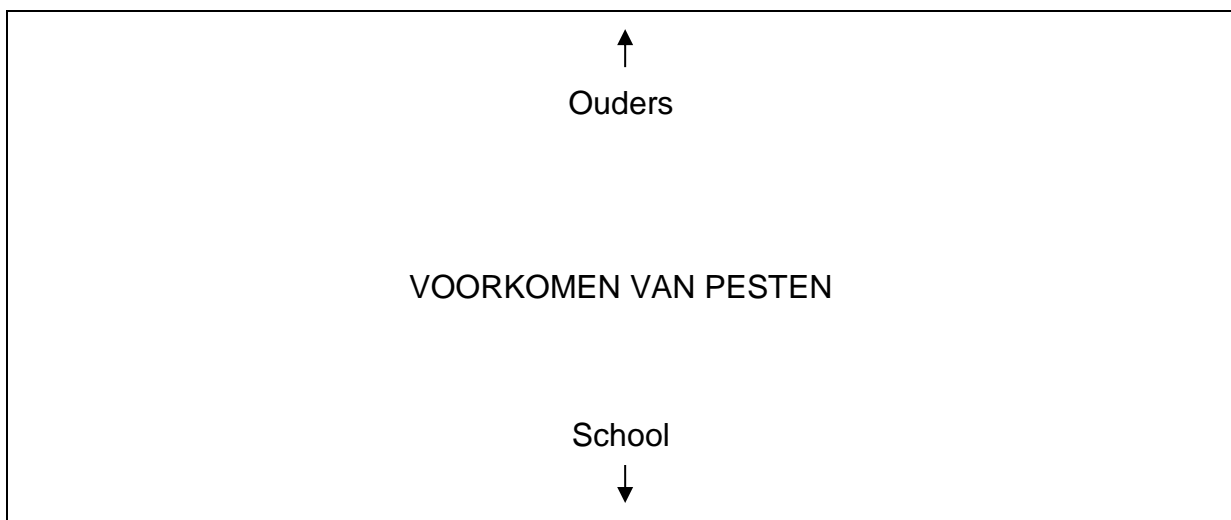
Kinderen:

- doen niet mee met pesten
- lachen niet wanneer iemand gepest wordt
- vragen of de pester stopt
- steunen het slachtoffer
- moedigen de pester niet aan, roddelen of schrijven geen briefjes over hem of haar
- vertellen aan de leraar wat er aan de hand is
- betrekken kinderen die vaak alleen zijn in hun spel.

De leerkracht kiest een goed moment om het over pesten te hebben. Het is niet de bedoeling dat u de kinderen eindeloos vermoeid met het onderwerp pesten.

## 5.2. Samengevat in schema

- Boodschap= pesten is niet oké!
- Duidelijke regels en afspraken
- Goede voorbeeld geven
- Gewenst gedrag belonen
- Voldoende tijd doorbrengen met uw kind



### Antipestbeleid

- Weergave in schoolplan/ schoolgids
- Met inspraak van leerlingen en ouders
- Duidelijke afspraken en regels voor heel de school
- Aandacht voor rol omstanders
- Coöperatieve werkgroep vormen

### Bevorderen veilig klimaat

- Coöperatief leren
- Toezicht op het schoolplein
- Oefeningen in de klas
- Leerlingen voorkomen pesten

## Hoofdstuk 6: Pestprotocol De Boog

### Dit pestprotocol heeft als doel voor De Boog:

- Alle kinderen moeten zich op school veilig kunnen voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen.
- Door regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken.
- Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

### Pesten op school:

#### ***Wat is pesten:***

- Systematisch, langdurig en herhaald lastig vallen van een iemand met de bedoeling de ander opzettelijk pijn te doen.
- Bewust wordt iemand gekleineerd, buitengesloten, genegeerd, uitgescholden vanwege het anders zijn of zonder reden in elkaar geslagen of het kind wordt bedreigd.
- Bij pesten is er altijd sprake van een machtsverschil tussen de pester en het slachtoffer.

#### ***Wat is plagen:***

- Van korte duur, iemand roept spontaan iets naar een willekeurige persoon.
- Niet per definitie een lagere positie in en het plagen richt zich niet elke keer op dezelfde persoon.
- Is in zekere zin grappig maar kan ook kwetsend zijn.
- Geen sprake van een machtsverschil
- Onschuldig, gebeurt incidenteel en een ander leidt daar niet onder

Als pestgedrag niet aangepakt wordt, denkt de pester dat zijn gedrag getolereerd wordt en hij door middel van agressie, geweld of bedreigingen zijn zin kan krijgen. Hij leert niet hoe er op een normale manier met mensen om te gaan. Gevolg is een neerwaartse spiraal. Een pester is eigenlijk heel onzeker. Door zich sterker voor te doen, lijken ze populair. Ze dwingen dit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Daarbij proberen ze hun onzekerheid te verdoezelen door zichzelf groter te maken en een ander kleiner.

### Signalen van pesterijen:

- Altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen.
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot.
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven.
- Briefjes doorgeven.
- Beledigen.
- Opmerkingen maken over kleding.
- Isoleren en negeren.
- Buiten school opwachten, slaan of schoppen.



- Op weg naar huis achterna rijden.
- Naar het huis van de gepeste gaan.
- Bezittingen afpakken.
- Schelden of schreeuwen.
- Bedreigingen uiten, schelden, beledigen via multimedia.

Leerkrachten en ouders moeten alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.

### **Hoe gaan wij op De Boog met pesten om?**

- Een effectieve manier om pesten te stoppen of binnen de perken te houden, is het afspreken van regels voor de leerlingen.
- Aan het begin van elk schooljaar wordt er extra aandacht besteed aan de regels en afspraken en aan het pestprotocol.
- Op school willen we regelmatig een onderwerp in de kring aan de orde stellen.
- Onderwerpen als veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in een groep, aanpak van ruzies, etc. kunnen aan de orde komen. Andere werkvormen zijn ook denkbaar, zoals: spreekbeurten, rollenspelen, regels met elkaar afspreken over omgaan met elkaar en groepsopdrachten.
- Het voorbeeld van de leerkrachten en de ouders is van groot belang. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst in de omgang met elkaar, waar verschillen worden aanvaard en waar ruzies niet met geweld worden opgelost maar uitgesproken. Agressief gedrag van leerkrachten, ouders en leerlingen wordt niet geaccepteerd. Leerkrachten, ouders en leerlingen horen duidelijk stelling te nemen tegen dergelijke gedragingen.
- Het volgen van de methode 'kinderen en hun sociale talenten'.
- Werken met 'Zien' en 'Kijk'.
- Kinderen mogen niet zonder toezicht aan de computer werken.
- Mobiele telefoons worden 's morgens bij de leerkracht ingeleverd.
- Op school zijn twee anti-pest coördinatoren aanwezig (juf Naomi en juf Karin)

### **Belangrijke regels bij het hanteren van het pestprotocol:**

#### **Regel 1:**

Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken.

#### **Regel 2:**

Een tweede stelregel is dat een medeleerling ook de verantwoordelijkheid heeft om het pestprobleem bij de leerkracht aan te kaarten. Alle leerlingen zijn immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.

#### **Regel 3:**

Samenwerken zonder bemoeienissen:

School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Dit neemt niet weg dat iedere partij moet waken over haar eigen grenzen. Het is bijvoorbeeld niet de bedoeling dat ouders naar school komen om eigenhandig een

probleem voor hun kind op te komen lossen. Samen met de leerkracht(en) wordt naar een oplossing gezocht en wordt actie ondernomen.

**Stappenplan: wat te doen als we pestgedrag signaleren:**

- De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken.
- Bij herhaaldelijk pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest.
- Bij pestgedrag worden de ouders (van pester en gepeste) op de hoogte gebracht van het pestgedrag. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing.
- Als een leerkracht pestgedrag ontdekt, wat niet gemeld wordt, probeert de leerkracht het via een algemeen probleem in de klas bespreekbaar te maken.

Hoe begeleiden we.....

***De gepeste leerling:***

- We tonen medeleven en luisteren en vragen hoe en door wie er wordt gepest.
- We gaan na hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten.
- We laten de leerling inzien dat je soms ook op een andere manier kunt reageren.
- We gaan na welke oplossing het kind zelf wil.
- We benadrukken de sterke kanten van het kind.
- We stimuleren het dat de leerling zich anders/beter opstelt.
- We praten met de ouders van het kind (en de ouders van de pester).
- We plaatsen het kind niet in een uitzonderingspositie door het over te beschermen.
- We schakelen indien nodig, in overleg met de ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.

***De pester:***

- We praten met de pester en we zoeken naar de reden van het pesten.
- We laten inzien wat het effect van zijn/ haar gedrag is voor de gepeste.
- We laten inzien welke positieve kanten de gepeste heeft.
- We schakelen indien nodig, in overleg met de ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.
- We laten excuses aanbieden.
- We spreken bij herhaling de pester er weer op aan.

***De grote groep:***

- We maken het probleem bespreekbaar in de groep.

- We stimuleren dat de kinderen een eigen standpunt innemen en eventueel partij trekken voor de gepeste leerling.
- We bespreken met de leerlingen dat “meedoen” met de pester meestal kan leiden tot verergering van het probleem.
- We laten inzien wat het effect van zijn/ haar gedrag is voor de gepeste.
- We laten inzien welke positieve kanten de gepeste heeft
- We schakelen indien nodig, in overleg met de ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.

Adviezen aan.....

***De ouders van de gepeste kinderen:***

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- Pesten kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
- Stimuleer de leerling om naar de leerkracht te gaan.
- Houd toezicht op uw kind wat betreft multimedia.

***De ouders van pesters:***

- Neem het probleem van uw kind serieus.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- Houd toezicht op uw kind wat betreft multimedia.

***De ouders van alle kinderen:***

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- Houd rekening met de gevoelens van de ouders van zowel het gepeste kind als ook de gevoelens van de pester.
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw kind voor anderen op te komen.
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen.
- Houd toezicht op uw kind wat betreft multimedia.

Leerkrachten en de medezeggenschapsraad onderschrijven gezamenlijk dit PESTPROTOCOL.

## Hoofdstuk 7: Bijlagen

### 7.1. Bijlage 1: richtlijnen bij het eerste gesprek

Het eerste gesprek met de ouders zal meer opleveren als u de volgende richtlijnen in gedachten houdt:

- Besef dat de ouder wanhopig kan zijn.
- Ook al beschuldigt de ouder de school, blijf toch kalm.
- Maak duidelijk dat u de ernst van het probleem inziet en alles in het werk zal stellen om het pesten tegen te gaan.
- Probeer de informatie van de ouder helder te krijgen, maar onderwerp hem of haar niet aan een kruisverhoor.
- Maak duidelijk dat u wat tijd nodig hebt om het probleem nader te onderzoeken, maar beloof dat u snel weer contact zal opnemen. Ouders verwachten vaak dat er meteen iets opgelost kan worden, geef daarom aan dat u tijd nodig heeft.
- Geef uitleg over het pestprotocol. Wijs ze op de maatregelen die ouders zelf kunnen nemen. Ouders willen graag advies over hoe ze het beste hun kind kunnen helpen.
- Luister naar de ideeën over een plan van aanpak van de ouders. Probeer er een gezamenlijk plan van te maken.
- Probeer niet in discussie te gaan en vooral niet de ouders de schuld te geven, ook al vermoedt u dat de ouders wel een rol spelen.
- Maak meteen een nieuwe afspraak als u meer onderzoek binnen de school heeft verricht.

### 7.2. Bijlage 2: De kwaliteitscirkel

De kwaliteitscirkel verloopt volgens de volgende stappen:

1. Groepen vormen
2. Brainstormen over het probleem
3. Aspect van het probleem selecteren
4. Het aspect nader onderzoeken
5. Oorzaken benoemen
6. Oplossingen bedenken
7. Presentatie van het probleem met de oplossing
8. Evalueren van de aangedragen oplossing

De oplossingen die uit de kwaliteitscirkel voortkomen zijn vaak zeer praktisch en meteen toepasbaar door de leerlingen. Een groep leerlingen kan bijvoorbeeld tot de conclusie komen dat het pesten veroorzaakt wordt door verveling tijdens de pauzes. Een andere groep heeft als oplossing het organiseren van een toernooi en weer een andere groep kan bijvoorbeeld een plan uitwerken op speelmateriaal aan te vragen.