

2022

# Anti-pestprotocol



Jordey van Dam  
OBS de Boomgaard  
1-7-2022

## Voorwoord

Op De Boomgaard willen wij kinderen een veilig pedagogisch klimaat bieden, waarin kinderen zich harmonieus en op een prettige en positieve manier kunnen ontwikkelen. Eén van onze kernwaarden is 'gelukkig'. Als school streven we naar een positief klimaat waarin kinderen blij naar school komen en tevreden naar huis gaan. Daarnaast is er echte aandacht voor ieder kind. Kinderen voelen zich gehoord, worden gezien en gewaardeerd. Binnen de school werken we hieraan door een open en prettige werksfeer te scheppen binnen de klas en daarbuiten. Er is ruimte voor iedereen om zichzelf te zijn zolang dat niet betekent dat de afgesproken regels overtreden worden of dat iemands persoonlijke grenzen overschreden worden en dat past niet in een prettig en veilig leef- en leerklimaat.

Dit anti-pestprotocol is geschreven voor leerlingen, ouders en teamleden van De Boomgaard. Het geeft beleid van de school weer ten aanzien van pesten. Het protocol beschrijft wat we onder pesten verstaan, hoe pesten voorkomen kan worden en wat de aanpak is als er gepest wordt. Het hoofddoel van het protocol is het voorkomen en bestrijden van pesten door alle betrokkenen duidelijkheid te geven over ieders rol. Daarnaast heeft het protocol een informatieve en verwijzende functie.

## Uitgangspunten

Dit pestprotocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarde is voldoen, namelijk:

- Onze school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
- Pesten wordt als een probleem gezien door alle direct betrokken partijen: leerkrachten, leerlingen en ouders.
- Leerkrachten moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
- Onze school beschikt over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt.
- Onze school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

Pestincident	
Stap 1	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leerling, medeleerling of ouders/verzorgers meldt het pestincident bij de leerkracht.</li></ul>
Stap 2	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gesprek tussen leerkracht met pester en gepeste waarin leerkracht afspraken maakt en consequenties bespreekt</li><li>• De leerkracht verbetert groepsklimaat en mobiliseert middengroep</li><li>• Afhankelijk van de ernst van het incident worden de ouders/verzorgers van het gepeste kind en de pester al geïnformeerd</li></ul>
De pesten herhaalt zich	
Stap 3	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gesprek tussen de leerkracht en pester.</li><li>• Consequenties van stap 2 worden uitgevoerd.</li><li>• Notities worden gemaakt in het digitale leerlingvolgsysteem.</li><li>• IB, collega's en andere betrokkenen worden ingelicht.</li><li>• Ouders/verzorgers van het gepeste kind en pester worden ingelicht</li></ul>
Aanhoudend pestgedrag	
Stap 4	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gesprek tussen leerkracht met pester en ouders/verzorgers waarin sancties worden besproken en ouders worden nadrukkelijk om medewerking gevraagd.</li><li>• Afspraken worden vastgelegd en geregistreerd in het digitale leerlingvolgsysteem. Ouders/verzorgers tekenen voor gezien.</li><li>• Directeur is op de hoogte gebracht.</li></ul>
Aanhoudend pestgedrag	
Stap 5	<ul style="list-style-type: none"><li>• Deskundige hulp wordt ingeschakeld. (schoolarts, school maatschappelijk werk)</li></ul>
Aanhoudend pestgedrag	
Stap 6	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bij aanhoudend pestgedrag worden door de leerkracht, IB en directeur passende maatregelen genomen</li><li>• Schorsing in overleg met bestuur en inspectie.</li></ul>

## Achtergrondinformatie

### Pesten of plagen?

Iemand op het schoolplein een stevige duw geven kan plagen zijn, maar het kan net zo goed gaan om echt pestgedrag. We spreken over plagen wanneer kinderen min of meer aan elkaar gewaagd zijn en het vertoonde gedrag een uitnodigend karakter heeft om iets terug te geven vanuit een onschuldige sfeer. Het gaat dan om een prikkelend spelletje dat door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren. Er is sprake van een pedagogische waarde: door elkaar eens uit te dagen leren kinderen heel goed om met allerlei conflicten om te gaan. Dat is een vaardigheid die ze later in hun leven van pas komt bij conflicthantering waar iedereen in zijn leven mee te maken krijgt.

### Wat is pesten

Het specifieke van pesten is gelegen in het bedreigende en vooral systematische karakter. We spreken van pesten als dezelfde persoon regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend.

Over de redenen waarom mensen zich agressief gedragen, bestaan allerlei theorieën. Volgens de ene theorie is geweld een onontkoombaar verschijnsel, dat op zijn best op een acceptabele wijze kan worden gekanaliseerd, volgens een andere theorie komt geweld voort uit frustratie en kan dit worden voorkomen door ontevredenheid weg te nemen, de agressie opwekkende omgeving om te vormen en reflectie op het gedrag te stimuleren.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen en leerkrachten slachtoffer worden. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen. Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er grip op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten omstanders niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan. Dat is ook de reden van dit pestprotocol.

Leerkrachten en onderwijsondersteunend personeel hebben echter een taak (samen met de ouders/verzorgers en de leerlingen zelf) bij het tegengaan van pesten. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben.

Voor leerkrachten betekent dit dat ze groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groeps sfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep. Ze maken afspraken met de klas en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden.

## Verschillende rollen

### De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dat kan met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen te maken hebben. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.

Een kind dat wordt gepest, praat er thuis en op school niet altijd over. Redenen hiervoor kunnen zijn:

- Schaamte.
- Angst dat de ouders met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt.
- Het probleem lijkt onoplosbaar.
- Het idee dat je niet mag klikken.

## De pester

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Zij zijn of lijken populair, maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en proberen ze zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken. Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig, want het slachtoffer vraagt er in hun ogen immers om om gepest te worden. Daarnaast hebben pesters vaak ook een positieve blik op het gebruik van geweld.

## Oorzaken pesten

- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); 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; iemand is autoritair en laat op een onprettige wijze 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) of juist een te sterk gevoel voor autonomie.
- Een negatief zelfbeeld, weinig eigenwaarde.
- Een problematische thuish situatie, negatief voorbeeldgedrag van ouders/verzorgers.

## De meelopers

Meelopers zijn omstanders die incidenteel actief of passief meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te liften met de pester. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen.

De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen. Het is belangrijk deze leerlingen tot helpers te maken.

## Mogelijke signalen voor een peestsituatie

- Niet meer naar school willen.
- Niets meer over school vertellen.
- Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of niet meer bij anderen gevraagd worden.
- Slechtere resultaten op school dan voorheen.
- Vaak dingen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen.
- Vaak hoofdpijn of buikpijn hebben.
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen.
- Niet willen gaan slapen, bedplassen, vaker wakker worden of nachtmerries hebben.
- De verjaardag niet willen vieren.
- Niet buiten willen spelen.
- Niet alleen een boodschap durven doen.
- Niet meer naar een club/vereniging/etc. willen/durven gaan.
- Bepaalde kleren niet meer aan willen.
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn.
- Zelf blessures creëren om niet naar school te hoeven.

## Preventieve maatregelen

### Het aanpakken van pesten

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit onze school. De grote vraag is hoe dat het beste kan en vooral ook hoe we dat binnen onze school en het team het beste kunnen aanpakken. Pesten kan grote gevolgen hebben voor de gepeste (onzekerheid, faalangst, depressie, zelfdoding) en de pester (problemen met sociale relaties, positief tegenover het gebruik van geweld en een grotere kans in het criminele circuit terecht te komen).

### Preventieve maatregelen

Elke leerkracht bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels van de school in de eigen klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de leerkracht in de klas het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.

### Groepsmissie

Aan het begin van ieder jaar stelt de klas met elkaar een groepsmissie op. In deze groepsmissie beschrijven de kinderen waar ze sterk in zijn, waar ze nog in willen ontwikkelen als groep en hoe zij vinden dat ze met elkaar moeten omgaan.

Om dit kracht bij te zetten ondertekent iedere leerling en de leerkracht de groepsmissie. Daarna krijgt deze een prominente plek in de groep en wordt deze regelmatig aangehaald als onderwerp van gesprek. Op deze manier blijft de groepsmissie een levendig document.

Wanneer een leerling zich herhaaldelijk niet houdt aan de gemaakte afspraken wordt er een gesprek gevoerd met de betreffende leerling.

### Vertrouwenspersoon

Onze school heeft een leerkracht die de taak van vertrouwenspersoon vervult. Dit is Jacqueline Eikelenboom. De vertrouwenspersoon is iemand waar kinderen en ouders bij terecht kunnen met vertrouwelijke zaken en persoonlijke problemen. Naast haar rol als vertrouwenspersoon is zij opgeleid tot mediacoach om ook de digitale vormen van pesten goed het hoofd te kunnen bieden.

Aan het begin van ieder schooljaar en halverwege ieder schooljaar komt de vertrouwenspersoon in iedere groep op kort te vertellen wie ze is en waarvoor kinderen bij haar terecht kunnen. Ook vertelt de vertrouwenspersoon op welke manieren ze allemaal benaderbaar is. Kinderen kunnen haar aanspreken, maar ook een briefje doen in de oplos-bus. Het motto van de oplos-bus is: Er gaan problemen in de bus en er komen oplossingen uit.

### Pedagogische aanpak

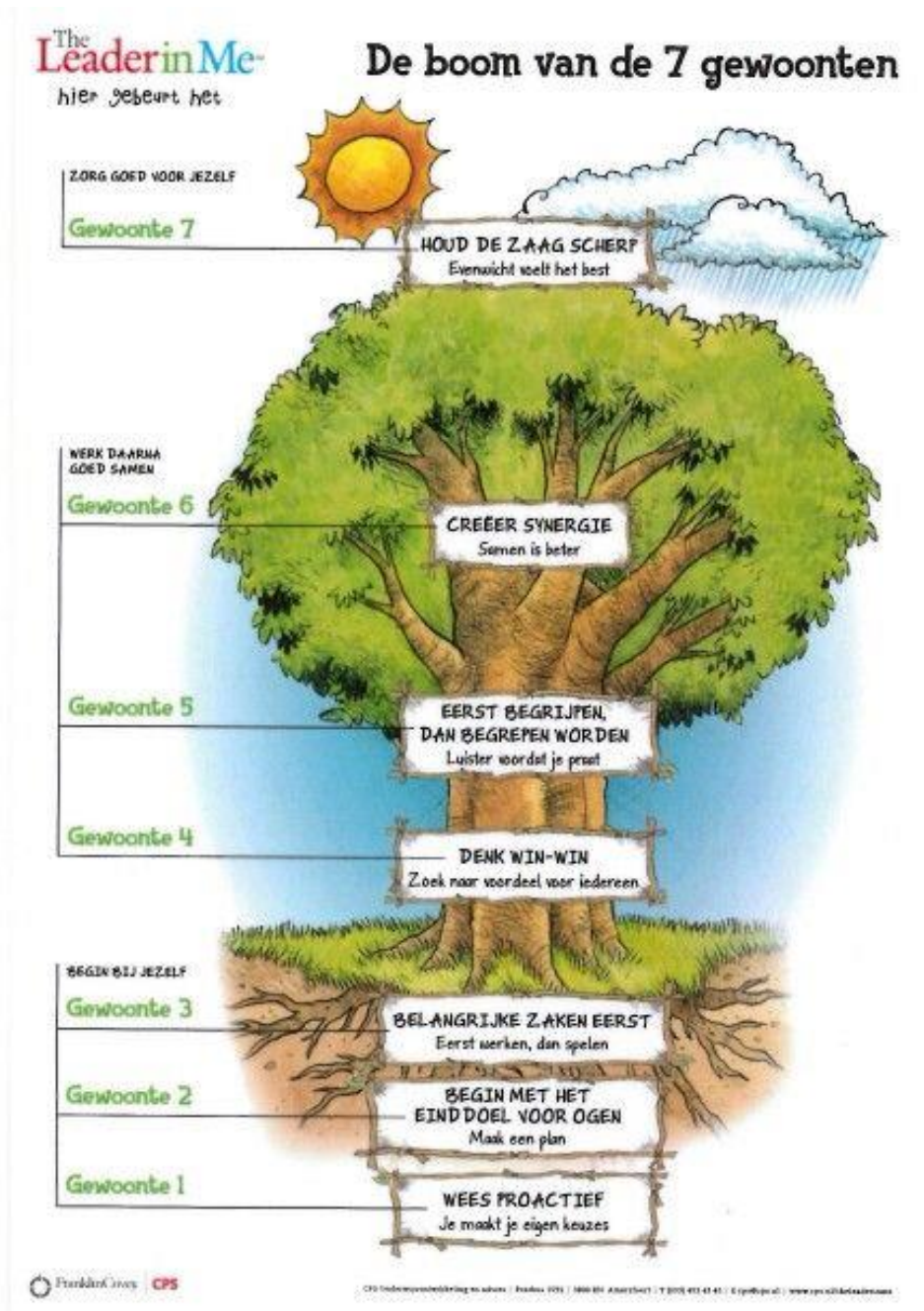
De Boomgaard heeft een bewezen pedagogische aanpak: 'The Leader in Me'. In het onderwijs ligt de focus niet meer op kennisoverdracht alleen. De maatschappij vraagt van onze kinderen dat zij eigentijdse ('21-eeuwse') vaardigheden ontwikkelen.

Met deze levensvaardigheden kunnen ze hun persoonlijke levensweg in eigen hand nemen. Centraal in de aanpak staan 7 gewoonten, ontleend aan het gedachtegoed van Stephen Covey, schrijver van 'The 7 habits of highly effective people'. 'The Leader in Me' is speciaal ontwikkeld voor het basisonderwijs. De werkwijze steekt sterk in op de talenten en betrokkenheid van kinderen. We leren ze om medeverantwoordelijk te zijn voor hun leerproces, zelfsturend te zijn en goed en effectief samen te werken. Plezier in het leren staat daarbij voorop.

### Een logische opbouw

De volgorde van de gewoonten is niet toevallig en dat wordt gevisualiseerd als een boom. Bij het wortelgestel staan de eerste drie gewoonten die de basis vormen voor het zelfstandig werken op school. Deze gewoonten gaan over JEZELF. Het zijn gewoonten die initiatiefrijk en stevig maken, grip geven op sociale situaties en laten zien dat je een eigen verantwoordelijkheid en aandeel hebt. De stam staat symbool voor jou en je relaties met anderen. Gewoonten 4, 5 en 6 gaan hierover. Gewoonte 7 gaat over goed voor JEZELF ZORGEN: het vinden van de innerlijke balans.

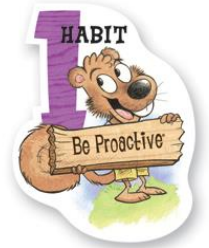
Het is bijzonder om te ervaren hoe makkelijk kinderen zich termen als proactief en win-win eigen maken. De 7 gewoonten vormen een praktisch handvat bij het ontwikkelen van belangrijke levensvaardigheden.



## Wat zijn deze 7 gewoonten en hoe passen we ze toe?

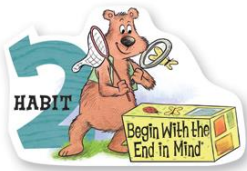
### Gewoonte 1: Wees proactief - Jij hebt invloed op je eigen leven

Hoewel we niet kunnen bepalen wat er allemaal op ons afkomt, kunnen we wel kiezen hoe we daarmee omgaan. 'Wees proactief' gaat over de vraag: neemt een kind die keuzevrijheid ook serieus? Als iets fout dreigt te gaan, hoe kun je daar dan zelf iets aan doen in plaats van iemand anders de schuld te geven? We leren de kinderen initiatief te nemen en keuzes te maken. Door eigen verantwoordelijkheid en leiderschapstaken te geven, krijgen ze steeds meer grip op hun eigen leven.



### Gewoonte 2: begin met het einddoel voor ogen - Maak een plan

We leren kinderen om niet zomaar ergens aan te beginnen, maar doelen te stellen en een stappenplan te bedenken om iets te bereiken. Leerlingen leren zo gestructureerd en volgens een plan te werken en we helpen ze steeds een stukje zelfstandiger te worden.



### Gewoonte 3: Belangrijke zaken eerst - Eerst werken, dan spelen

We leren kinderen dat belangrijke zaken gepland moeten worden. Het werken met een duidelijke dag- en weekplanning geeft rust (het brein houdt van regelmaat) en zorgt ervoor dat de belangrijke dingen ook daadwerkelijk gebeuren. Dit geldt ook na schooltijd. Het gaat dan niet alleen om huiswerk, maar ook om sporten, het verzorgen van huisdieren etc. We stimuleren de 'helpende gedachte' dat het kind zelf regie heeft op de dag in plaats van andersom.



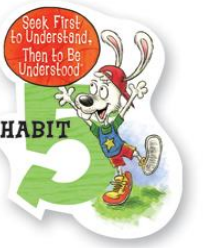
### Gewoonte 4: Denk win-win - Iedereen kan winnen

Bij een ruzie of meningsverschil moet de oplossing voor beide partijen goed zijn, anders gaat het niet werken. Deze gewoonte gaat over denken in termen van 'samen succesvol zijn': welke oplossing werkt voor iedereen? Bij het voorkomen of oplossen van pestgedrag wordt sterk vanuit deze gewoonte ingestoken. Er is een duidelijke samenhang met de twee volgende gewoonten. In vele beroepen en vervolgoopleidingen is de competentie samenwerking van groot belang.



### Gewoonte 5: Eerst begrijpen, dan begrepen worden - Luister voordat je praat

Praten met, of praten tegen het kind, dat is het verschil. We onderdrukken de neiging om bij problemen de oplossing direct aan te dragen. Het effect is anders dat kinderen reactief gedrag vertonen en geen eigenaar zijn van de oplossing, met als resultaat ... geen (blijvend) resultaat. Bij groepswork leren we kinderen niet alleen vanuit eigen beelden de samenwerking aan te gaan. De vaardigheid empathisch luisteren vergt veel oefening, maar is erg belangrijk in relaties met anderen.



### Gewoonte 6: Synergie - Samen is beter

Synergie draait om samenwerken. De goede dingen van een ander zien en gebruiken; op school, maar bijvoorbeeld ook bij teamsporten. Synergie gaat over hoe je samen tot de beste oplossing komt. Als je het standpunt van de ander echt probeert te begrijpen, en eigen standpunten los kunt laten, dan ontstaat er ruimte voor nieuwe – en betere! – oplossingen



### Gewoonte 7: Houd de zaag scherp - Evenwicht voelt het best

Zorgen voor jezelf. Het klinkt zo logisch, maar zien we het kinderen ook altijd doen? Er moet zo veel, maar elk kind heeft het nodig om bij te tanken. Bij kind zijn hoort ook experimenteren en je af en toe 'bezondigen' aan ongezonde dingen. We leren kinderen goed voor hun lichaam te zorgen. We stimuleren ze om creatief te zijn. We geven ze de ruimte om hun weg te vinden in relaties met en gevoelens voor anderen. We leren ze om inspiratie te zoeken, te vinden en waar mogelijk uit te dragen.



## Aanpak pestgedrag

### De vijfsporenaanpak

Bij de aanpak van pestgedrag maken wij gebruik van de vijfsporenaanpak. De vijfsporenaanpak is een manier om binnen de school pesten aan te pakken. Bij de vijfsporenaanpak wordt er gekeken naar 5 sporen die naast elkaar lopen en belangrijk zijn bij de aanpak van pestgedrag in een groep. Deze sporen richten zich op alle partijen die bij pestgedrag betrokken zijn. Het wil echter niet zeggen dat deze sporen in een vaste volgorde moet worden doorlopen.

De vijf partijen zijn:

- Het gepeste kind,
- De pester(s)
- De klasgenoten
- De school/leerkracht(en)
- De ouders/verzorgers

De vijf sporen zijn:

- De algemene verantwoordelijkheid van onze school.
- Het bieden van steun aan het kind dat gepest wordt.
- Het bieden van steun aan de pester(s).
- Het betrekken van de middengroep bij het pesten.
- Het bieden van steun aan de ouders/verzorgers.

### Toelichting:

#### De algemene verantwoordelijkheid van onze school

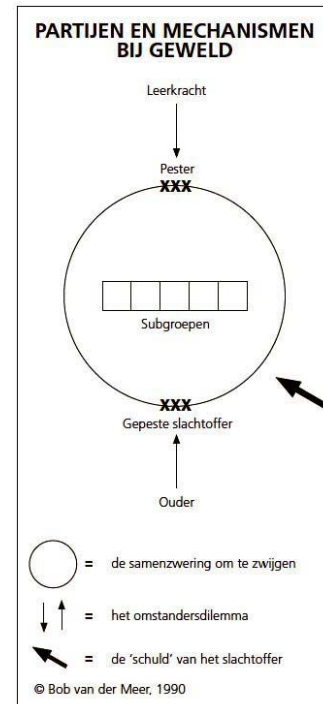
Onze school zorgt dat de medewerkers voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten. Onze school werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen onze school zo optimaal mogelijk is waardoor een klimaat ontstaat waarin pesten bespreekbaar gemaakt kan worden. Alle medewerkers van onze school vervullen een voorbeeldfunctie bij het signaleren en tegengaan van pestgedrag.

#### Het bieden van steun aan het kind dat gepest wordt

- Het probleem wordt serieus genomen;
- Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurd is;
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen;
- Het aanbieden van hulp door de leerkracht, IB'er, vertrouwenspersoon de schoolmaatschappelijk werkster.

#### Het bieden van steun aan de pester(s)

- Het confronteren van de leerling met zijn/haar gedrag en de gevolgen hiervan voor de pester;
- De achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen;
- Wijzen op het gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag;
- Het aanbieden van hulp (desnoods verplicht) door de mentor, de leerlingbegeleiders, de zorgcoördinator, de domeinleider of de schoolmaatschappelijk werkster.





### Het betrekken van de middengroep bij het pesten

De leerkracht bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen en die van de school hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie.

### Het bieden van steun aan de ouders/verzorgers

- Ouders/verzorgers die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen;
- De school werkt samen met de ouders/verzorgers om het pesten aan te pakken;
- De school geeft adviezen aan de ouders/verzorgers in het omgaan met hun gepeste of pestende kind;
- De school verwijst de ouders/verzorgers zo nodig naar deskundige hulpverleners.

De ouders/verzorgers van leerlingen die gepest worden, kunnen er moeite mee hebben, dat hun kind aan zichzelf zou moeten werken. Hun kind wordt gepest en dat moet gewoon stoppen. Dat klopt, het pesten moet stoppen. Echter, een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op onze school; hij/zij wil ook geaccepteerd worden. Hij/zij verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een (sociale vaardigheids-) training aan bijdragen.

## Stappenplan

*Het stappenplan na een melding van pesten:*

### Stap 1

De gepeste leerling of een medeleerling of een ouder meldt het pesten bij de leerkracht

### Stap 2

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. Ook wordt gesproken over de consequenties bij herhaling van pesterijen tussen dezelfde leerlingen. Afhankelijk van de aard van het incident worden ouders al geïnformeerd. De leerkracht gaat met de klas actief aan de slag om het groepsklimaat te verbeteren en probeert de middengroep te mobiliseren.

### Stap 3

Bij herhaaldelijk pesten volgt er een nieuw gesprek met de pester en worden de besproken consequenties (in stap2) uitgevoerd;

Daarbij moet men denken aan onderstaande voorbeelden:

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

Daarnaast wordt er een notitie gemaakt en toegevoegd aan het leerlingdossier van de pester en de gepeste leerling. Bij iedere melding omschrijft de leerkracht de toedracht in het dossier. Tevens is het belangrijk om nu naast de IB-er ook de andere leerkrachten (denk aan buitenlopen met pauzes) en de TSO in te lichten (indien pester en/of gepeste hier gebruik van maakt). Bij deze stap 3 worden ook de ouders/verzorgers op de hoogte gebracht van het pestgedrag. Leerkrachten, leerling en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan

een bevredigende oplossing. Leerkracht blijft actief t.a.v. het verbeteren van het groepsklimaat en mobiliseren van de middengroep.

#### **Stap 4**

Een gesprek met de pester en zijn/haar ouders/verzorgers, als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders/verzorgers wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. Aan het eind van dit oudergesprek worden de afspraken met de pester uitdrukkelijk doorgesproken en ook vastgelegd. Ook de op te leggen sancties bij overtreding van de afspraken worden daarbij vermeld. Gedacht kan worden aan uitsluiting van met name de situaties die zich in het bijzonder lenen voor pestgedrag. Alle activiteiten en afspraken worden schriftelijk vastgelegd in het dossier van het kind. NB. De directeur van de school wordt uiterlijk in deze fase op de hoogte gebracht van de casus en het verloop van de interventie en de daarbij horende afspraken.

#### **Stap 5**

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

#### **Stap 6**

Bij aanhoudend pestgedrag worden door leerkracht, intern begeleider en directeur (en ouders/verzorgers) passende maatregelen genomen. In extreme gevallen kan een leerling door de directeur geschorst of verwijderd worden. Dit gebeurt altijd in overleg met het bestuur en de inspectie.

# Cyberpesten

## Effecten van cyberpesten

De effecten van cyberpesten kunnen langduriger en wijder verspreid zijn dan bij traditioneel pesten. Opnames die via de webcam worden gemaakt, worden vastgelegd door een ander. Deze opnames verdwijnen nooit meer. Over de hele wereld kan een foto op een site staan. Foto's die eenmaal op internet staan zijn soms niet meer te verwijderen.

## Hoe kun je cyberpesten voorkomen?

Voorop staat: helemaal voorkomen kun je het niet. Je kunt er wel voor zorgen dat leerlingen, ouders en medewerkers zoveel mogelijk op de hoogte zijn, zodat de kans dat een pestsituatie uit de hand loopt minimaal wordt:

1. We maken leerlingen bewust van de gevaren op internet, de effecten van cyberpesten en de strafbare feiten.
2. We spreken met de leerlingen over hun internetgedrag en maken samen met de leerlingen regels hierover.
3. We maken pesten bespreekbaar in de klas en moedigen leerlingen aan elkaar daarop aan te spreken.
4. We passen het pestprotocol consequent toe.
5. We leiden alle medewerkers in onze school op, zodat hun kennis up to date is.
6. We informeren ouders op een informatie- of ouderavond. Ouders zijn over het algemeen niet goed op de hoogte van wat hun kind op internet doet. Alleen door met de ouders samen te werken, is digitaal pesten aan te pakken.

## Hoe pakken we cyberpesten aan?

Voorbeeld 1 Een blootfoto van een leerling is op het internet geplaatst.

- We luisteren naar de leerling.
- We tonen begrip en veroordelen niet.
- We nemen contact met de ouders op.
- We melden het bij de domeinleider.
- We adviseren ouders aangifte bij de politie te doen.

Voorbeeld 2 Een leerling wordt steeds lastig gevallen (stalking).

- We leren de leerling assertief te zijn: nee zeggen, contact afsluiten.
- We leggen de leerling uit waarom niet in te gaan op de stalker.
- We brengen de ouders / verzorgers op de hoogte.
- We adviseren de ouders en de leerling om bewijslast te verzamelen.
- We adviseren de ouders aangifte bij de politie te doen.

Voorbeeld 3 Over een leerling wordt geroddeld via de chat.

- We geven steun aan de leerling en luisteren naar hem / haar.
- We adviseren de leerling berichten te bewaren en op te slaan.
- We spreken de pesters aan.
- De mentor voert eventueel een klassengesprek.
- We nemen contact met de ouders / verzorgers op

Tussen plagerij en pesten loopt een diffuse grens, die voor ieder persoonlijk verschillend is. Iedereen is gerechtigd zelf aan te geven wat hij als acceptabel beschouwt.

## Advies aan de ouders/verzorgers

### Ouders/verzorgers van gepeste kinderen:

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- U kunt uw kind boeken laten lezen over pesten. Aan de hand van de boeken kunt u met het kind praten over het probleem en de in het boek besproken oplossingen bespreken.
- Wanneer uw kind slachtoffer is van pesterijen, tast dit zijn/haar zelfvertrouwen aan. Vandaar dat het belangrijk kan zijn een zelfverdedigingscursus of een cursus sociale vaardigheidstraining te laten volgen. Dit zal ervoor zorgen dat het zelfbeeld verbeterd wordt.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.

### Ouders/verzorgers van pesters:

- Neem het probleem van uw kind 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 anderen aandoet.
- Neem als ouder een duidelijke stelling in (pesten is verboden in en om de school: wij houden ons aan deze regel) en maak deze ook duidelijk aan je kind.
- Corrigeer het kind dan ook op het verkeerde gedrag wanneer hij/zij dit vertoont.
- Besteed extra aandacht aan uw kind.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.

### Alle andere ouders/verzorgers (middengroep):

- Voer regelmatig een gesprek met je kind.
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
- Maak uw kind duidelijk dat wanneer hij/zij melding maakt van pesten bij de ouder of leerkracht het in dit geval niet bestempeld zal worden als klikker!
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
- Leer uw kind voor anderen op te komen.
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen
- Neem de ouders van het gepeste kind serieus
- Geef zelf het goede voorbeeld.

## Bijlagen

### Bijlage I: Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

#### Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? ((h)erkenning van het probleem)
- Door wie word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak word je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Zijn er jongeren die jou wel eens proberen te helpen?
- Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?
- Bespreek samen met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:
  - Hoe communiceert de leerling met anderen?
  - Welke lichaamstaal speelt een rol?
  - Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
  - Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?

## Bijlage II: Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Alvorens er een gesprek met de pester wordt gehouden, heeft degene die het gesprek aangaat zich er van overtuigd dat degene met wie het gesprek plaatsvindt inderdaad schuldig is aan het gemelde gedrag.

Het doel van dit gesprek is drieledig:

1. De leerling confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan.
2. Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen.
3. Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt.

### 1. Confronteren

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde.

Confronteren is:

- Probleemgericht en richt zich op gedrag wat waar te nemen is: zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht. *Bijvoorbeeld: 'Je hebt cola in de tas van Piet laten lopen. Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent!'*
- Zodra we gaan interpreteren, reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met kritiseren.
- Relatiegericht: je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt, maar met behoud van de relatie.
- *Bijvoorbeeld: 'Ik vind dat je heel erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt.'*
- Zeg nooit: Je bent heel gemeen. Je wilt duidelijk verder met de jongere. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.
- Specifiek blijven: je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
- Veranderingsgericht: je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

### 2. Achterliggende oorzaken

Nadat het probleem benoemd is, richt jij je op het 'waarom'. (Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Etc.)

Maak duidelijk dat er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. (Wat ga je daaraan doen?) Bied zo nodig hulp aan van de leerlingbegeleider (op vrijwillige basis).

### 3. Vervolgstappen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie richtlijnen pesten).

### Bijlage III: Draaiboek pestprotocol

De onderstaande punten zijn de stappen in het draaiboek van het pestprotocol:

1. Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en schoolregels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden aan de mentor en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.
2. De leerlingen van klas 1 t/m 4 ondertekenen samen met hun ouders/verzorgers het contract "Veilig in school".
3. In alle leerjaren wordt aandacht besteed aan pesten in één of meerdere mentorlessen. De leerlingen onderschrijven aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (zie 2).
4. Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd.
5. Van de gesprekken met pester(s) en gepeste(n) worden door de mentor notities in Magister gemaakt bij de betreffende leerlingen.
6. Incidenteel pestgedrag wordt door de mentor besproken met de leerlingen, zowel met de direct betrokkenen als met de klas.
7. Als het pestgedrag doorgaat, nodigt de mentor de ouders/verzorgers van de pestende leerling(en) en de gepeste(n) uit, bespreekt de problematiek met hen en stelt een handelingsplan op. Hij meldt dit aan de domeinleider. De mentor stelt het betreffende onderwijsteam op de hoogte van de situatie en van de gemaakte afspraken in het handelingsplan.
8. Indien nodig verwijst de mentor, in overleg met de domeinleider de pestende leerling(en) en/of de gepeste leerling(en) door naar de leerlingbegeleiders/ zorgcoördinator. Indien interne maatregelen en afspraken geen effect sorteren, wordt er door de domeinleider gezocht naar een passende oplossing.
9. In het uiterste geval wordt de leerling, in samenspraak met de ouders/verzorgers aangemeld bij Rebound.

## Bijlage IV: Leidraad voor ouders van kinderen, die gepest worden

Wat kunnen signalen zijn van pesten?

- Niet meer naar school willen.
- Niets meer over school vertellen.
- Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of niet meer bij anderen gevraagd worden.
- Slechtere resultaten op school dan voorheen.
- Vaak dingen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen.
- Vaak hoofdpijn of buikpijn hebben.
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen.
- Niet willen gaan slapen, bedplassen, vaker wakker worden of nachtmerries hebben.
- De verjaardag niet willen vieren.
- Niet buiten willen spelen.
- Niet alleen een boodschap durven doen.
- Niet meer naar een club/vereniging/etc. willen/durven gaan.
- Bepaalde kleren niet meer aan willen.
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn.
- Zelf blessures creëren om niet naar school te hoeven.

Wat ouders/verzorgers zelf kunnen doen.

- Neem uw kind serieus en zeg dat u met anderen gaat proberen het pesten te stoppen.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de mentor bespreken.
- Praat erover met uw kind of vraag uw kind op te schrijven wat het heeft meegemaakt.
- Probeer uw kind uit te leggen waarom kinderen pesten.
- Samen praten over pesten kan ook via een boek of een dvd over het onderwerp.
- Vertel dat volwassenen vaak niets doen, omdat ze niet zien dat er gepest wordt of omdat ze niet weten hoe het probleem moet worden opgelost.
- Waarschuw uw kind dat het pesten niet meteen ophoudt als er beter op wordt gelet. Pesten is soms een gewoonte, die moeilijk is af te leren.
- Houd het onderwerp bespreekbaar, informeer regelmatig hoe het gaat.
- Als u er van uw kind met niemand over mag praten, steun dan uw kind.
- Geef achtergrondinformatie en maak duidelijk dat de school het zorgvuldig zal aanpakken. Voordat u dit belooft, is het raadzaam te vragen wat de school doet.
- Beloon uw kind en help het zijn/haar zelfrespect terug te krijgen.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een (team)sport.
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind. Doe dat niet met een negatieve insteek, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld: "Wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?"
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Als uw kind echt lijdt onder het pesten en dat ten koste gaat van het zelfvertrouwen, kan hulp van een deskundige nodig zijn. Dit kan individueel of mogelijk in een sociale vaardigheidstraining.
- Houd het niet stil, maar onderneem actie!



## Bijlage V: Leidraad voor ouders/verzorgers van kinderen, die pesten

Wat ouders/verzorgers zelf kunnen doen.

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt de kans een pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak van pesten te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed aandacht aan uw kind.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Bekijk samen met uw kind een dvd over pesten
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind.
- Geef adviezen over andere manieren om met elkaar om te gaan.
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Ook zijn er mogelijkheden om uw kind aan een sociale vaardigheidstraining te laten meedoen.  
Informatie hierover is op te vragen bij de mentor, domeinleider, leerlingbegeleiders, de zorgcoördinator, CJG of bij Bureau Jeugdzorg.

## Bijlage VI: Informatie over pesten

### Boeken

Carry Slee	Spijt! (1997)
Ellen Tijsinger	Morgenster (1995)
Peter Pohl	We noemen hem Anna (1993)
Jan de Zanger	Hadden we er maar wat van gezegd! (1990)
Aidan Chambers	Tirannen (1987)
Evert Hartman	Oorlog zonder vrienden (1979)

### Links naar internetsites

Algemene zoekpagina's: (portals met veel links naar websites met informatie over pesten)

- <http://pesten.startpagina.nl>
- <http://pesten.startkabel.nl>

Pesten (algemeen)

- [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)  
Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.

Cyberpesten/veilig internetgebruik/veilige school

- [www.stopdigitaalpesten.nl](http://www.stopdigitaalpesten.nl)  
Campagne van SIRE ( Stichting Ideële Reclame )
- [www.digibewust.nl](http://www.digibewust.nl)  
Een informatieve site van het Ministerie van Economische Zaken, die u als consument of zakelijke gebruiker informeert over het veilig gebruik van internet (was voorheen: [www.surfopsafe.nl](http://www.surfopsafe.nl))
- [www.ppsi.nl](http://www.ppsi.nl)  
PPSI is een expertisecentrum van het APS op het gebied van het bestrijden en voorkomen van (homo)seksuele intimidatie en seksueel misbruik in het onderwijs. Aansluitend op het werkgebied van vertrouwenspersonen kunt u bij PPSI ook terecht voor informatie over pesten, agressie, geweld, discriminatie en racisme.
- [www.schoolveiligheid.nl](http://www.schoolveiligheid.nl)  
Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid en adviseert schoolleiders, leraren/docenten, mentoren, leerlingbegeleiders, vertrouwens-, contactpersonen, onderwijsondersteunend personeel, etc.
- <http://veilig.kennisnet.nl/>  
Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT-coördinatoren. Deze website is een onderdeel van de programmalijn "Veilig en eenvoudig" van het SURFnet/Kennisnet project.

### Films met als thema pesten

- Bluebird (2004); regisseur: Mijke de Jong
- De tasjesdief (1995); regisseur: Maria Peters
- Pudding Tarzan (1982); regisseur Soren Kragh-Jacobson; Deense jeugdfilm (nagesynchroniseerd )