

# Pestprotocol De Sterrekijker

## STERRIE SCHOOLREGELS



Kinderen geven in hun eigen groep een aanvulling op deze vastgestelde schoolregels, in overleg met de leerkracht. Aan het begin van het schooljaar wordt die aanvulling samen met de groep opgesteld. Dit zijn de zogenoemde groepsafspraken. Zowel schoolregels als groepsafspraken zijn zichtbaar in de klas opgehangen, zodat de afspraken voor iedereen duidelijk zijn en men hierop aangesproken kan worden.

### **Zes weken na de zomervakantie hangen deze afspraken zichtbaar in de klas!**

Preventie:

Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons! Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aanpakken. Preventief doen wij al een hoop dingen tegen pesten op de Sterrekijker. Wist je dat:

- Wij elk jaar in oktober de “naar school leuk of niet leuk” lijst invullen met de klas in groep 5 t/m 8. Zo krijgen de leerkrachten een aardig beeld over hoe de kinderen zich voelen en daar gaan de leerkrachten serieus mee aan de slag.
- Wij werken met de methode “Goed Gedaan” Een methode voor sociaal emotionele ontwikkeling. Elke klas van groep 1 t/m 8 doet in dezelfde periode een of meer lessen met het afgesproken thema.
- Wij hebben pleinwacht in de pauze.

- De deuren van de school gaan om 8.15 uur open. Dit om de dag geleidelijk en op een rustige, gezellige manier te starten en kans op ruzie op het plein te verminderen.
- We hebben op school een intern begeleidster, een gedragsdeskundige, een vertrouwenspersoon, een ouder-kind coach en een schoolmaatschappelijk werkster. Deze mensen zijn verspreid over de week aanwezig en helpen je graag helpen als je melding doet van een pestvoorval.
- In de klas worden groepsafspraken gemaakt.
- We gebruiken het leerlingvolgsysteem voor sociaal emotionele ontwikkeling Zien!.
- En daarnaast doen de leerkrachten er natuurlijk alles aan om pestgedrag tegen te gaan.

### **Plagen of pesten: Waar zit het verschil?**

Veel kinderen maar ook ouders en soms leerkrachten weten niet wat precies het verschil is tussen plagen en pesten. Omdat het ook per persoon verschillend is hoe iemand iets ervaart. Toch is het belangrijk om kinderen de verschillen te leren die over het algemeen bepalend zijn of iets plagen of pesten is.

#### **PLAGEN**

- Gebeurt af en toe
- Kortdurend / tijdelijk
- Onbezonnen of spontaan
- Humor
- Gebeurt door verschillende personen
- Gebeurt naar verschillende personen
- Wie wie plaagt ligt niet vast
- Goedmoedig
- Beide partijen hebben plezier
- Beide partijen kunnen het plagen stoppen
- Gelijkwaardig
- Onschuldig
- Meestal één tegen één

#### **PESTEN**

- Structureel
- Duurzaam, gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig
- Eenrichtingsverkeer
- Pester heeft leiding vanuit ongelijkwaardigheid
- Vanuit machtsverhouding wordt dezelfde persoon steeds gepest
- Ongelijk strijd, (onmacht <-> almacht)
- De pester heeft geen positieve bedoelingen
- De pester wil altijd negatieve macht
- Het gaat ten koste van het slachtoffer
- Gebeurt berekenend (wie, hoe, wanneer)
- Men wil vaak iemand bewust kwetsen
- Meestal een groep tegenover een geïsoleerd slachtoffer
- Neiging tot vaste structuur; pesters zijn meestal dezelfde, net zoals de slachtoffers

## GEVOLGEN

- Wordt als prettig ervaren
- Wordt als onderdeel van het spel ervaren
- Vroegere relaties worden vlug in orde gebracht
- Men blijft opgenomen in de groep
- Je hebt plezier met zijn ALLEN
- De groep lijdt er niet onder

## GEVOLGEN

- Indien niet tijdig wordt ingegrepen kunnen de gevolgen (zowel lichamelijk, mentaal als leerprestaties) heel pijnlijk en ingewikkeld zijn
- De gevolgen kunnen lang meegedragen worden door een slachtoffer
- Het is niet makkelijk om tot betere relaties te komen; het herstel verloopt moeizaam
- Isolement en grote eenzaamheid bij het gekwetste slachtoffer, aan de basisbehoefte om "bij de groep te horen, wordt niet voldaan"
- De groep lijdt onder een dreigend en onveilig klimaat; iedereen is angstig en men wantrouwt elkaar; men is daarom weinig open of spontaan; men telt weinig of geen echte vrienden binnen de groep
- Meelopers willen bij de sterken horen (pesters)

## Wie wordt gepest?

Op veel plekken wordt gepest. Op school, op een club, op straat enzovoorts. Overall waar mensen zijn kan gepest worden. Dit is een groot probleem dat lang kan aanhouden. Mensen die gepest worden hebben daar veel last van, last van de pesters en van de verziekte sfeer. Lichamelijke en psychische klachten kunnen hiervan het gevolg zijn

Een kind dat gepest wordt heeft veel kwaliteiten. Het zijn unieke en bijzondere kinderen. Ze zijn bijvoorbeeld: lief, meegaand, rustig, stil, kunnen alleen spelen, hulpvaardig, kunnen zich aan de regels houden, doen goed hun best, grappig, beweeglijk, druk enz. Vaak echter worden ze door deze kwaliteiten en het ontbreken van weerbaarheid door een pester snel verkozen tot zondebok. Het is belangrijk om te werken aan de sociale weerbaarheid van het slachtoffer!

*Het gevoel van de ontvanger bepaalt of het plagen of pesten is!*

## **Waar wordt gepest?**

Overall waar mensen komen wordt gepest! Op school: het plein, de gang, lokaal, gymnastiekles, club, kleedruimte, kantine, eigen wijk, straat, verjaardagsfeestje, tijdens spel, pauze, vrije tijd, op onoverzichtelijk plaatsen, fietsenhok enzovoorts.

## **Wie pest er?**

Iedereen kan pesten: jongens en meiden van de eigen leeftijd; oudere kinderen, jongere kinderen; broers en zussen; ouders; familieleden; volwassenen; leerkrachten; sporttrainers; leidinggevendenden; collega's; mensen die negatieve macht als prettig ervaren enzovoorts.

## **Hoe wordt er gepest?**

Pesten kan op vele manieren vorm krijgen: met woorden, buitensluiten, negeren, chanteren, bedreigen, kleineren, bespotten, pijn doen, uitlachen, onvriendelijk behandelen, vernielen, geweld, openlijk en zichtbaar, stiekem, geraffineerd, roddelen, vernederen, digitaal enzovoorts.

## **Hoe lang kan pesten voortduren?**

Pesten kan maanden, zelfs jaren doorgaan.

## **Nieuwe vormen van pesten**

Door de komst van internet, e-mail en de mobiele telefoon zijn er nieuwe vormen van pesten ontstaan. Het "digitale pesten" kan op afstand, anoniem en non-stop gebeuren. Van de kinderen tussen 11 en 15 jaar wordt twaalf procent online gepest en lijdt daar flink onder.

Een derde van de tieners pest liever online dan 'live'.

Het is belangrijk om ervan bewust te zijn dat pesten ook via e-mail, msn en de mobiele telefoon kan plaatsvinden.

## **Aanpak van pesten en ruzies in 4 stappen:**

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

### **STAP 1: Zelf oplossen**

Er eerst zelf (en samen) uit te komen.

### **STAP 2: Meldten leerkracht**

Op het moment dat één van de leerlingen er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) heeft deze het recht en de plicht het probleem aan de meester of juf voor te leggen.

### **STAP 3: Bemiddelingsgesprek met leerkracht**

De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een bemiddelingsgesprek en

probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. Het voorval en de afspraken worden door de betrokken leerkracht genoteerd op een registratielijst. Deze lijst hoort bij het protocol 'Grensoverschrijdend gedrag'.

In het kort: wij werken met de groene kaart (waarschuwing), de gele kaart (waarschuwing met nadenkopdracht), de oranje kaart (in gesprek met ouders erbij) en de rode kaart (in gesprek met directie en intern begeleider erbij).

#### **STAP 4: De kaarten**

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

Ook wordt de naam van de ruziemaker / pester in het groepsdocument genoteerd dat bij het protocol 'Grensoverschrijdend gedrag' hoort. Bij iedere melding in de map omschrijft de leerkracht 'de toedracht'. Bij de tweede melding op het groepsdocument worden de ouders op de hoogte gebracht van het ruzie-pestgedrag. Leerkracht(en), ouders en de ruziemaken/ pester proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing.

De leerkracht biedt altijd hulp aan het slachtoffer en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen. Ook aan de andere betrokkenen wordt aandacht besteed.

De leerkrachten en andere betrokkenen kunnen het groepsdocument met daarin eventuele (oudere) meldingen van dat schooljaar bekijken, zodat iedereen op de hoogte is.

#### **Rol van de leerkracht:**

- De leerkracht heeft het idee dat er sprake is van verborgen pesten.

In zo'n geval stelt de leerkracht een algemeen probleem aan de orde om langs die weg achter "het probleem" in de klas te komen.

- De leerkracht ziet dat een leerling wordt gepest (of het slachtoffer of medeleerlingen komen het bij hem melden)

En vervolgens leveren stap 1 t/m 4 geen positief resultaat op voor het slachtoffer.

- De leerkracht neemt duidelijk stelling. De leerkracht heeft altijd de taak iets aan het pesten te doen ookal zijn dingen in vertrouwen verteld. Doel is altijd dat het pesten stopt! Voor vertrouwelijke kwesties wordt de hulp van directeur, lber of vertrouwenspersoon ingeschakeld

Stuctureel pesten heeft consequenties opgebouwd in 4 stappen; afhankelijk van hoe lang de pester door blijft gaan met zijn/haar pestgedrag en geen verbetering vertoont in zijn/haar gedrag:

## Consequenties:

### Kruisje 1:

- 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 een gesprek na schooltijd: bewustwording van wat hij met het slachtoffer 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.

### kruisje 2:

- Een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt *nadrukkelijk* gevraagd om zo een einde aan het probleem te maken. De school heeft alle activiteiten vastgelegd in de 'Dit-kan-niet' map en de school heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem. Dit is ook het moment waarop de lber of kindercounselor wordt ingelicht

### kruisje 3:

- Bij aanhoudend pestgedrag kan er voor gekozen worden om een leerling tijdelijk in een andere groep te plaatsen, binnen de school in overleg met directie
- In extreme gevallen kan in overleg met ouders, leerkracht en directie een leerling geschorst of verwijderd worden.

### Tenslotte:

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

## **Rol van de leerkracht:**

### *Begeleiding van het slachtoffer:*

- Medeleven tonen, luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest.
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/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 slachtoffer 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 het slachtoffer en de ouders van de pester(s).
- Het gepeste kind niet overbeschermen door bijvoorbeeld naar school brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen'. Hiermee plaats je het slachtoffer juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.
- Kind wordt- of is al opgegeven voor kindercounseling

### *Begeleiding van de pester:*

- Praten; zoeken naar de reden van het ruzie maken / pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen).
- Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor het slachtoffer.
- Excuses aan laten bieden.
- In laten zien welke sterke (leuke) kanten het slachtoffer 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; waar het kind kan ervaren dat contact met andere kinderen wel leuk kan zijn.
- Inschakelen hulp; sociale vaardigheidstrainingen ; Jeugdgezondheidszorg; huisarts; GGD.

### *Begeleiding van de grote groep, helpers, omstanders en meelopers*

- We maken het probleem bespreekbaar in de groep.
- We stimuleren dat de kinderen een eigen standpunt innemen.

- We bespreken met de leerlingen dat “meedoen” met de pester meestal zal leiden tot verergering van het probleem.
- We laten inzien wat het effect van zijn / haar gedrag is voor het slachtoffer en de andere betrokkenen.
- We laten kinderen inzien welke positieve kanten iedereen heeft.
- We schakelen indien nodig, in overleg met de ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen; Jeugdgezondheidszorg; huisarts; GGD.

### **Adviezen aan ouders**

#### *Ouders van slachtoffers:*

- 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.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
- Hulp aan eventuele instanties vragen (sociale vaardigheidstraining).

#### *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, stimuleer inlevingsvermogen.
- 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 slachtoffer 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 zichzelf op te komen.
- Leer uw kind voor anderen op te komen.



## **Informatie over pesten**

Wanneer jullie vragen hebben over dit onderwerp kunnen jullie op school terecht bij de intern begeleiders (Mariëtte Groen, Nynke Filippo of Karin van den Berg), juf Selina de Vos – Schot en Mirjam Noordam (anti-pestcoördinator/gedragsdeskundige). Mirjam Noordam is tevens ons vertrouwenspersoon.

Meer informatie?

[www.omgaanmetpesten.nl](http://www.omgaanmetpesten.nl)

[www.meldknop.nl](http://www.meldknop.nl) (digitaal pesten en protocollen)

[www.pesten.nl](http://www.pesten.nl) (algemene informatie)

[www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl) (filmpjes, boekentips)