



# ANTI-PESTPROTOCOL

1. Inleiding

Pestprotocol 2019

Dit pestprotocol heeft als doel: “Alle kinderen moeten zich in hun basisschoolperiode veilig 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. Dat vraagt wel, dat wij kinderen leren zich assertief op te stellen. Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

Leerkrachten en ouders uit de medezeggenschapsraad onderschrijven gezamenlijk dit Pestprotocol.

## 2. Het probleem dat pesten heet

De piek van het pesten ligt tussen 10 en 14 jaar, maar ook in lagere en hogere groepen wordt er gepest.

Pestacties kunnen o.a. zijn:

- Volstrekt doodzwijgen;
- Psychisch, fysiek of seksueel mishandelen;
- Altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen;
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot;
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven;
- Cadeautjes eisen of geld afpakken;
- Briefjes doorgeven;
- Beledigen;
- Jennen;
- Vrienden van de gepeste leerling negatief beïnvloeden;
- Opmerkingen maken over kleding;
- Roddelen;
- Isoleren;
- Buiten school opwachten, slaan of schoppen;
- Een kring vormen of insluiten in klas, gang of schoolplein;
- Op weg naar huis achterna rijden;
- Naar het huis van de gepeste leerling gaan;
- Bezittingen afpakken of vernielen;
- Als slaaf behandelen;
- Schelden of schreeuwen tegen de gepeste leerling;
- Opbellen en/of via internet bedreigen, uitschelden of beledigen;
- Bedreigen of beledigen via whatsapp.

Deze lijst kan nog verder worden uitgebreid. Leerkrachten, ouders en verzorgers moeten daarom alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.

Zonder dat een kind letterlijk zegt dat het gepest wordt, kunnen de onderstaande signalen op pesten duiden:

- Vaak alleen staan in de pauze;
- Tijdens de pauze bij de pleinwacht gaan staan;
- Een spel is “toevallig” steeds net begonnen als hij of zij erbij komt;
- Vaak alleen met jongere kinderen spelen;
- Niet naar buiten willen op school;
- Zuchten, piepen en steunen van andere kinderen, als het betreffende kind een idee oppert, dat wel geaccepteerd zou worden indien een ander kind dat idee aangedragen zou hebben;
- Niet meer naar school willen, of aangeven zich ziek te voelen;
- Bepaalde kleren niet meer aan willen hebben naar school, de club, of...;
- Gauw boos of prikkelbaar zijn;
- Niet meer buiten willen spelen en zich opsluiten in huis;
- Niet (meer) worden uitgenodigd op partijtjes van klasgenoten;
- Veel geroddel in de groep;

Als je één of meer van deze signalen oppikt kan het kind gepest worden, maar het hoeft niet. Vraag aan het kind of je vermoeden m.b.t. het pesten klopt, of dat er “iets” anders aan de hand is. Ook bij een ontkenning is het goed om tegen het kind te zeggen, dat hij of zij altijd welkom is, indien er problemen zijn.

## **Gevolgen**

### Gevolgen voor ouders

- Agressief gedrag is op korte termijn lonend (meer macht, nieuwe vrienden e.d.), hierdoor kan men het gedrag blijven vertonen.
- Ook pesters hebben op termijn last van hun pestgedrag. Door hun verkeerde en/of beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om een vriendschap op te bouwen en deze te onderhouden op andere gronden dan die van macht en het delen in die macht. Pesters maken een abnormale sociale ontwikkeling door met alle gevolgen van dien voor de pester zelf.
- Schoolprestaties kunnen afnemen.
- Verhoogde kans op delinquentie, als gedrag ongestraft blijft op school en thuis.

### Gevolgen voor het gepeste kind

- Zelfvertrouwen neemt af.
- Twijfel aan zichzelf en anderen, omdat ze onjuist behandeld zijn in hun omgeving.
- Lichamelijke klachten zoals slecht slapen en slecht eten.
- Leermotivatie kan afnemen door antipathie tegen school.
- Schoolprestaties worden hierdoor negatief beïnvloed.
- Sociale vaardigheden nemen af door onzekerheid in sociale relaties.
- Uiteindelijk kan dit (vooral op latere leeftijd) leiden tot depressie.
- In het ergste geval eindigt pesten met zelfdoding.

## **Vormen van pestgedrag**

Er is een aantal vormen te onderscheiden bij het pesten:

1. verbale pesterijen= iemand uitschelden, bijnamen geven of kwalijke opmerkingen maken naar de ander;
2. sociale pesterijen= iemand buitensluiten door hem niet mee te laten spelen of door hem niet mee te laten werken in een groepje;
3. mentale pesterijen= iemand bedreigen of dingen laten doen. Dit soort pesterijen vindt vaker na school plaats dan op school;
4. fysieke pesterijen= iemand opzettelijk pijn doen door te schoppen, slaan, krabben, duwen, aan haren te trekken, etc.;
5. materiële pesterijen= iemands spullen stelen, beschadigen of verstoppert;
6. cyberpesten= via social media bedreigen, uitschelden of beledigen.

## Rollen in peestsituaties

<u>Rol</u>	<u>Functie</u>
1. Pester	pest (zie gevolgen)
2. Slachtoffer	wordt gepest (zie gevolgen)
3. Meeloper	staat aan de kant van de pester en steunt het pesten
4. Kijker	ziet het van een afstand gebeuren
5. Onwetend	weet niet wat er aan de hand is en ziet het pesten niet

### *De meelopers*

- De meelopers zijn indirect en/of incidenteel betrokken bij het pesten.
- Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf in de slachtofferrol te geraken.
- Het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en denken daardoor in populariteit mee te liften met de pester.

### *De kijkers*

- Sommige kinderen behouden enige afstand. Ze weten wel wat er gebeurt, maar doen er op geen enkele manier aan mee.

### *Onwetenden*

- Ook zijn er altijd kinderen die helemaal niet in de gaten hebben dat er in hun omgeving gepest wordt. Ze zien wel het een en ander gebeuren, maar kunnen dit niet benoemen als pestgedrag.

## 3. Pesten of plagen?

Ieder moet het verschil weten tussen plagen en pesten:

De begrippen plagen en pesten worden regelmatig door elkaar gebruikt. Toch bestaat er een duidelijk verschil.

Plagen gebeurt incidenteel. De een zegt iets, de ander zegt iets terug. Het gebeurt op basis van gelijkheid en respect voor elkaar. Niemand delft het onderspit. Plagen mag. Sterker nog: plagen móet. Het is goed voor de sociaal-emotionele ontwikkeling, stimuleert het relativiseringsvermogen.

Bij pesten ligt dat anders. Dan is er sprake van machtsongelijkheid en wordt de pester winnaar en het getreiterde kind verliezer. Pesten is het afreageren van agressie of eigen onvermogen op een mindere in de groep, het zondebokeffect.

## 4. Pesten op school: Hoe ga je er mee om?

Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aan willen pakken.

Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden:

### Voorwaarden

- Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders/verzorgers (hierna genoemd: ouders)
- De school moet proberen pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld.
- Als pesten optreedt, moeten leerkrachten en leerlingen (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen.  
Voor leerlingen geldt: Melden van pestgedrag valt niet onder klikken!
- Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet de school beschikken over een directe aanpak.

- Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan is de inschakeling van een vertrouwenspersoon nodig. Een vertrouwenspersoon is iemand die je vertrouwt. De vertrouwenspersoon helpt het kind / de ouder of de leerkracht de weg te vinden hoe problemen op te lossen. “De weg” in de school loopt via groepsleerkracht naar de directie of intern begeleiders. Lukt dit niet, dan kan de contactpersoon ingeschakeld worden.  
De contactpersoon van onze school is Albertine Plomp, leerkracht van groep 5a (email: a.plomp@demeander-delfgauw.nl).

## 5. Hoe willen wij preventief met pesten omgaan?

Een pestproject alleen is niet voldoende om een eind te maken aan het pestprobleem. Het is beter om het onderwerp regelmatig aan de orde te laten komen, zodat het ook preventief kan werken.

We werken uit de methode “Kinderen en hun Sociale talenten. De volgende onderwerpen worden besproken:

- ervaringen delen
- aardig doen
- samen spelen en werken
- een taak uitvoeren
- jezelf presenteren
- een keuze maken
- opkomen voor jezelf
- omgaan met ruzie

Deze thema’s komen in groep 1 t/m 8 terug.

Daarnaast worden wekelijks team- en klasbouwers ingezet vanuit coöperatief leren. Deze zijn specifiek bedoeld om elkaar beter te leren kennen, met elkaar om te gaan en compromissen te sluiten.

Het doel van kinderen en hun sociale talenten is: Sociaal competent gedrag bevorderen bij kinderen.

Het voorbeeld van de leerkrachten en de ouders, is van groot belang. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar verschillen worden aanvaard en waar ruzies niet met geweld worden opgelost maar uitgesproken. Agressief gedrag van leerkrachten, ouders en de leerlingen wordt niet geaccepteerd. Leerkrachten horen duidelijk stelling te nemen tegen dergelijke gedragingen.

## 6. Regels

Een effectieve methode om pesten te stoppen of binnen de perken te houden, is het afspreken van regels voor de leerlingen.

*Regel 1:*

Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken. Vanaf de kleutergroep brengen we kinderen dit al bij:

Als je wordt gepest of als je ruzie met een ander hebt of als een ander je steeds hindert en je komt er zelf niet uit, dan mag je hulp aan de leerkracht vragen.

*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. Ieder kind moet zich veilig, gelukkig en blij kunnen voelen op school. Daarbij zijn de basisprincipes van Coöperatief Leren onmisbaar: ‘GIPS’ staat voor Gelijke Deelname, Individuele Aanspreekbaarheid, Positieve Wederzijdse Afhankelijkheid en Simultane Actie.

### *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. Bij problemen van pesten zullen de directie en de leerkrachten hun verantwoordelijkheid moeten nemen en overleg voeren met de ouders over wat de school eraan gedaan heeft. De inbreng van de ouders blijft bij voorkeur beperkt tot het aanreiken van informatie, tot het geven van suggesties en tot het ondersteunen van de aanpak van de school.

## **7. Hoe willen wij correctief met pesten omgaan?**

Directe aanpak van de ruzies en pestgedrag in vier stappen:

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

### *Stap 1:*

Er eerst zelf ( en samen) uit te komen.

### *Stap 2:*

Op het moment dat een van de leerlingen er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt), heeft deze het recht het probleem aan de meester of juf voor te leggen. Het is knap als hij of zij dat doet.

### *Stap 3:*

De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderinggesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken.

Bij herhaling van pesterijen of ruzies tussen dezelfde leerlingen volgen sancties en wordt de directie ingeschakeld.(zie consequenties).

### *Stap 4:*

Bij herhaaldelijke ruzie- of pestgedrag neemt de leerkracht/directeur duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest of ruzie maakt. De fases van bestraffen treden in werking (zie consequenties).

Andere belangrijke punten:

- Meelopers aanspreken.  
Eigenlijk is deze groep, evenals de pester strafbaar. Zij zorgen er immers voor dat het pesten in stand wordt gehouden. Zij lopen mee met de pester, waardoor de pester zich ook voor deze groep wil uitsloven. Hierdoor blijft het pesten bestaan.  
Meestal is het zo dat meelopers zich niet bewust zijn van hun rol. Als de rol van meeloper besproken is in de klas kan het aantal meelopers al afnemen. Zij zijn immers ook strafbaar. Als de leerkracht dat erbij vertelt en daarover met de leerlingen regels opstelt is de meeloper minder snel geneigd de pester te volgen. In de regels over het pesten moet dus vermeld worden dat meelopers strafbaar zijn en welke straf zij krijgen. Dit laatste is belangrijk, want zo voorkom je discussie met een meeloper over de straf.
- Als een leerling het gevoel heeft dat een leerkracht hem pest, heeft hij het recht dit bij een andere leerkracht te melden. De leerkracht zal naar aanleiding hiervan actie moeten ondernemen.
- Leerlingen, ouders en/of leerkrachten kunnen met problemen ook terecht bij de vertrouwenspersonen.

Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing. De leerkracht biedt altijd hulp aan de gepeste en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.

## 8. Consequenties

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

### Fase 1:

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

### Fase 2:

Nogmaals een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets uitlopen. De directie wordt ingeschakeld. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. De school heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.

### Fase 3:

Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals Leerplicht, OnderwijsAdvies, de schoolarts van de JKZ of schoolmaatschappelijk werk.

### Fase 4:

Bij aanhoudend pestgedrag kan ervoor gekozen worden om een leerling tijdelijk buiten de groep, binnen de school te plaatsen.

### Fase 5:

In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden. Dit staat beschreven in het protocol "Schorsen en verwijderen".

- Consequenties voor de meelopers:  
Als het aanspreken van de meelopers niet werkt en ze de pester blijven steunen, gaat bovenstaand stappenplan ook voor hen in werking.

## 9. Begeleiding van de gepeste leerling:

- De leerkracht moet een relatie opbouwen, waardoor de leerling durft te praten over het pesten.

Wat niet werkt:

1. In de klas openlijk de leerling meer aandacht geven of bescherming te bieden, want dit kan leiden tot nieuwe aanknopingspunten om de leerling te gaan pesten,
2. Bemoedigende opmerkingen zoals "kop op, joh" of "het valt wel mee, ga maar met iemand anders spelen".
3. Preken. Uitleggen aan de leerling waarom men pest. Dit werkt als zout in de wond.

Waar moet de leerkracht aan denken in een individueel gesprek?:

1. Actief luisteren naar de leerling. Inleven in de situatie.
  2. Vragen wat de leerling al gedaan heeft tegen het pesten.
  3. De leerling laten inzien dat hij/zij op een andere manier op het pestgedrag kan reageren. Huilen of heel boos worden zijn vaak reacties die de pester juist wil uitlokken.
  4. Vragen welke oplossing de leerling ziet.
  5. Samen een goede oplossing zoeken en die gaan uitproberen.
- Medeleven tonen en luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest;
  - Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij of zij voor tijdens en na het pesten?
  - Huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken.

De leerling in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren;

- Zoeken en oefenen van een andere reactie bijvoorbeeld je niet afzonderen;
- Het gepeste kind in laten zien waarom een kind pest;
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil;
- Sterke kanten van de leerling benadrukken;
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders/beter opstelt;
- Praten met de ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester(s);
- Het gepeste kind niet over beschermen bijvoorbeeld naar school brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen'. Hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen;
- Inschakelen hulp; sociale vaardigheidstrainingen; Jeugdzorg, huisarts, Leerplicht, GGD;
- Zoeken van een sport of club. Dat stimuleert positief contact.

## 10. Begeleiding van de pester:

- Praten; zoeken naar de reden van het ruziemaken/pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen)  
Aangezien het moeilijk is voor een leerling een oorzaak aan te geven kan een leerkracht een aantal oorzaken voorleggen. Hieronder staan er 6 (overgenomen uit het Nationaal Protocol Tegen Pesten):
  1. weinig aandacht van de ouders
  2. lichamelijke straf van de ouders
  3. ouders corrigeren agressief gedrag niet
  4. zelf gepest zijn
  5. allergie voor kleur-, geur- of smaakstoffen
  6. slecht voorbeeld uit de omgeving
- Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste;
- Excuses aan laten bieden;
- In laten zien welke sterke (leuke) kanten de gepeste heeft;
- Pesten is verboden in en om de school: wij houden ons aan deze regel; straffen als het kind wel pest - belonen (schouderklopje) als kind zich aan de regels houdt;
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de 'stop-eerst-nadenken-houding' of een andere manier van gedrag aanleren.
- Contact tussen ouders en school; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind: wat is de oorzaak van het pesten? \*
- Zoeken van een sport of club. Dat stimuleert positief contact;
- Inschakelen hulp; sociale-vaardigheidstrainingen; Jeugdzorg; huisarts; Leerplicht; GGD.

\* Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn:

- Een problematische thuissituatie;
- Voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen);
- Voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt;
- Voortdurend met elkaar de competitie aan gaan;
- Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt.



## 11. Adviezen aan de ouders van onze school:

Ouders van gepeste kinderen:

- Onderneem niet direct boze stappen. Laat het kind wel duidelijk merken dat u wilt helpen, maar beraadt u op een goed plan van aanpak;
- Bepaal of u de pesterijen zelf kunt waarnemen. Merkt u frictie tussen het kind en klasgenoten als u het naar school brengt of ophaalt?
- Ga na wat uw kind zelf al heeft gedaan om het pesten te stoppen;
- Bedenk samen de volgende stap: wat kunnen jullie eraan doen?
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen, assertief zijn;
- Doe niets buiten het kind om, ook als u naar de leerkracht stapt kunt u dit het beste aangeven. Kinderen zijn vaak bang dat hun ouders (de verkeerde) stappen ondernemen waar zij niets van weten;
- Letterlijk en figuurlijk: ga niet voor uw kind staan. Maar ernaast of erachter.

Ouders 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;
- 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:

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus;
- 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.

## 12. Cyberpesten

Wat is Cyberpesten?

Als je digitaal gepest wordt via internet (msn/chat/webcam), via sms of mms.

Wanneer is er sprake van cyberpesten?

- Als je in een chat wordt uitgescholden of er wordt over je geroddeld;
- Als je in een chat getreiterd, genegeerd, buitengesloten en gepest wordt;
- Als iemand via de webcam iets doet wat je helemaal niet wilt (zien);
- Als je dreig-sms'jes krijgt;
- Als je nare whatsappjes krijgt (foto's en filmpjes);
- Als je via internet nare foto's of filmpjes toegestuurd krijgt;
- Als iemand jou voor gek zet via een foto of een filmpje;
- Als je een e-mailbom krijgt;
- Als je expres een virus toegestuurd krijgt.

Als er sprake is van cyberpesten, treedt het pestprotocol in werking.