



# Pestprotocol

## Inhoud

1. Waarom een pestprotocol
2. Wat is pesten
3. De aanpak van ruzies en pestgedrag
4. Stroomschema
5. Preventieve maatregelen
6. Consequenties / sanctiebeleid
7. Adviezen voor ouders
8. Nuttige adressen en telefoonnummers

## Waarom een pestprotocol

Pesten is een probleem dat in alle geledingen van de maatschappij voorkomt. Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus willen aanpakken.

Het pestprotocol hebben wij opgesteld met als doel dat alle kinderen zich in hun basisschoolperiode vrij en 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. Dit protocol moet duidelijkheid geven aan alle betrokkenen, zodat men weet waar men aan toe is.

Dit protocol is een vastgelegde wijze waarop we het pestgedrag van kinderen in voorkomende gevallen benaderen.

# Wat is pesten

## Het verschil tussen plagen en pesten

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 wordt door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend 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.

De definitie van pesten volgens anti-pestbureau Posicom: "Pesten is het systematisch uitoefenen van psychische en/of fysieke mishandeling door een leerling of een groep leerlingen van één of meer klasgenoten, die niet (meer) in staat zijn zichzelf te verdedigen."

## Kenmerken van pestgedrag

- Pesten gebeurt berekend, men wil bewust iemand kwetsen of kleineren.
- Pesten is duurzaam; het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig. (stopt niet vanzelf)
- Pesten is een ongelijke strijd.
- De pestkop heeft geen positieve bedoelingen; hij/zij wil pijn doen, vernielen of kwetsen.
- Het pesten gebeurt meestal door een groep (pestkop, meelopers en omstanders) tegenover een geïsoleerd slachtoffer.
- Pesten heeft meestal een vaste structuur; pestkoppen zijn meestal dezelfde, net zoals de slachtoffers.

## Signalen en voorbeelden van pesterijen

- Altijd een bijnaam, niet bij de eigen naam noemen.
- Zogenaamde 'leuke' opmerkingen maken over een klasgenoot.
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven.
- Briefjes doorgeven.
- Beledigen.
- Opmerkingen maken over de kleding.
- Isoleren en negeren.
- Buiten school opwachten, slaan of schoppen.
- Op weg naar huis achterna rijden.
- Naar het huis van de gepeste gaan.
- Bezittingen afpakken.
- Schelden of schreeuwen.
- Pesten via msn of e-mail.
- Gepeste kinderen zijn (vaak) alleen en ze worden uitgesloten door de groep tijdens pauzes.
- Gepeste kinderen lijken geen enkele goede vriend in de klas te hebben.
- Gepeste kinderen vinden het erg moeilijk hardop te praten in de klas en geven een angstige en onzekere indruk.
- Gepeste kinderen tonen een plotselinge of geleidelijke verslechtering in schoolresultaten.

## Aanpak bij ruzies en pestgedrag

### De vijfsporenaanpak

Om het probleem goed aan te pakken, is het belangrijk dat alle belanghebbende groepen erbij betrokken worden. De vijfsporenaanpak richt zich op gelijktijdige hulp van de *pester*, *de zwijgende middengroep*, *de gepeste*, *de ouders* en *de leerkracht*. Belangrijk is dat alle groepen het pesten als een probleem zien en er iets aan willen doen. De hulp ziet er voor elke groep anders uit.

Bij een pester moet er gedacht worden aan iemand die fysiek sterker is dan het slachtoffer, neigt naar agressief gedrag en daar weinig controle over heeft. Ze staan vaak positief tegenover (het gebruik van) geweld en zijn in staat klasgenoten te tiranniseren, af te persen, te bedreigen, enzovoorts. Het empathische vermogen van de pester is vaak niet groot.

Hulp aan de zwijgende middengroep is nodig. Deze hulp kan geboden worden door leerkrachten, maar ook door ouders. Waar het op neer komt, is dat de middengroep duidelijke informatie krijgt over wat pesten is, wat oorzaken zijn, wat gevoelens van de zondebok zijn, etc. Het doel van deze informatieverstrekking is dat de middengroep gaat inzien dat het belangrijk is stelling te nemen, in plaats van blijven zwijgen.

Assertiviteits- of sociale vaardigheidstrainingen kunnen waardevol zijn voor de zondebok, maar voor de pester verandert er niet veel. Hij zoekt een nieuw slachtoffer uit. Het zondebokfenomeen op school geen individueel probleem is, maar een groepsprobleem. Er zijn meerdere belanghebbende groepen: de pester, de zwijgende middengroep, de zondebok, de ouders en de leerkracht.

### Begeleiding van een kind dat gepest wordt

- Naar het kind luisteren en zijn/haar probleem serieus nemen.
- Met het kind overleggen over mogelijke oplossingen.
- Samen met het kind werken aan oplossingen.
- Gesprek met de ouders van het gepeste kind.
- Zonodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijv. een sociale vaardigheidstraining.

### Begeleiding van een kind dat pest

- Met het kind bespreken welk effect zijn/haar gedrag heeft voor de gepeste.
- Het kind helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.
- Het kind helpen om zich aan regels en afspraken te houden.
- Contact tussen ouders en school; elkaar informeren en overleggen. Wat is/kan de oorzaak zijn van het pesten?
- Zonodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijv. sociale vaardigheidstraining, Bureau Jeugd Zorg, huisarts, etc.
- Voor impulsieve heethoofden: tel tot tien voordat je reageert.
- Excuses aanbieden: "Sorry dat ik dit heb gedaan, want..... Ik zal voortaan....."

### Hulp bieden aan de zwijgende middengroep.

#### De middengroep wordt betrokken bij het oplossen van het pestprobleem door

- Met de leerlingen te praten over pesten en over hun eigen rol daarbij.
- Met de leerlingen te overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.
- Samen met de leerlingen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.

Ouders en leerkrachten vinden informatie en adviezen elders in dit protocol.

**Stromenschema. Zie bijlage**

## Preventieve maatregelen

Voor schooltijd is er een pleinwacht aanwezig.

Elke week staat een half er in iedere groep sociaal- emotionele onderwijs (seo) op het programma. We maken gebruik van de methode 'Kinderen en hun sociale talenten'. Ook bij situaties binnen de groep wordt direct ingegaan.

Het voorbeeldgedrag van de leerkrachten (én de ouders thuis) 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.

Om duidelijkheid te krijgen over 'wat wordt niet geaccepteerd', is het samen in de klas opstellen en afspreken van regels met de kinderen essentieel. Deze regels worden duidelijk zichtbaar in de klas opgehangen.

## Consequenties / Sanctiebeleid

Bij pestbeleid past ook een sanctiebeleid. Het moet voor iedereen duidelijk zijn welke maatregel bij welk gedrag genomen wordt. Het moet ook duidelijk zijn wie in welke situatie een sanctie kan opleggen. Zie ook Stroomschema

	Gedrag	Sanctie / actie	Actie door
Fase 1	Eenmalig geconstateerd pestgedrag	De kinderen moeten eerst proberen zelf (en samen) de ruzie op te lossen door te praten. Wanneer de kinderen er samen niet uitkomen en elkaar blijven lastig vallen, wordt de leerkracht ingeschakeld.  Ingaan op eventuele sancties.	Kinderen en leerkracht
Fase 2	Pesten blijft doorgaan	Straffend gesprek. Gesprek over omgangsregels en bewustwording van wat de pester het gepeste kind aandoet. Eén of meerdere pauzes binnen blijven. Ouders informeren van pester(s) en gepeste. Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komt aan het einde van iedere week (voor een periode) in een kort gesprek aan de orde.  Klassengesprek over fenomeen pesten. Via <a href="http://www.stichtingstophetpesten.nl">http://www.stichtingstophetpesten.nl</a> zijn er brochures 'Stop het pesten' aan te vragen. De brochures via Zorn 'Horen, zien en niet meer zwijgen' zijn toegankelijker. <a href="http://www.zorn-uitgeverij.nl">www.zorn-uitgeverij.nl</a> Voor de leerkracht: zie ook hoofdstuk <i>Adviezen aan ouders en Nuttige adressen en telefoonnummers</i> .	Leerkracht
Fase 3	Pesten blijft toch doorgaan	Het team wordt op de hoogte gebracht Nablijven / één of meerdere pauzes binnen blijven. In deze tijd een schriftelijke opdracht maken: beschrijven van de toedracht, zijn/haar rol in het pestprobleem en hoe hij/zij voortaan zal gaan gedragen. Handtekening van de pester eronder.  Een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. Straf in samenspraak De school heeft alle activiteiten vastgelegd en heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.  Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals Bureau Jeugd Zorg, de schoolarts of Algemeen Maatschappelijk Werk, een assertiviteitstraining voor pester en gepeste.  Op <a href="http://www.schoolenveiligheid.nl">www.schoolenveiligheid.nl</a> is meer informatie te vinden rondom scholingsaanbod rondom pesten.	Leerkracht in overleg met intern begeleider en/of directie
Fase 4	Negatief gedrag blijft gehandhaafd. Geen verbetering merkbaar.	Bij aanhoudend pestgedrag kan er voor gekozen worden om een leerling tijdelijk in een andere groep te plaatsen binnen de school. Ook het (tijdelijk) plaatsen op een andere school behoort tot de mogelijkheden.  In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden. Zie schorsingsprocedure	Directeur in overleg met het schoolbestuur

## Adviezen aan ouders

### Ouders van gepeste kinderen

- Neem het probleem serieus. Blijf in gesprek met uw kind. Als uw kind thuiskomt met het verhaal dat hij gepest wordt, doe het dan niet af met opmerkingen zoals: "Blijf dan ook uit de buurt van hem" of "Sla dan terug". Uit onderzoek blijkt dat het meeste effect oplevert om eerst goed te luisteren naar uw kind alvorens u stappen onderneemt.
- Als pesten op straat gebeurt, niet op school, kunt u het beste contact opnemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het best direct met de groepsleerkracht bespreken.
- Door complimentjes kan het zelfrespect van uw kind vergroot worden.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport. Soms is het verstandig om uw kind op een sportclub te doen. Dan kan hij misschien ergens in uitblinken dat hij heel goed kan.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
- Werk samen met de school, maar houdt de grenzen in de gaten. Uw grenzen en ook die van school. Het is niet de bedoeling dat u op school komt om eigenhandig een probleem voor uw kind op te lossen! De inbreng van u is het aanleveren van informatie, het geven van suggesties en het ondersteunen van de aanpak door school. Maak met de leerkracht afspraken over hoe jullie verder gaan. Meestal is het zo dat de leerkracht het bespreekbaar maakt in de groep in algemene zin en praat apart met de dader(s) en eventueel met zijn ouders. Maar wat ook goed werkt is het vragen aan uw kind. Wat vindt hij fijn dat er gaat gebeuren?
- Meestal hebben slachtoffer hun zelfrespect verloren. Dit is afhankelijk van de duur van het pesten. Help uw kind om zijn zelfrespect weer terug te krijgen door alleen de goede dingen die hij doet te benoemen.
- Laat uw kind deelnemen aan sociale vaardigheidstrainingen. Verdere informatie kunt u krijgen bij de Intern Begeleider van de school,
- Sta niet toe dat het pesten doorgaat. Uw kind heeft recht op een veilige omgeving op school om zich daar goed te kunnen ontwikkelen.

### Ouders van kinderen die pesten

- Neem het probleem 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 een ander aandoet.
- Besteed extra aandacht aan uw kind.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem en beloon het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de aanpak van school staat.

### Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn

- Een problematische thuissituatie.
- Voortdurend gevoel van anonimiteit.
- Voortdurend in een niet passende rol worden gedrukt.
- Voortdurend met elkaar de competitie aangaan.
- Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt.

### Alle ouders

- Neem ouders van gepeste kinderen serieus.
- Stimuleer uw kind om op een vriendelijke manier met anderen om te gaan.
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag, benoem en beloon het goede gedrag.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw kind om voor anderen op te komen.
- Leer uw kind om voor zichzelf op te komen op een niet gewelddadige manier.



## Nuttige adressen en telefoonnummers

Elke school heeft een algemeen vertrouwenspersoon.

Kindertelefoon: 0800 – 0432 (gratis). Elke dag te bereiken van 14:00 – 20:00 uur  
Internetsite: [www.kindertelefoon.nl](http://www.kindertelefoon.nl).

Aan ouders wordt een luisterend oor, advies en informatie geboden door:  
De Opvoedtelefoon: 0900 - 821 22 05 (€ 0,20 per minuut)  
Maandag t/m woensdag van 9.00 tot 17.00 uur en 19.00 tot 21.30 uur.  
Donderdag en vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur.  
Internetsite: [www.opvoedtelefoon.nl](http://www.opvoedtelefoon.nl).

Voor hulp en advies bij pesten op school, voor leerlingen en leerkrachten:  
Hulplijn Pestweb: 0800 - 282 82 80, gratis  
Op schooldagen van 14.00 tot 17.00 uur.  
Internetsite: [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl).

Voor advies bij pesten op school, voor ouders:  
50tien: 0800 - 5010, gratis  
Op schooldagen van 10.00 tot 15.00 uur.  
Internetsite: [www.50tien.nl](http://www.50tien.nl).

Voor meer telefoonnummers en adressen verwijzen we u naar de internetsites:  
<http://www.pestten.net>  
<http://www.pestweb.nl>  
<http://www.sjn.nl/pesten>  
Op deze sites vindt u meer informatie over pesten, waaronder literatuursuggesties.

Het pestprotocol wordt elke twee jaar geëvalueerd en indien nodig bijgesteld.  
Leerkrachten en de medezeggenschapsraad onderschrijven gezamenlijk dit pestprotocol.