



Anti-pestprotocol

Basisschool Bocholtz

Inhoudsopgave:**Pagina**

1. Wat is pesten	3
2. Oorzaken van pesten	5
3. Uitgangspunten van de school	6
4. De preventieve aanpak van pesten	7
5. De curatieve aanpak van pesten	8
6. Methoden	11
7. Regels school	16
8. Voorbeeld contract	17
9. Klachtenregeling	18
10. Aanpak pestgedrag in stappen	18
11. Ideeënlijst op gebied van straffen	19

Cyberpesten en internetgebruik zie hiervoor de website van school

1. Wat is pesten

1.1 Definitie:

Pesten is het systematisch en langdurig uitoefenen van psychologisch of fysiek geweld door één of meerdere personen ten opzichte van één persoon, die niet (langer) in staat is zichzelf te verdedigen. Relatief nieuwe manieren van pesten zijn het digitaal en mobiel pesten. Kinderen of jongeren gebruiken dan het internet (bijvoorbeeld pesten via het chatten) of pesten elkaar door vervelende berichten via de mobiele telefoon te sturen.

1.2 De kenmerken:

- Het pesten gebeurt systematisch.
- De macht is ongelijk verdeeld.
- Het heeft een psychische of fysieke schade als gevolg.
- De gepeste is niet weerbaar.
- De bedoeling is om angst te veroorzaken of schade te berokkenen bij de gepeste.
- Het is een universeel verschijnsel.

1.3 De betrokken partijen:

Bij pesten gaat het niet alleen om de 'pester' en de 'gepeste'. De pester zorgt er namelijk voor dat anderen ook zullen mee pesten om bij de groep te horen.

1.4 Pesters

Pesters komen heel zelfzeker over. Het lukt hen zo goed dat ze anderen kunnen betrekken in hun pestactiviteiten. De pester is meestal een populair persoon die zich stoer gedraagt. Hij is een opstandig type die uitkomt voor zijn mening. De pester heeft moeite met regels en grenzen. Toch is hij minder zeker over zichzelf dan hij zich voordeet. Het pestgedrag dient meer als afleiding voor zijn eigen problemen. Het slachtoffer is vaak een uitlaatklep voor de frustraties van de pester.

1.5 Gepeste

Vaak is degene die gepest wordt 'anders dan de anderen'. Dat 'anders-zijn' kan gebaseerd zijn op uiterlijke kenmerken (een bril dragen, ouderwetse kleren aan hebben), maar vooral op het niet beantwoorden aan de groepsnorm. Ook hobby's, taalgebruik, thuissituatie,... kunnen een aanleiding zijn tot pesten. De meeste gepeste kinderen kunnen zich niet goed verdedigen en kunnen geen respect afdwingen van anderen. Ze zijn stil en introvert. Ze schamen zich dat ze gepest worden en houden dan ook hun mond daaromtrent. Ze hebben vaak weinig vrienden om op terug te vallen.

1.6 Middengroep

De middengroep is zeer belangrijk. Dat zijn degene die niet pesten en niet gepest worden. Meestal willen ze populair zijn. Wanneer de middengroep reageert op het pesten, houdt het pesten waarschijnlijk op.

De middengroep is onderverdeeld in enkele kleinere groepen. Er is een groep die zich aansluit bij de pester: het pestgroepje. Zij kunnen zich aansluiten voor verschillende redenen: uit bewondering, om er voordeel uit te halen, als uitlaatklep om frustraties te uiten of uit angst om zelf gepest te worden. Er is ook een groep die het pesten niet opmerkt. Een andere groep wil er niets aan doen omdat het hen onverschillig laat, maar op deze manier stopt het pesten niet. Er is maar een hele minieme groep die reageert en opkomt voor de gepeste kinderen.

1.7 Plagen of pesten

Pesten is iets anders dan plagen. Plagen gebeurt tussen ongeveer gelijkwaardige of even sterke partners en gebeurt naar beide kanten, dus er is niet een plager en een geplaagde maar de kinderen plagen elkaar. En beide partijen zien het plagen vaak meer als een spel of een lolletje. De bedoelingen van het kind dat plaagt, zijn niet slecht, al kan een plagerij soms best even pijn doen. Plagen gebeurt vaak spontaan, het duurt niet lang en gebeurt niet dag in dag uit. Bij plagen ben je gelijk aan elkaar; niemand is de baas. Ook liggen de rollen niet vast, de ene keer plaagt de één, de andere keer plaagt de ander. Plagen gebeurt zonder iemand pijn te willen doen en is daarom vaak leuk en grappig.

Bij pesten daarentegen is er sprake van een ongelijke machtsverhouding. De pester heeft macht over het kind dat gepest wordt. De pester heeft - bewust dan wel onbewust - de bedoeling om zijn slachtoffer te kwetsen.

2. Oorzaken van pesten

Pesten kan een aantal oorzaken hebben:

- Voortdurend met elkaar de competitie moeten aangaan.
Leerlingen leren hun eigenwaarde af te meten aan de mate waarin ze hun klasgenoten kunnen overtreffen. Ze kunnen anderen omlaag proberen te drukken omdat ze denken zo zelf beter naar voren te komen.
- Een voortdurende strijd om de macht in de groep.
Als leerlingen hun eigenwaarde afmeten aan hun plaats in een hoog-laag structuur veroorzaakt dit spanningen die afgereageerd kunnen worden op een zondebok.
- Als de lesstof te moeilijk is, kan een kind uit gevoel van onmacht gaan pesten (onmacht in sociale situaties), compensatiegedrag.
- Lichaamstaal speelt een rol bij het al dan niet gepest worden
- Verveling kan leiden tot pesten
- Een problematische thuissituatie van de pester.
Als een kind een slechte verhouding met z'n ouders heeft en deze te weinig interesse in het kind hebben, is de kans groot dat het een pester wordt. Als agressief gedrag van het kind niet aan banden gelegd wordt, is de kans dat het kind uitgroeit tot een pester nog groter. Een kind dat *thuis* te weinig aandacht krijgt, gaat die op een gewelddadige manier op *school* proberen te krijgen.
- Een voortdurend gevoelde anonimiteit.
De pester voelt zich verloren binnen de grote groep en probeert van zichzelf een bepaalde belangrijke persoon te maken door een klasgenoot naar beneden te drukken. Door de anonimiteit in de klas of op de hele school is er dan ook nog eens een gebrek aan sociale controle, met andere woorden: zijn/haar klasgenoten zullen niet ingrijpen.
- Bij voortduring in een niet-passende rol worden gedrukt.
Het kan hier bijvoorbeeld gaan om het bij voortduring in een typisch mannelijke of vrouwelijke rol worden gedrukt; kinderen moeten zich gaan gedragen op een manier die niet past bij wie ze zijn. Ze moeten bepaalde dingen die ze graag willen doen onderdrukken, en/of bepaalde dingen die ze juist niet willen doen, toch doen.

3. Uitgangspunten van de school

Basisschool Bocholtz moet een veilige plek zijn voor iedereen. Leerlingen, ouders en leerkrachten moeten zich prettig en veilig voelen. Alleen dan presteert iedereen optimaal. Pesten op school is een ingewikkeld probleem. Dat betekent dat school het serieus moet aanpakken.

Onze uitgangspunten zijn:

- leerkrachten, leerlingen en ouders zien pesten als een bedreiging en nemen duidelijk stelling tegen pesten
- zowel de school als geheel als iedere leerkracht afzonderlijk probeert pesten te voorkomen (preventief)
- leerkrachten, leerlingen en ouders zijn alert op pestgedrag en proberen dit vroegtijdig te signaleren en te bestrijden
- het is belangrijk dat de aanpak integraal is door de inschakeling van alle betrokken partijen (de zogenaamde vijfsporenaanpak)
- het probleem wordt structureel aangepakt dat wil zeggen via signaleren, analyseren, handelen en evalueren
- de school beschikt over een klachtenprocedure
- ouders voelen zich vrij om het vermoeden van pesten te bespreken op school
- er is een vertrouwens/contactpersoon voor kinderen en een anti-pestcoördinator op school aanwezig

Wij willen bij de aanpak van pesten op school uitgaan van de zogenaamde vijfsporen-aanpak van Bob van der Meer

Deze bestaat uit:

- hulp aan het gepeste kind
- hulp aan degene die pest
- hulp aan de zwijgende middengroep
- hulp aan de leerkracht
- hulp aan de ouders

4. De preventieve aanpak

Als school proberen wij er alles aan te doen om pesten op school te weren. De preventieve aanpak bestaat o.a. uit:

- Streven naar een goed pedagogisch klimaat; leerlingen veiligheid en geborgenheid bieden.
- De school heeft een aantal algemene regels (zie hoofdstuk 4)
- Elke groep stelt aan het begin van elk schooljaar met elkaar een aantal regels op die het pesten moeten voorkomen.
- Respect hebben voor elkaar staat hoog in ons vaandel. Hieraan wordt in de groepen veel aandacht besteed.
- Wij werken actief aan een positief groepsklimaat middels de aanpak van “De Gouden Weken, groepsvorming en ouderbetrokkenheid”.
- De leerkracht maakt leerlingen duidelijk dat signaleren van pesten (niet plagen) doorgegeven moeten worden aan de leerkracht en uitleggen dat dit geen "klikken" is.
- In alle groepen wordt regelmatig aandacht besteed aan het onderwerp “**pesten**”. Hiervoor gebruiken we de methode “**Leefstijl**” en maken we gebruik van actueel aangeboden materialen die worden aangeboden in de vorm van projecten, bijvoorbeeld bij “de week tegen pesten” van De School en Veiligheid, materialen (o.a. de posters) van de Stichting tegen zinloos geweld (www.moed.nl / kidstegengeweld) e.d.

4.1 Wat kan de leerkracht doen aan preventie:

- de leerkracht erkent pestproblematiek en neemt preventieve maatregelen
- verder wordt van iedere leerkracht verwacht, dat hij/zij werkt aan positieve groepsvorming
 - Respect voor elkaars mogelijkheden en onmogelijkheden.
 - Samenwerken; elkaar helpen
 - Respect voor elkaars spullen
 - Niemand buiten sluiten
 - Naar elkaar luisteren bij beurten, spreekbeurten
 - Ruzies uitpraten, goed maken
- de leerkracht stelt samen met de leerlingen gedragsregels op en ziet toe op de naleving daarvan
- de leerkracht voert leergesprekken met de klas over vriendschap en respect en past aanvullende werkvormen toe
- de leerkracht blijft op de hoogte van het materiaal dat op de school beschikbaar is over pesten en van recente ontwikkelingen en raadpleegt zonodig literatuur of websites
- tijdens de gymles heeft de leerkracht aandacht voor fysieke aspecten zoals bijvoorbeeld houding, kracht en zelfvertrouwen uitstralen.
- De leerkracht maakt gebruik van intervisie met collega's.

4.2 De sociaal-emotionele kring

Tijdens de kring worden onderwerpen met alle kinderen besproken en ervaringen worden uitgewisseld. Enkele onderwerpen die in relatie staan tot pesten zijn: omgaan met verschillen; benoemen van positieve kanten van medeleerlingen; voorwaarden voor vriendschap; uiten van onvrede; leren benoemen van problemen; regels voor goed omgaan met elkaar.

5. De curatieve aanpak

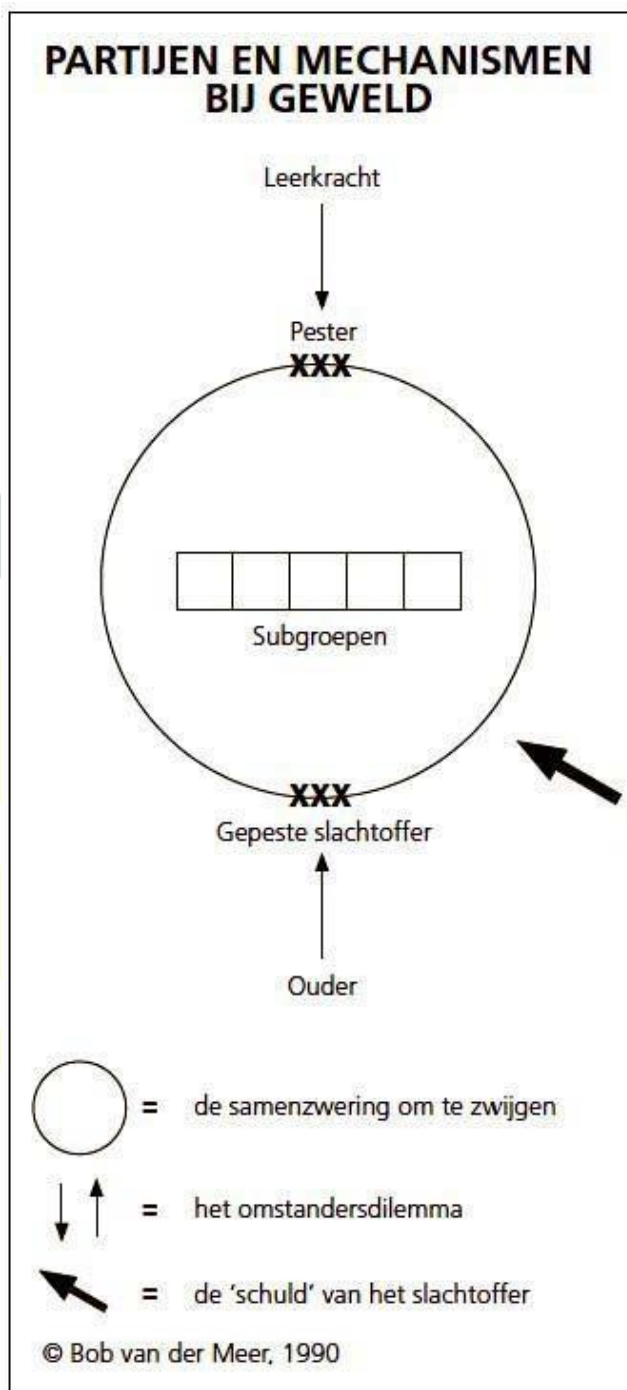
Nadat de school geconstateerd heeft dat er gepest wordt, treedt de curatieve aanpak in werking. De leerkracht kan hierbij gezien worden als een spin in het web.

De curatieve aanpak bestaat uit een aantal maatregelen die de leerkracht en de school kan nemen.

Een aantal "partijen" spelen hierbij een rol:

het gepeste kind; de pester(s); de zwijgende middengroep; de ouders, de leerkracht.

De vijfsporenaanpak (Bob van der Meer)



(vijfsporen)aanpak voor oplossing van het probleem.

Bij pesten is, zoals gezegd, sprake van vijf partijen. Het gepeste kind; de pester(s); de zwijgende middengroep; de ouders, de leerkracht.

De zwijgende middengroep (kolom in het midden) bestaat uit vijf subgroepen:

- de leerlingen die met de pester meepesten, omdat ze bang voor hem/haar zijn,
- de leerlingen die mee pesten, omdat ze er beter van (denken te) worden,
- de leerlingen die niet mee pesten, maar ook niets doen om een einde te maken aan het gedrag van de pester,
- de enkeling die niet ziet dat er in de klas wordt gepest,
- de enkeling met een hoge sociale status in de groep die het af en toe voor het slachtoffer opneemt.

Er treden ook drie psychologische mechanismen in werking:

1. de samenzwering om te zwijgen
2. het omstanderdilemma
3. de neiging van de omstanders om het slachtoffer van pesten (een gedeelte van) de schuld te geven, *blaming the victim* genoemd.

5.1 De samenzwering om te zwijgen

Dit is een term afkomstig uit de literatuur over kindermishandeling en heeft te maken met het 'klokkenluiderprobleem'. Iedereen of bijna iedereen in de groep weet dat er gepest wordt; toch durven leerlingen het niet naar buiten te brengen, uit angst om voor verklikker te worden aangezien. De enige manier om dit mechanisme te doorbreken is de regel: je mag nergens over klikken, maar als de regels die jullie met elkaar hebben afgesproken, worden overtreden, heeft iedereen het recht en de plicht dit aan elkaar, de leerkracht en de ouders te vertellen en dat noemen we geen klikken.

Dit moet consequent aan de orde worden gesteld, en de leerlingen moet gevraagd worden of hen iets dwarszit, wat zij graag aan anderen zouden willen vertellen. Met deze regel beginnen we al bij leerlingen van groep één.

5.2 Het omstanderdilemma

Een oplossing voor dit dilemma is beleid waarin duidelijk wordt gemaakt dat **eenieder** binnen school verantwoordelijk wordt of is voor elkaars psychosociale veiligheid, wat inhoudt dat, als iemand iets dwars zit hij of zij dat niet alleen kenbaar *má*g, maar ook *mó*et, maken.

5.3 Blaming the victim

Als men nu iemand kent die goed doet, maar in plaats van te worden beloond wordt hij of zij gepest op school, dan betekent dit een aanval op ons geloof in de rechtvaardige wereld. Deze aanval lossen wij op door het slachtoffer (een gedeelte van) de schuld te geven.

De enige oplossing voor dit mechanisme is om aan elkaar voortdurend duidelijk te maken dat niemand erom vraagt om slachtoffer van pesten of een andere vorm van geweld te zijn of te worden.

5.4 De curatieve aanpak bestaat uit:

- Leerlingen duidelijk maken dat signalen van pesten (niet plagen) doorgegeven moeten worden aan de leerkracht en uitleggen dat dit geen "klikken" is.
- Het gepeste kind duidelijk maken dat zijn probleem gezien en erkend wordt.
- De pester duidelijk maken dat het pestgedrag onacceptabel is en excuses laten aanbieden.
- De zwijgende middengroep/ de meelopers en de helpers wijzen op hun rol en de gevolgen van hun handelen.
- Met de kinderen aanvullende regels maken op de preventieve aanpak om het pesten in de

toekomst te voorkomen.

- Diverse methoden inzetten om het pestprobleem te bespreken in de klas
- Als het probleem groeps- overstijgend blijkt te zijn: de situatie bespreken met collega's en de schoolleiding.
- De intern begeleider (tevens anti-pestcoördinator) biedt de leerkracht ondersteuning bij de aanpak van het probleem.
- Ouders van zowel het gepeste kind als de pester informeren en betrekken bij het oplossen.
- Zonodig alle ouders uit de groep informeren en voorzien van achtergrondinformatie en adviezen.



6. Methoden

Concrete handreikingen voor de vijfsporenaanpak

De aanpak bestaat uit de volgende activiteiten: mobiliseren van de zwijgende middengroep, hulp aan de pester en hulp aan het gepeste kind, ondersteunen leerkrachten en ouders

6.1 Mobiliseren van de zwijgende middengroep

Door middel van gesprekken met kinderen die gepest worden en zij die pesten, komen we erachter welke kinderen de zwijgende middengroep vormen. Als je weet wie het zijn kun je ze mobiliseren: actie ondernemen om hun gedrag te veranderen.

Als er veel gepest wordt in een groep gaat de sfeer achteruit en is het zelden leuk en gezellig. Hoe langer het pesten duurt hoe slechter de sfeer wordt. Daarom moet het pesten ophouden en is het belangrijk dat de zwijgende middengroep daarin ook zijn verantwoordelijkheid neemt. Door middel van een gesprek bespreekt de leerkracht de volgende vraag met deze groep; **heb je als zwijgende middengroep ook schuld aan het pestgedrag van enkelingen?**

Je leert de kinderen zich ervan bewust te worden wat hun gedrag teweeg brengt en verantwoordelijkheid te gaan nemen voor hun gedrag.

Je leert ze hun negatieve betrokkenheid om te zetten in positieve handelingen.

Mogelijke stappen:

- bewustwording; schuldvraag en het leren inleven in posities van anderen (hoe concreter, hoe beter)!
- tutoren; kinderen leren samenwerken vanuit verschillende rollen
- rollenspel; in het rollenspel komt de rol van de zwijgende middengroep duidelijk naar voren. Kinderen leren zich inleven in posities van anderen en leren het negatieve gedrag te benoemen. Daarna oefenen zij met het gewenste gedrag, bijvoorbeeld: een pester aanspreken op het pesten, (durf te roepen “houd ermee op dat is gemeen”), de leerkracht vertellen dat er gepest wordt, het opnemen voor het gepeste kind.
- maak met de klas “Een plan voor een fijne groep”.

6.2 Hulp aan de pester

Hulp aan de pester is nodig. Pesters doen zich sterker voor dan hun klasgenoten en stellen zich daarboven. Ze kunnen agressief zijn en neigen vaak tot agressieve reacties in verschillende situaties. Ze kunnen hun slachtoffers tiranniseren, klasgenoten opdracht geven het gepeste kind te pesten of dat zelf doen.

Hulp kan bestaan uit:

- probleemoplossende gesprekken.
- een rollenspel en andere spelvormen.
- een gesprek met de ouders.
- training in sociale vaardigheden.
- een bestraffend gesprek.
- En als laatste middel: schorsing of verwijdering.

Probleemoplossende gesprekken

Als er gepest wordt voert de leerkracht een aantal probleemoplossende gesprekken met de pester om de oorzaak van het pestgedrag bloot te leggen. Dit is nodig om tot de juiste hulp te komen. De leerkracht heeft hierbij een aantal mogelijke achtergronden van het pestgedrag in gedachten:

- het niet aangeleerd hebben van waarden en normen op het gebied van respect

- ouders corrigeren agressief gedrag niet
- zelf gepest zijn
- problemen van sociaal emotionele aard
- weinig aandacht van de ouders
- slecht voorbeeld van ouders of andere volwassenen
- blootstelling aan geweld op tv of in computerspelletje
- lichamelijke bestraffing door de ouders

Pesters beschikken vaak over een aantal kenmerken: ze hebben een positieve houding ten opzichte van geweld, zijn impulsief, hebben een sterke behoefte om anderen te domineren, zijn fysiek sterk, maken structureel gebruik van lichamelijk, geestelijk of seksueel geweld tegen leeftijdsgenoten, hebben weinig empathie (voor hun slachtoffers) en hebben een vier keer zo grote kans om in het criminele circuit te komen.

Is de oorzaak enigszins duidelijk, dan probeert de leerkracht vervolgens de gevoeligheid van de pester voor wat hij met het gepeste kind uithaalt te vergroten. Dit kan op verschillende manieren en gebeurt meestal in groepsverband. Mogelijk is professionele hulpverlening noodzakelijk.

Rollenspel en andere spelvormen

Rollenspelen, opdrachten uitwerken rondom het ontstaan van vriendschappen en aanverwante onderwerpen kunnen uitgediept worden.

Bij een rollenspel kan de leerkracht bijvoorbeeld de pester laten ervaren hoe het is om buitengesloten te worden. In een rollenspel kan een pester duidelijk gemaakt worden wat zijn/haar gedrag teweegbrengt. Zie voor een verdere uitwerking de zwijgende middengroep.

Afspraken maken

Tevens kan de leerkracht afspraken maken met de pester over gedragsverandering. Aan het einde van elke week kan de naleving van deze afspraken in een sociaal emotionele kring aan de orde komen.

6.3 Ondersteuning van leerkrachten

Wanneer leerkrachten zien of vermoeden dat kinderen elkaar pesten, nemen zij daar duidelijk stelling tegen. Als het pestprobleem blijft voortduren gaan leerkracht en intern begeleider samen het probleem aanpakken.

Het pestprotocol biedt de leerkracht handvatten bij het aanpakken van pestproblemen in de groep. Er is op de school literatuur beschikbaar over dit onderwerp en er zijn sites op internet op te vragen. De leerkrachten staan er niet alleen voor. Ze kunnen te allen tijde beroep doen op hun collega's, de intern begeleider en de schoolleiding bij pestproblemen in hun klas. Een leerkracht kan na overleg met de intern begeleider en de schoolleiding contact opnemen met Schoolmaatschappelijk werk of schoolarts voor professionele ondersteuning bij pestproblemen.

6.4 Professionaliseren van ouders

Ouders van zowel het gepeste kind, de pester en indien nodig ook de ouders van de andere kinderen krijgen via de intern begeleider achtergrond informatie en adviezen.

Tips voor ouders van een kind dat pest

- Neem het probleem serieus
- Realiseert u zich dat elk kind een pester kan worden
- Praat met uw kind en bedenk dat een pester steeds zal proberen zijn haar foute gedrag te minimaliseren. Stel directe vragen:
Wat doe jij? Wat gebeurt er dan? Waarom doe je dat? Hoe voel je je daarna?
- Neem contact op met de school en blijf in contact. Laat aan uw kind en de school

- merken dat u dit probleem en de oplossing samen met de school serieus neemt
- Maak uw kind zeer duidelijk dat u dit gedrag niet tolereert en geef aan wat voor gevolgen pesten heeft voor de slachtoffers
 - Beloon uw kind voor positief gedrag
 - Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een teamsport
 - Bedenk dat het veelvuldig kijken naar gewelddadige video's, videogames en televisieprogramma's het gedrag van uw kind negatief kan beïnvloeden. Stel samen met uw kind een kijk- of speelwijzer op

Tips voor ouders van kinderen die gepest worden

- Neem het probleem serieus.
- Moedig uw kind aan te praten over pesten.
- Stel directe vragen:
 - Wie plaagt er?
 - Wat gebeurt er?
 - Waar gebeurt het?
 - Wanneer gebeurt het?
- Vraag uw kind hoe zij/hij geprobeerd heeft het pesten te stoppen.
- Help uw kind met het bedenken van mogelijke oplossingen.
- Door veel met uw kind te praten kunt u erachter komen welke positie het inneemt in de klas. Laat deze gesprekken in een ontspannen sfeer plaatsvinden.
- Kan uw kind moeilijk praten, laat hem/haar een dagboekje bijhouden.
- Zeg in ieder geval nooit dat het "eigen schuld" is als uw kind gepest wordt.
- Stel waar nodig een sociale vaardigheidstraining voor
- Ga niet zelf met de pester(s) of hun ouders in gesprek, behalve als het in een heel vroegstadium is.
- Neem als ouder op positieve wijze contact op met de school in samenspraak met uw kind.
- Zorg ervoor dat je kind het gevoel heeft dat je als ouders achter hem of haar blijft staan.
- Houd de communicatie open, blijf over het pesten praten met uw kind op een positieve manier (niet vragen: en wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd).
- Stimuleer uw kind tot het doen van een sport, zodat het kan uitblinken in een spel of motorische vaardigheid.

Tips voor overige ouders

- Neem het probleem serieus: het kan ook uw kind overkomen.
- Praat met uw kind over school, over de relaties in de klas en over wat de leerkracht doet en moedig het kind aan te praten over het pesten in de klas. Onderzoek of jouw kind behoort bij de zwijgende middengroep.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw kind voor anderen op te komen.
- Neem tijdig contact op met de school als je erachter komt dat er gepest wordt in de klas.

6.5 Hulp aan het gepeste kind

De leerkracht laat het kind weten dat zijn probleem is gezien en erkend wordt.

Bij ernstige gevolgen van pesten probeert de leerkracht samen met de ouders het gepeste kind zijn/haar gevoel voor eigenwaarde terug te laten vinden. Zonodig wordt hierbij hulp van professionele instellingen (sociale vaardigheidstrainingen) ingeschakeld.

Tips voor kinderen die gepest worden

- Het is belangrijk te weten dat er nooit een reden mag zijn om jou te pesten. Iedereen heeft het recht om zichzelf te zijn.
- Ga er mee naar je leerkracht of naar iemand die je vertrouwt,
- Vertel het aan je ouders.
- Als je er op school niet uitkomt, vraag dan je ouders om hulp.
- Bedenk voor jezelf een leuke sport of hobby waardoor je andere kinderen tegenkomt. De kans is groot dat je het daar naar je zin hebt en je weer wat zelfvertrouwen krijgt.

Methoden die de school toepast om pesten te beëindigen zijn:

- sociaal emotionele kring
- individuele gesprekken met het kind
- gesprekken met de ouders
- rollenspel
- adviseren sociale vaardigheidstraining

Individuele gesprekken met het kind.

Hierin probeert de leerkracht te achterhalen wat de pestgeschiedenis is: Wanneer en door wie wordt het kind gepest?

Wat is de reactie van het kind hierop? Wat is de reactie van de groep?

Worden de signalen door de leerkracht opgemerkt?

Vervolgens maakt de leerkracht met het kind afspraken over direct melden van pesten aan de leerkracht.

De leerkracht zal het pesten in de klas behandelen aan de hand van de al genoemde methoden. Tevens zal de leerkracht de pester aanspreken op zijn/haar gedrag.

De sociaal-emotionele kring

(zie preventieve aanpak)

Gesprekken met de ouders

Indien het kind regelmatig gepest wordt neemt de school contact op met de ouders van het kind en vindt er een gesprek plaats met de leerkracht. We zullen proberen samen te achterhalen wat de oorzaak kan zijn van het pesten, hoe het kind reageert op het pesten, of de ouders signalen hebben ontvangen van gepest worden, welke maatregelen de school tot nu toe genomen heeft, welke tips ouders zouden kunnen toepassen om hun kind te helpen.

Rollenspel

Zie zwijgende middengroep

Sociale vaardigheidstraining

Zie website literatuurlijst

7. Regels op school

De school hanteert gedragsregels. Respect in

houding en gedrag

- luisteren naar elkaar
- elkaar laten uitspreken
- beleefd zijn tegen elkaar
- respect voor verschillen in levensbeschouwing en cultuur
- rekening houden met elkaars gevoelens en wensen
- rekening houden met elkaars mogelijkheden en behoeften
- leren verschillen te accepteren, waarderen elkaar zoals we zijn

Vertrouwen in elkaar/zelfvertrouwen

- stimuleren middels complimenten en positieve waardering
- een positief kritische houding jegens elkaar
- ruimte voor een eigen mening
- tijd en aandacht voor elkaar
- voor elkaar opkomen

Eerlijk zijn

- open met elkaar communiceren
- communiceren met als doel elkaar te begrijpen en zaken bespreekbaar maken
- gevoel hebben voor rechtvaardigheid

Verantwoordelijkheid

- afspraken nakomen
- verantwoordelijkheid zijn voor elkaar
- met anderen meeleven
- behulpzaam naar elkaar zijn
- zich verantwoordelijk voelen voor het eigen werk
- zorgvuldig omgaan met eigen en andermans materiaal
- houden het schoolgebouw en schoolplein netjes, schoon en gezellig

Veiligheid

- conflicten willen oplossen
- pestgedrag afwijzen
- op willen komen voor de zwakkeren
- zelfbeheersing en zelfdiscipline
- als iemand ons hindert, vragen wij hem of haar daarmee te stoppen
- als dat niet helpt, vragen we de juf of meester om hulp

8. Voorbeeld van een contract

'Stop het pesten' van groep ..

Het is de bedoeling dat de groep aan het begin van elk schooljaar een eigen contract maakt met als doel een prettige sfeer te creëren in de groep. Een contract met positieve afspraken en met wat de kinderen niet willen dat er gebeurt. De kinderen benoemen zelf wat zij belangrijk vinden en in welke volgorde. De leerkracht en de kinderen bepalen samen het aantal regels. Dit is een voorbeeld van zo'n contract:

Wij zullen

- elkaar helpen
- aardig zijn
- luisteren naar elkaar
- het voor elkaar opnemen
- complimentjes geven
- andere kinderen betrekken in het spel
- elkaar nemen zoals we zijn

Wij zullen

- niemand uitschelden.
- niet gelijk met een oordeel klaarstaan.
- niemand buitensluiten.
- niet zoveel letten op elkaar.
- van elkaars spullen afblijven.
- niet met z'n allen iemand uitlachen.
- niet roddelen over elkaar.
- van elkaar afblijven.
- elkaar niet bedreigen.
- elkaar niet op uiterlijk aanspreken.

Wij, als groep....., houden ons aan dit contract en melden het direct aan: als iemand zich er niet aan houdt!

9. Klachtenregeling & vertrouwenspersoon

Dit is de algemene klachtenregeling van de school:

Overall waar gewerkt wordt, zijn wel eens misverstanden en worden af en toe fouten gemaakt. Dat is op onze school niet anders.

Zit u iets dwars, heeft u het gevoel dat iets niet helemaal goed loopt of heeft u een klacht dan kunt u dit altijd aan de school melden. Samen zoeken we dan naar een goede oplossing. Komen we er niet uit, dan bespreken we wie er ingeschakeld moet worden om het probleem wel op te kunnen lossen.

Heeft u een probleem of klacht dan kunt u in eerste instantie terecht bij de contactpersoon van onze school (zie schoolgids voor de naam betrokkene).

Met de contactpersoon kunt u overleggen wat de beste weg lijkt om tot een oplossing te komen.

Dit kan zijn het probleem direct aan de directeur voor te leggen, maar een meer algemeen probleem met het schoolbeleid kan wellicht ook via de medezeggenschapsraad aangekaart worden.

Heeft u het gevoel dat we binnen de school niet tot een oplossing komen, dan kunt u uw klacht of problemen voorleggen aan het bevoegd gezag. Voor gegevens zie schoolgids of website Daar zal worden nagegaan, of uw probleem of klacht door het bevoegd gezag oplosbaar is dan wel deze, in overleg met u, voorgelegd moet worden aan de onafhankelijke klachtencommissie.

10. Route bij aanpak van pestgedrag

1. alle leerlingen hebben het recht en de plicht om pestgedrag bij de leerkracht te melden. De leerkracht gaat met de kinderen in gesprek om meer inzicht te krijgen (individueel of samen, afhankelijk van situatie). De leerkracht maakt afspraken met de kinderen
2. bij een tweede melding volgt een gesprek met de pester en deze krijgt een waarschuwing, de zwijgende middengroep wordt geactiveerd, er worden opnieuw afspraken gemaakt. De ouders van het gepeste kind worden geïnformeerd als dit nog niet is gebeurd.
3. stopt het pesten dan nog niet dan volgt er nog eenmaal een gesprek en een waarschuwing richting pester door de leerkracht. De pester krijgt dan ook de mededeling dat de volgende keer de intern begeleider wordt ingeschakeld.
4. de intern begeleider heeft een gesprek met de kinderen (pester en gepeste), er worden afspraken gemaakt en de waarschuwing gegeven dat de volgende keer ouders worden geïnformeerd.
5. ouders worden geïnformeerd en mede verantwoordelijk gemaakt. In goed overleg proberen we met de ouders aan een oplossing te werken.
6. eventueel wordt schoolmaatschappelijk werk of schoolarts ingeschakeld

11. Ideeënlijst op het gebied van straffen

Hieronder een overzicht van mogelijke 'straffen' wanneer leerlingen de - al dan niet door henzelf - vastgestelde regels of afspraken overtreden. De straffen zijn afkomstig van scholen die beleid hebben ontwikkeld en vastgesteld op het gebied van pesten/geweld/onveiligheid. Alhoewel in het beleid een onderscheid wordt gemaakt in oorzaak en mate van geweld, de leeftijd van de leerling en of er sprake is van recidive, wordt dit onderscheid hier (nog) niet gehanteerd. Ook wordt er (nog) geen onderscheid gemaakt in straffen bestemd voor leerlingen van het basis- of voor het voortgezet onderwijs. En tot slot wordt er nog geen onderscheid gemaakt in oplopende zwaarte van de straffen.

Wel wordt er een onderscheid gemaakt in zinvolle en (tamelijk) zinloze straffen. De (tamelijk) zinloze straffen zijn: het plein vegen, lokalen of wc's schoonmaken. Zinvolle straffen zijn straffen die in relatie staan tot het pesten.

Mogelijke straffen kunnen zijn:

Aan den lijve (laten) ervaren middels rollenspel

- Pester aan den lijve laten ervaren wat het is om gepest te worden. Dit kan echter niet bij elk kind. Met andere woorden, het is afhankelijk van de oorzaak waarom dit kind pest.

- Gepleegd vergrijp bij hem/haar toepassen.

Met deze straf heel voorzichtig omspringen en vooraf overleg met IB.

Apart zetten

- Apart zetten, uit het groepje.

- Pester buitensluiten in vrije situaties: niet mee laten gymen, niet buiten laten spelen, niet mee laten zwemmen, niet mee naar de schooltuin.

- De pester wordt direct geïsoleerd, mag even niet spelen of computeren.

Boek over pesten

- Een (gedeelte van een) boek over pesten lezen.

- De opdracht geven om De verschrikkelijke schoolmeester van Dolf F. te lezen.

- Een (gedeelte van een) boek over pesten lezen, hiervan een uittreksel maken en/of er een spreekbeurt voor de klas over houden.

Brief

- Brieven met gevalsbeschrijvingen van gepeste kinderen of volwassenen overschrijven.

Drie van deze brieven zijn opgenomen in: Ballet Pijn die pesten heet, begeleidend materiaal, bestelnummer 601.006. Bestelwijze: Onder vermelding van titel en bestelnummer kan deze brochure schriftelijk worden aangevraagd bij het APS, Afdeling VODA, Postbus 85475, 3508 AL Utrecht of via het emailadres: b.vandermeer@home.nl. Vijf van deze brieven zijn gratis te downloaden van de website www.pestten.net.

- Brieven met gevalsbeschrijvingen van gepeste kinderen of volwassenen lezen. Hierbij wordt de opdracht gegeven zich voor te stellen dat dit hem/haar of broertje, zusje, neefje, nichtje overkomt. In een later gesprek met de leerkracht wordt aan de pester gevraagd wat deze brieven hem of haar emotioneel hebben gedaan.

Cadeau

- De pester koopt een klein cadeau voor het gepeste kind en overhandigt het aan het gepeste kind in eerste instantie niet in het bijzijn van de rest van de klas, maar bij recidive wel.

Complimenten

- Lijst maken van complimenten en deze toepassen wanneer de pester zich houdt aan de gemaakte afspraken. Een moeilijkheid hierbij is de opmerking van sommige leerkrachten dat

ze het moeilijk vinden om kinderen/leerlingen complimenten te geven, te belonen voor wat zij 'normaal' gedrag vinden.

Excuus

- Excuusbrief voor het slachtoffer schrijven.
- Een excuusbrief voorlezen aan de klas. Het argument hiervoor is dat de leerlingen met elkaar regels hebben afgesproken en dat (voortdurende) overtreding van deze regels een zaak is die de gehele klas of groep aangaat en niet alleen het gepeste kind.

Gesprek met ouders

- Ouders voor een gesprek op school uitnodigen en aan hen vertellen wat het kind met klasgenoten uithaalt.

Gesprek met pester

- In een gesprek met de leerkracht krijgt de pester de opdracht een aantal leuke dingen te noemen van het gepeste kind.
- Met de pester worden (veel) één-op-één gesprekken gevoerd. De inhoud hiervan is:
 - . Wat is er volgens jou gebeurd?
 - . Weet je waarom het gebeurd is?
 - . Hoe voelde je je?
 - . Hoe denk je dat de ander zich voelde?
 - . Zou je ook een andere manier kunnen verzinnen?
 - . Kan/wil je iets aardigs over de ander zeggen?

Als deze één-op-één gesprekken weinig tot geen resultaten opleveren, worden daarna confronterende gesprekken gevoerd.

Interview

- Een interview over pesten afnemen bij een volwassene. Een variant is: de pester een interview over pesten laten afnemen met een van de ouders.

Kleuters

- Kleuters moeten, wanneer ze iets fout op dit gebied hebben gedaan, op de rode strafstoel plaatsnemen, worden uit de kring geplaatst of maken een tekening voor het slachtoffer.
- Welke straf je geeft, hangt van de situatie af.
- Ook laten meedoen met leuke dingen.
- Belonen wanneer het goed gaat.
- Tekeningen laten maken voor elkaar bij ruzie.
- Eerst zelf het conflict laten oplossen door te zeggen: "hou op". Het andere kind moet dan zeggen: "sorry" en dan de naam. Als het erger is, uit de situatie zetten, bijvoorbeeld uit de kring, een tekening maken of aan het werk zetten (een puzzel maken). Als het heel erg wordt, uit de klas naar een andere klas brengen.
- Bij buiten spelen, naar binnen en puzzel maken.
- Als ik uit de klas ga, gaat het kind met mij mee.
- Niet samen met de andere kinderen jas pakken en naar buiten gaan.
- Niet naast vriendjes of vriendinnetjes mogen zitten in de kring, maar naast een ander kind.
- Niet meedoen met de groep: time-out.
- Iets aardigs maken voor het slachtoffer.
- Positieve aandacht.
- Iets doen voor een ander: een ander helpen.
- Niet met iets mee laten doen en een gesprek.
- Individueel begeleiden en op eigen niveau verder laten werken. De leerling heeft dan geen tijd voor verveling: goed resultaat.

- Pester moet regels voorlezen voor de klas of vertellen aan de groep wat hij deed.
- Buiten groep plaatsen (verbaal of handelend).
- Pester krijgt taak in de groep van het slachtoffer: hij of zij moet iets aardigs doen voor het slachtoffer.
- Klas opruimen voor degene die gepest is.
- Extra werk doen na schooltijd.

Opstel

- Een opstel over pesten schrijven en de informatie hiervoor van de website www.pesten.net halen.
- Een opstel schrijven met als inhoud: drie argumenten bedenken die aangeven dat pesten goed is en drie argumenten dat pesten slecht is. De informatie hiervoor kan worden gehaald uit www.pesten.net.
- Een opstel schrijven, waarbij antwoord moet worden gegeven op de vraag: "waarom pest je eigenlijk?" Hierbij wordt het overzicht van mogelijke oorzaken waarom kinderen pesten gegeven.

Presentatie

- Een mondelinge presentatie met als werktitel pesten of over een boek over pesten.

Regels

- De pester krijgt de opdracht in de voor of door de leerlingen vastgestelde regels na te gaan welke regel(s) hij/zij heeft overtreden, waarna de leerling wordt gevraagd argumenten te bedenken waarom deze regel noodzakelijk is en deze argumenten in een aantal zinnen op te schrijven en in te leveren.

Sociaal isoleren

- Als niets meer helpt, de pester negeren, sociaal isoleren of doodzwijgen.

Sorry-brief

- Een sorry-brief schrijven en aan het gepeste kind voorlezen.
- Een sorry-brief schrijven en aan de klas voorlezen.

Strafregels

- Strafregels bedenken en overschrijven.
- De door de leerkracht vastgestelde of door de groep samengestelde regels een of meer keren overschrijven.

Tekening maken

- Een tekening maken, met het verzoek zich in te leven in de gevoelens van slachtoffers of de opdracht zich voor te stellen wat er met hem/haar emotioneel zou gebeuren als het hem of haar was overkomen.
- Een tekening voor het slachtoffer maken.
- Een tekening maken over wat vervolgens hem/haar is gebeurd.
- De pester maakt een tekening hoe het anders zou kunnen/had kunnen zijn.

Toezicht houden op regels

- De pester krijgt van de leerkracht de opdracht toezicht te houden op de door de leerlingen of leerkracht vastgestelde regels.

Website

- De website www.pesten.net bekijken en er verslag over doen.

Werkstuk

- De pester en de gepeste maken samen een werkstuk, bijvoorbeeld een scheikundeproef of iets bij techniek.

Video

- Een video over pesten bekijken en er een verslag over schrijven.

Een mogelijke volgorde van activiteiten

- Gesprek van pester met mentor
- Gesprek met ouders, afspraken maken.
- Opnieuw gesprek. 'Je houdt je niet aan de afgesproken regels'. Zwaardere straffen.
- Zelf oplossing zoeken.
- Website bezoeken. Opdracht: noem een aantal verhalen die je hebben aangegrepen.
- Op school terug laten komen een aan het lezen zetten van een boek over pesten.
- Excusbrief maken (eerst zelf controleren).
- Opstel met drie argumenten waarom je wel/niet zou mogen pesten.
- Brief met excuses aan de klas (om niet de gepeste te stigmatiseren).
- Opdracht om videofilm te bekijken over pesten.