




Pestprotocol

 <p>kindcentrum de hoven</p>	<p>Uitgiftedatum : 01-06-2015 Herzien : 10-11-2023 Aantal blz. : 1/17 Proceseigenaar: Directeur</p>
<p>5. Cultuur, Klimaat & Veiligheid</p>	<p>5.2.3 Pesten 5.2.3.1 pestprotocol</p>

Inhoud

1.	Inleiding	3
1.1	Begripsomschrijvingen plagen en pesten	3
2	Algemeen: uitgangspunten	4
2.1	Inhoud van het pestprotocol	4
2.2	Algemene uitgangspunten	4
2.3	Oorzaken van pesten	5
3.	Preventief	5
3.	Signalen	8
4.	Adviezen	8
4.1	Algemene adviezen voor de leerling	8
4.2	Algemene adviezen voor de leerkracht	9
4.3	Algemene adviezen voor de ouders	10
5	Aanpak van het pestprobleem	11
5.1	Voorwaarden	11
5.2	Aanpak	11
5.2.1	Rol van de ouders	11
5.2.2	Rol van de leerkrachten	11
5.3	Curatieve aanpak	12
5.3.1	De vijfsporen aanpak, bestaande uit:	12
5.3.2	Hulp aan het gepeste kind	13
5.3.3	De middengroep/meelopers	14
5.3.4	Hulp aan de leerkrachten	15
5.3.5	Hulp aan de ouders	15
6.	Digitaal pesten	17
6.1	Betekenis	17
6.2	Digitaal pesten en school	17
6.3	Algemene adviezen voor ouders	18
6.4	Algemene adviezen voor de leerling	18
7	Stroomdiagram Pestprotocol	19

1. Inleiding

De rest...

Pest!

En ik, ik stik!

Ik houd me stoer

Mij krijgen ze niet klein

Ik verberg de pijn

Waarom pakken ze mij altijd?

Thuis zeggen ze dat het slijt.

Ik voel me steeds alleen.

En... ik ben bang van top tot teen

Kindcentrum de Hoven wil haar kinderen een veilig pedagogisch klimaat bieden, waarin zij zich harmonieus en op een positieve manier kunnen ontwikkelen.

De medewerkers bevorderen deze ontwikkeling door het scheppen van een prettige sfeer in de groepen, op het schoolplein en bij de BSO. Daarnaast maken we met de kinderen de afspraak dat zij met respect met elkaar en anderen dienen om te gaan. Dit is terug te vinden in onze gouden regels.

De gouden regels van kindcentrum de Hoven zijn:

1. Veiligheid: ik ken mijn grens en hou rekening met de grens van de ander.
2. verantwoordelijkheid: ik ben aanspreekbaar op mijn gedrag
ik ga netjes om met mijn omgeving en de materialen.
3. Vertrouwen: ik waardeer en respecteer de inbreng van anderen.

Dat dit niet altijd als vanzelfsprekend wordt ervaren, geeft aan dat we het de kinderen moeten leren en daar dus energie in moeten steken. Ons pedagogisch standpunt is dat kinderen met elkaar en met volwassenen moeten *leren* omgaan.

Dit leerproces verloopt meestal vanzelf goed, maar het kan ook voorkomen dat een kind in een enkel geval systematisch door andere kinderen wordt gepest. In een dergelijk geval is het van groot belang dat de medewerker onder ogen ziet, dat er een ernstig probleem is. In een klimaat waarin het pesten wordt gedoogd, worden ook de pedagogische structuur en de veiligheid aangetast.

Voor kindcentrum de Hoven is dat een niet te accepteren en ongewenste situatie.

Dit protocol is de vastgelegde wijze waarop we het pestgedrag van kinderen in voorkomende gevallen benaderen. Het biedt aan alle betrokkenen duidelijkheid over de impact, ernst en ook specifieke aanpak van dit ongewenste gedrag.

1.1 Begripsomschrijvingen plagen en pesten

Plagen en pesten, wat is daar het verschil tussen?

We spreken over plagen wanneer kinderen gelijkwaardig zijn, het hoort bij het groeien. 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 de kinderen om met allerlei conflicten om te gaan.

Pesten is structureel en drijft kinderen tot wanhoop. Het is een systematische, psychologische of fysieke handeling van geweld door een leerling of een groep van leerlingen ten opzichte van één of meer andere leerlingen, die (niet langer) in staat is/zijn om zichzelf te verdedigen.

2.3 Oorzaken van pesten

- 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 groepsgenoten zullen niet ingrijpen.
- Bij voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt.
Het kan hier bijvoorbeeld gaan om het bij voortdurend 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. Preventief

3.1 PBS / LOE

- schoolbreed werken aan leren en gedrag vanuit gedeelde waarden, om zoveel mogelijk gedragsproblemen te voorkomen;
- Positieve insteek: versterken van goed gedrag a.d.h.v. heldere, eenduidige verwachtingen t.a.v. gedrag;
- De kinderen krijgen via lessen de gedragsregels aangeleerd. Deze worden regelmatig herhaald.
- Tijdens de lessen 'sociaal emotioneel (PBS/Loe en Loes)' 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.
- De verwachtingen hangen in het hele kind centrum, zodat ook ouders weten wat de afspraken zijn.

3.2 Groepsvorming

Een groep is een verzameling van personen die in zekere mate afhankelijk van elkaar zijn om hun doel te bereiken, die gemeenschappelijke uitgangspunten hebben en die elkaar wederzijds beïnvloeden. Op het moment dat de groep net weer iets anders is samengesteld (bijv andere kinderen of een andere leerkracht) Moet je er rekening mee houden dat je aandacht hebt voor deze groepsvorming.

Er zijn vijf fasen voor groepsvorming:

1. Forming: kennismaking en oriëntatie
2. Storming: strijd om invloed, verkrijgen van leiderspositie
3. Norming: gemeenschappelijke normen over wat wel en niet gewenst is
4. Performing: langere periode van rust en plezierige samenwerking
5. Adjourning: groep houdt op met bestaan

Periode	Fasen van de groepsvorming
Eerste week/weken van het schooljaar	Forming, norming
Tot aan de herfstvakantie	Storming
Na de herfstvakantie	Performing
Mei, juni	Adjourning

Forming (eerste week/weken schooljaar)

Forming duurt in groepen die elkaar al kennen maar één dag, in andere groepen kan dit meerdere dagen duren. Forming bestaat uit kennismaking en oriëntatie.

Kennismaking (wie is wie)

Misschien is de leerkracht nieuw, misschien sommige kinderen, misschien hebben de kinderen elkaar heel lang niet gezien. Er is behoefte aan (een hernieuwde) kennismaking. Leerlingen vragen zich in deze fase af of zij bij de groep horen en hoe ze kunnen bereiken dat ze erbij horen, welk gedrag wel/niet geaccepteerd wordt, enz..

Oriëntatie (hoe werkt het hier?)

Wat is de indeling van de dag, waar liggen alle spullen, wat mag en wat mag niet van de leerkracht, enz..

Norming (eerste week/weken schooljaar)

Regels zijn ervoor om richting te geven aan het dagelijks handelen. We streven naar positieve normen in de groep. Een prettig leefklimaat zorgt voor een prettig leerklimaat. In deze fase zijn gedragsverwachtingen heel belangrijk: wat is hier toegestaan en wat niet? Hoe gaan we hier met elkaar om?

In deze fase moet de leerkracht initiatieven ontplooiën, zodat waarden en normen van de informele leiders binnen de groep niet richtinggevend worden voor de rest van de leerlingen. Daarom moeten direct in de eerste week van het nieuwe schooljaar de regels uitgebreid aan bod komen. Algemene schoolregels worden door de volwassenen vastgesteld en komen voort uit de gezamenlijke waarden van het schoolteam. Op De Hoven zijn dat de drie V's:

1. Veiligheid
2. Vertrouwen
3. Verantwoordelijkheid

Al het gedrag dat leerlingen en volwassenen in de school laten zien, zouden op deze drie waarden gebaseerd moeten zijn.

Daaruit volgen algemeen geldende schoolregels, die door de hele school gevisualiseerd worden:

- Ik ken mijn grens en houd rekening met de grens van een ander
- Ik ben aanspreekbaar op mijn gedrag

- Ik ga netjes om met mijn omgeving en de materialen
- Ik waardeer en respecteer de inbreng van anderen

Kenmerkend voor de regels is dat ze positief geformuleerd worden, bijv. :

De regels worden breed onder de aandacht gebracht, gevisualiseerd en op centrale plaatsen opgehangen. Door het jaar heen zijn er 'actieweken', waarbij een van de schoolregels centraal staat. Tijdens zo'n *regel-van-de-week-actie* worden leerlingen extra beloond als ze het bij de regel behorende gedrag vertonen. Dit kan ook in de vorm van een landelijke week zijn, bijvoorbeeld de week tegen pesten en de week van het respect.

Deze algemene regels worden in de groep uitgewerkt tot concrete groepsverwachtingen, om de algemene schoolregels te concretiseren en om leerlingen mede-eigenaar te maken van geldende afspraken. Daarom is het belangrijk dat ook de leerlingen zelf betrokken worden bij het opstellen van de groepsregels. Het formuleren van waarden alleen zal geen gedragsverandering teweeg brengen, daar moeten concrete gedragsverwachtingen aan gekoppeld zijn. Je kunt vragen wat zij bijv. verstaan onder de regel 'Ik ken mijn grens en houd rekening met die van een ander'. Daaruit kunnen beperkte groepsregels geformuleerd worden als:

- We luisteren naar elkaar
- Als iemand spreekt ben ik stil
- Ik steek mijn vinger op en wacht tot ik de beurt krijg
- Enz.

De gedragsverwachtingen zijn feitelijk specifieke gedragsinstructies in een specifieke ruimte. Ze geven aan wat je aan gedrag wilt zien en horen op het leerplein, in de ateliers, in de gang, gymzaal enz. De gedragsverwachtingen moeten onderwezen worden en geoefend. Dus bijv. met de hele groep naar het toilet en daar oefenen hoe je een toiletruimte na gebruik netjes achterlaat (waarde: verantwoordelijkheid).

Storming (tot aan de herfstvakantie)

In elke groep komt er een moment waarop iemand zich als leider gaat profileren. Dit kan krachtig of minder opvallend gebeuren, maar het gebeurt. Er ontstaat een sociale strijd die zich uit in constant gevecht op verbaal, fysieke en digitaal vlak om zo hoog mogelijk in de hiërarchie te komen.

Naast de formele leider (de leerkracht), staan er ook een of meerdere informele leerlingenleiders op, die zich door hun gedrag, houding of taalgebruik positioneren. Daarnaast ontstaan andere groepsrollen als meeloper, stille muis, enz..

Er is niets mis met informele leiders, mits zij niet dwars, agressief en/of dominant zijn, waardoor er problemen in gezagsverhoudingen ontstaan. De leerkracht zal een goed antwoord op een dergelijke gezagscrisis moeten hebben, anders wordt de fase van performing op negatieve wijze ingevuld.

In deze fase is het zeer belangrijk dat leerlingen leren hoe ze omgaan met tegenstrijdige belangen.

Leerlingen kunnen bijv. les krijgen in hoe ze kunnen toewerken naar win-win situaties (situaties die voor alle partijen acceptabel zijn). Als er een conflict is, kun je hen vragen oplossingen te bedenken. Uit deze oplossingen kies je met de hele groep de drie beste oplossingen (die zowel voor het individu, als de ander en de groep acceptabel zijn).

Performing (na de herfstvakantie)

In deze periode moet een positieve groep zijn ontstaan. In een dergelijke groep liggen de rollen vast, zijn de onderlinge verhoudingen in balans en heerst er een basisrust. In een dergelijke groep is het prettig werken en er is een leerklimaat, waarin leerlingen van elkaar willen en kunnen leren.

Is het in deze periode nog niet gelukt om een (positieve) groep te vormen, dan zal dit niet meer lukken gedurende de rest van het jaar (ook niet met lessen sociale vaardigheid, of groeps gesprekken). Alleen leerlingwisselingen en/of leerkrachtwisselingen kunnen dan nog geprobeerd worden.

Adjourning (Mei, Juni)

De vakantie is in zicht, het nieuwe leerjaar lonkt.

Vooraf in groep 8 vinden er vier verschijnselen plaats die in deze fase de sfeer bepalen:

1. De leerlingen vinden het jammer dat de groep ophoudt te bestaan: er is onzekerheid over het nieuwe schooljaar
2. Vitten: afscheid nemen wordt gemakkelijker als het verleden minder aantrekkelijk lijkt. Leerlingen beginnen kritiek te uiten op de school, de leraar en de medeleerlingen)
3. Normvervaging: afscheid nemen doet ook minder pijn als de sfeer in de groep negatiever is; een aantal leerlingen zal zich (minder of niet meer) aan de groepsregels houden en gaan minder respectvol met elkaar om
4. Toch is het met sommige leerlingen wel erg gezellig, deze leerlingen klitten juist heel erg om het afscheid nog wat uit te stellen en zoeken veel en lang elkaars gezelschap.

Bij wisselingen van leerkracht, een nieuwe leerling in de groep of juist wanneer een leerling de groep verlaat, kortom bij wisselingen in de groepssamenstelling, kan de groep weer terug vallen in de Forming of stormingfase. Het is belangrijk om dan weer activiteiten te ondernemen passend bij deze fase van groepsvorming.

3. Signalen

Signalen die kunnen wijzen op pesten zijn:

- Vaak alleen staan in de pauze of niet naar buiten willen
- Tijdens pauze vaak bij de pleinwacht staan
- Een spel is "toevallig" net begonnen als hij of zij erbij komt
- Vaak alleen met jongere kinderen spelen
- Zuchten, piepen, steunen van andere kinderen als het betreffende kind een idee oppert, dat wel geaccepteerd zou worden als een ander kind dit aangedragen zou hebben
- Veel geroddel in de groep
- Als andere kinderen zich negatief uitlaten over familieleden van het kind
- Als andere kinderen alles stom vinden van het betreffende kind: kleding, haardracht enz.
- Kinderen reageren negatiever op een fout van het kind, dan dat ze het doen bij anderen
- Het kind wil niet meer naar school, of geeft aan zich ziek te voelen
- Wil bepaalde kleren niet meer aan naar school
- Is gauw boos en prikkelbaar
- Wil niet buiten spelen en sluit zich op in huis
- Wordt niet (meer) uitgenodigd op partijtjes van klasgenootjes

Indien wij één of meerdere van deze signalen oppikken kan het kind gepest worden, maar het hoeft niet. Vraag aan het kind of het 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.

4. Adviezen

4.1 Algemene adviezen voor de leerling

"BEHANDEL EEN ANDER ZOALS JE ZELF OOK BEHANDELD WILT WORDEN"

Als je gepest wordt of iemand maakt een rotopmerking is dat niet leuk. Men zegt al gauw dat je het moet negeren maar dat is bij pesten juist niet altijd zo.

Wees duidelijk in wat JIJ er van vindt.

Vanaf groep 1 leren de kinderen de 4 stappen aanpak om hun grens aan te geven.

1. Zeg: Ik wil dat je stopt met
2. Zeg stevig: Ik wil dat je stopt met
3. Zeg: Als je nu niet stopt, vraag ik een juf of meester te helpen
4. Haal hulp

Door deze schoolbrede aanpak weten kinderen en medewerkers precies waar zij aan toe zijn.

Doe niet hetzelfde terug als wat de ander deed, je bent dan net zo fout bezig.

Blijf nooit bij de pester staan, maak een stevige opmerking en loop dan weg! Anders geef je de pester de kans nog meer rotopmerkingen te maken.

Loop in de richting van een volwassene (meester, juf, ouders). Als dit niet kan loop je naar andere kinderen toe. Als de pester achter je aan komt kun je steun bij een van hen zoeken.

Soms doet de pester je echt verdriet door bijvoorbeeld een rotopmerking te maken, daar mag je best om huilen maar probeer dit niet te doen waar de pester bij staat, ga eerst weg en huil op een andere plek of bij iemand die jou kan helpen. Het is nl. zo dat jouw huilgedrag voor de pester een teken van succes is, hij of zij zal je dan weer eerder opzoeken.

Voorbeelden van wat je kan zeggen als iemand je pest:

“Ik vind het niet leuk dat jij... (schopt/slaat/ mij zo uitscheldt), STOP HOU OP!!”

“Wat heb jij een stomme jas/ broek/ bloes aan zeg!” of “Dat werkje van jou is echt lelijk” Antwoord:

“Nou, IK vind hem mooi dus dan is het jouw probleem en niet de mijne”

Je wil graag mee doen met een spel, dat mag niet. Eerst vraag je WAAROM niet? Dan heb je de kans om een oplossing te bedenken bijvoorbeeld: “ Dan haal ik toch ook een bal/schep ... op” of “Oké, dan ben ik eerst de tikker, ik zal me echt aan de regels houden” Als de anderen volhouden kun je het volgende doen. “Nee jij mag niet mee doen met ons spel”. Antwoord: “Wat flauw zeg, misschien een andere keer.” Of “Flauw zeg, zoek het dan maar uit!”

4.2 Algemene adviezen voor de leerkracht

Begeleiding van de gepeste leerling:

- Medeleven tonen en luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest.
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij zelf voor, tijdens en na het pesten.
- De leerling laten inzien dat je ook op een andere manier kunt reageren.
- Zoeken en oefenen van een andere reactie, bijv. 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.

Begeleiding van de pester:

- Praten: zoeken naar de reden van het ruzie maken / pesten (de baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen).
- Laten inzien wat het effect van zijn / haar gedrag is voor de gepeste.

- Excuses laten aanbieden en 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 pest, belonen (schouderklopje) als het kind zich aan de regels houdt.
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren.
- Zorg dat je de pester goed in de gaten houdt tijdens vrijere momenten. Als je de pester ziet pesten, is het makkelijker om het gesprek met de pester hierover aan te gaan.

4.3 Algemene adviezen voor de ouders

Onderstaande adviezen kunnen aan ouders en verzorgers gegeven worden door de leerkracht.

Ouders 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 ouder(s) van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken
- Pesten op school kunt u het beste direct met de groepsleerkracht bespreken
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt
- Geef alleen tips die een kind kan uitvoeren en ook mag uitvoeren
- Vertel uw kind waarom u blij bent met hem of haar!
- Het gepeste kind niet over-beschermen, bijv. het zelf naar school brengen of "Ik zal het de pester wel eens even vertellen". Hiermee wordt het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie geplaatst, waardoor het pesten zelfs kan toenemen.

Ouders van pesters

- "Erken" het ongewenst gedrag van uw kind en neem dit serieus
- Raak niet in paniek: elk kind loopt de 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 in het beoefenen van een sport
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de aanpak van de 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 en leer uw kind voor zichzelf op te komen

5 Aanpak van het pestprobleem

5.1 Voorwaarden

Pesten moet als *probleem* worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerkrachten, ouders en leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende middengroep)

De school doet zijn best het pestprobleem te *voorkomen*. Een preventieve aanpak bestaat onder meer uit de behandeling van het onderwerp met de leerlingen, waarna met hen regels worden vastgesteld.

Als pesten desondanks optreedt, moeten leerkrachten toegerust zijn dat te kunnen signaleren en een duidelijke stelling te nemen als het optreedt. Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, gaan wij over op het vijfsporenaanpak.

5.2 Aanpak

5.2.1 Rol van de ouders

Het is heel belangrijk dat de school in een vroegtijdig stadium signalen krijgt van de ouders over pestgedrag. Zowel als het een kind betreft dat gepest wordt als van een kind dat mogelijk pest. Door snel in te grijpen in de klas kunnen onveilige situaties zoveel mogelijk voorkomen worden en vervelende pestsituaties opgelost. Kom direct, wacht niet!

Komt de leerkracht naar het idee van de ouder niet met een passende oplossing, aarzel dan niet en ga naar de schoolleiding of benader de klachtenpersoon.

Besprek met ouders, indien nodig, dat ook internetgedrag van het kind in de gaten gehouden moet worden. Dit kunnen ouders op verschillende manieren doen:

- Houd toezicht op je internettend kind. Zorg dat je ziet op welke sites ze komen en met wie ze chatten.
- Maak afspraken met uw kind. Afspraken over hoe lang ze internetten, maar verzin ook samen een nickname (schuilnaam) die uw kind kan gebruiken bij het internetten. Maak ook duidelijke afspraken over wat ze wel en niet mogen doen, en leg ook uit waarom.
- Leer zelf over het internet. Hoe meer je zelf weet, hoe beter je je kind kunt beschermen en helpen.
- Als het kind al wordt gepest, praat met uw kind, en probeer er achter te komen wie de pester is. Het bewaren van de pesterijen is hierbij erg belangrijk.
- Licht de leerkracht in, deze kan u wellicht helpen bij het uitzoeken wie de dader is.
- Pesten alleen is niet strafbaar, maar bedreigen, discrimineren en intimidatie wel. Schakel in dat geval de politie in. Deze kan in deze gevallen nog makkelijker de identiteit van de pester achterhalen.
- Weet u wie de pester is? Neem contact op met de ouders van de pester en laat hen het bewijsmateriaal zien. Is de pester een volwassene? Schakel meteen de politie in.
- Daarnaast is het belangrijk thuis met het kind te praten over het pesten. Zie curatieve aanpak.

5.2.2 Rol van de leerkrachten

Het is belangrijk dat de leerkracht alert is op de signalen van pesten.

Scholen zijn er om kinderen kennis en vaardigheden bij te brengen. Daarvoor is concentratie nodig; leerlingen moeten "bij de les" blijven. Als pesterijen in de klas de lessen verstoren heeft de leerkracht er een direct belang bij om hier iets aan te doen. Maar pesten is juist ook iets wat lang verborgen blijft en waarvan misschien alleen het topje van de ijsberg waarneembaar is; de leerkracht heeft er

dan zelf niet direct last van. Daarom blijft het belangrijk dat ook kinderen en ouders signalen oppakken en doorgeven aan de leerkracht.

- hij/zij erkent de pestproblematiek en neemt preventieve maatregelen. voert gesprekken over pesten. De afleveringen van klokhuis kunnen hierin helpend zijn.
- hij/zij voert leergesprekken met de klas over vriendschap en respect en past aanvullende werkvormen toe.
- hij/zij blijft op de hoogte van het materiaal dat op de school beschikbaar is over pesten en van recente ontwikkelingen en raadpleegt zo nodig literatuur of websites.
- gymles, aandacht hebben voor fysieke aspecten, bijvoorbeeld houding, kracht en zelfvertrouwen uitstralen.
- intervisie met collega's.

5.3 Curatieve aanpak

5.3.1 De vijfsporen aanpak, bestaande uit:

1. hulp aan het gepeste kind
2. hulp aan de zwijgende middengroep in de vorm van het mobiliseren van deze groep
3. hulp aan de leerkracht in de vorm van achtergrondinformatie over het verschijnsel
4. hulp aan de ouders in de vorm van tips en achtergrondinformatie.

5. 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:

H.....et 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.

W.....weinig aandacht van de ouders.

slecht voorbeeld van ouders of andere volwassenen.

slecht voorbeeld van leerkrachten.

blootstelling aan geweld op tv of in computerspelletje.

lichamelijke bestraffing door de ouders.

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.

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.

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 gesprek met leerkracht/leerling aan de orde komen.

Gesprek met de ouders.

Indien pestgedrag van een kind regelmatig voorkomt is het tijd om een gesprek met de ouders van de pester aan te gaan.

Soms veranderen pesters hun gedrag niet en blijven ze een bron van onveiligheid voor klasgenoten.

De ouders moet dan respectvol, maar duidelijk worden verteld wat hun kind anderen aandoet.

Hun medewerking wordt gevraagd om aan het probleem een eind te maken.

Het pestgedrag serieus te nemen, want de school heeft al regelmatig moeite gedaan om het pestgedrag op te lossen. Er kan een reden zijn om het gesprek met de ouders niet onmiddellijk aan te gaan, namelijk bescherming van de pester tegen mogelijke sancties door de ouders.

Training in sociale vaardigheden.

Deze training wordt ingezet indien de school denkt dat dit de pester kan helpen en de maatregelen die tot dan toe genomen zijn onvoldoende geholpen hebben. De school kan gebruik maken van interne training/externe training).

- ✓ Training vanuit CJG (Centrum jeugd en gezin) zoals:
- ✓ Blitzkidz
- ✓ Rots en water

Schorsing/verwijdering.

Schorsing kan een uiterste redmiddel zijn om een leerling duidelijk te maken dat zijn/haar gedrag onacceptabel is. Dit zal pas gebeuren nadat andere methoden onvoldoende resultaat hebben opgeleverd.

Verwijdering zal plaatshebben als het kind op geen enkele manier vatbaar blijkt voor gedragsverandering en het pesten teveel negatieve invloed heeft op de groep. Denk hierbij bijvoorbeeld aan geestelijke + lichamelijke mishandeling. Voor de procedure van schorsing/verwijdering zie protocol "gedrag".

5.3.2 Hulp aan het gepeste kind

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 worden toepast om pesten te beëindigen zijn:

1. Lessen sociaal emotioneel (PBS/Loe en Loes)
2. individuele gesprekken met het kind.
3. gesprekken met de ouders.
4. rollenspel.
5. sociale vaardigheidstraining.

5.3.3 De middengroep/meelopers

De middengroep bestaat uit vijf subgroepen:

1. leerlingen die meepesten uit angst.
2. leerlingen die mee pesten uit berekening.
3. leerlingen die niet mee pesten, maar die ook geen duidelijk stelling (durven) nemen.
4. de enkeling die niet ziet dat er wordt gepest
5. de enkeling met een hoge status in de klas of groep, naar wie - ook door de pesters - wordt geluisterd.

Niets doen aan pesten op school, heeft ook negatieve gevolgen voor de zwijgende middengroep. Hierdoor ontstaan meelopers, opportunisten en zich schuldig voelende kinderen.

Leerlingen die dit meemaken kunnen daaruit ten onrechte concluderen dat er in elke groep slachtoffers (nodig) zijn; dat je (soms) moet meehuilen met de wolven in het bos; dat je bij een geconstateerde gewelddaad beter je mond kunt houden en in ieder geval niet duidelijk stelling moet nemen; dat je de vuile was niet buiten mag hangen; dat je jouw agressie mag omzetten in geweld tegen een mindere in de sociale rangorde; of dat aan pesten of geweld toch niets te doen is.

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)! rollenspel; in het rollenspel komen de rollen van de pester/gepeste/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". Teken van een pestcontract.

5.3.4 Hulp aan de leerkrachten

Het pestprotocol biedt de leerkracht handvatten bij het aanpakken van pestproblemen in de groep. Alle hierboven geschetste methoden staan ter beschikking van de leerkrachten inclusief handleiding. De leerkrachten kunnen ten alle tijden beroep doen op hun collega's en de schoolleiding bij pestproblemen in hun klas. Leerkrachten kunnen gebruik maken van beeldcoaching/IB.

5.3.5 Hulp aan de ouders

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 (zie training in sociale vaardigheden).
- Ga niet zelf met de pester(s) of hun ouders in gesprek, behalve als het in een heel vroegtijdig stadium 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.

Overige ouders tips:

- 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. Digitaal pesten

6.1 Betekenis

Onder digitaal pesten verstaan we pesten via internet en (mobiele) telefoon. Digitaal pesten is meestal anoniem. Daardoor is de dader vaak moeilijk te achterhalen.

Pesten via het internet is hardnekkig omdat veel pesters het als een geintje beschouwen en zich vaak niet realiseren dat het kwetsend en bedreigend is. Het inlevingsvermogen en de sociale kennis van bepaalde kinderen is zo zwak dat ze niet beseffen wat ze anderen aan doen. Digitaal pesten is harder, omdat er geen direct contact is tussen pester en gepeste.

Onder digitaal pesten wordt verstaan:

- Anonieme e-mails
- Uitschelden of belachelijk maken via email, chatbox, Whats-app , instagram, tiktok, Facebook, enz.
- Via social media berichten plaatsen of namens iemand anders
- Iemand's foto op internet zetten
- vreemde plaatjes of filmpjes van iemand op een website zetten
- een dreigmailtje of berichtsturen
- iemand opzettelijk een virus sturen
- of vergelijkbare vormen in de nieuwe ontwikkelingen

Mogelijke signalen van effecten van digitaal pesten:

Zie hiervoor hoofdstuk 3 en onderstaande punten

- Algemeen angstig
- Bang zijn dat je overal gepakt kunt worden
- Bang om naar school te gaan
- Huilbuien, nachtmerries
- Slaapstoornissen
- Sociaal isolement
- Slecht zelfbeeld: ik wil onzichtbaar zijn
- Verminderde schoolprestaties

6.2 Digitaal pesten en school

Het kindcentrum kan ook geconfronteerd worden met de consequentie van dit digitaal pesten. Het is voor het kindcentrum lastig om het daadwerkelijk pestgedrag te zien, omdat dit vaak buiten het kindcentrum plaats vindt. Het is daarin wel belangrijk dat we de signalen opvangen en hier naar handelen.

De kans bestaat dat kinderen het de volgende dag met woorden of zelfs met fysiek geweld willen uitvechten. Soms durven ze juist niet meer naar school te gaan.

Op kindcentrum de Hoven proberen we deze wantoestanden te voorkomen. Hiervoor hebben we de afspraak dat kinderen geen mobiele telefoons op het kindcentrum gebruiken, maar inleveren bij de leerkracht.

De medewerkers willen daarom weten wat de kinderen achter de computer doen. In de onderbouw worden de kinderen vaak begeleid door leerkrachten, stagiaires en ondersteunend personeel. In de bovenbouw is dit niet meer het geval, de leerlingen genieten hier meer vrijheid. Daarom werken we met gerichte opdrachten. Deze opdrachten maken vaak deel uit van een dag- of

weektaak waarmee in de bovenbouw (gr 5 t/m 8) gewerkt wordt. Ook worden er werkstukken op de computer gemaakt.

D.m.v. gesprekken en lessen in online veiligheid wijzen wij de kinderen op de gevaren en op het juiste gebruik van het internet. Ze weten ook wat de sancties zijn indien ze zich niet aan de regels houden.

Het is de taak van leerkrachten om erop toe te zien dat afspraken worden nageleefd. Zo hopen we op een goede manier met elkaar en de computers om te gaan.

6.3 Algemene adviezen voor ouders

- Zorg dat u weet waarover u het heeft. Ga zelf chatten, surfen, downloaden en zoeken. U leert zien welke risico's er voor uw kind zijn, maar ook hoe leuk internetten is voor kinderen.
- Begeleid uw kind. Leer uw kind om te gaan met de favorietenlijst. Zo komt u ook op een natuurlijke manier te weten welke ontdekkingen uw kind heeft gedaan.
- Praat over internet. Vertel uw eigen ervaringen en vraag kinderen wat zij allemaal doen en meemaken. Bouw wederzijds vertrouwen op.
- Installeer een goede virus-scanner en firewall.
- Zet de computer voor kinderen onder de 13 op een zichtbare plaats of zorg dat u zicht heeft op de Ipad. Zo heeft u meer zicht op het internetgebruik van uw kind en bent u in de buurt al er iets vervelends gebeurt.
- Maak afspraken met uw kind(eren) over wat ze wel en niet mogen op de computer.
- Wees erbij als uw kind lid wordt van een site. Om spelletjes en andere leuke dingen te doen op een site, moet je je soms registreren. Als u er bij bent kunt u zien waar de gegevens naar toe gaan.
- Zorg dat uw kind nooit persoonlijke informatie op internet geeft. Leer uw kind om altijd een schuilnaam te gebruiken, dat is heel gebruikelijk op internet. Leg uw kind uit geen namen, telefoonnummers of adres ergens achter te laten, zelfs niet op een eigen homepage.
- Vertel u kind dat hij/zij in de digitale wereld dezelfde respectvolle woordkeuze moet gebruiken als in de fysieke wereld.

Op internet is veel informatie te vinden over digitaal pesten.

www.mijnkindonline.nl

www.stopdigitaalpesten.nl

www.digitaalpesten.nl

www.sire.nl

www.pestweb.nl

www.digibewust.nl

6.4 Algemene adviezen voor de leerling

Leerlingen kunnen ouders en/of de leerkracht tonen dat ze digitaal gepest worden. Het bewijsmateriaal kan opgeslagen worden en/of uitgeprint. Leerlingen moeten weten dat ze zelf niet terug moeten pesten. Ook de ander kan het bericht opslaan!

7 Stroomdiagram Pestprotocol

