

**Anti-pestprotocol**  
**Basisschool de Goede Herder**



**mei 2016**

## Inhoudsopgave anti-pestprotocol

1. Inleiding	3
2. Definitie plagen en pesten	4
3. Verschillende vormen en situaties van pesten	5
4. De betrokkenen	7
5. Anti-pestprotocol van basisschool de Goede Herder	11
6. Indien er toch sprake is van pestgedrag	14
7. De anti-pest coördinator	16

### Bijlages:

1. Digitaal pesten
2. Anti-pestbrief van basisschool de Goede Herder
3. Maatjesmeter
4. Achtergrondinformatie

## Inleiding

Basisschool de Goede Herder wil haar kinderen een veilig pedagogisch klimaat bieden, waarin zij zich harmonieus en op een prettige en positieve wijze kunnen ontwikkelen.

De leerkrachten bevorderen deze ontwikkeling door het scheppen van een veilig klimaat in een prettige werksfeer in de klas en op het schoolplein. In veruit de meeste gevallen lukt dit door de ongeschreven regels aan te bieden deze te onderhouden, maar soms is het gewenst om duidelijke afspraken met de kinderen te maken. Een van die duidelijke regels is dat kinderen met respect met elkaar dienen om te gaan. Dat het niet altijd als vanzelfsprekend wordt ervaren, geeft aan dat we het kinderen moeten leren en daar dus energie in moeten steken. We hanteren binnen onze school afspraken in alle groepen en spreken die met de leerlingen door en af. Dit zijn de 'kapstokregels' van de Goede Herder die in elke klas van groep 1 tot en met 8 zichtbaar zijn. Hierbij wordt rekening gehouden met de leeftijd van de kinderen. We hopen zodoende dat er een preventieve werking van uitgaat en spreken de kinderen, die zich niet aan de gemaakte afspraken houden, daarop aan.

Vanaf augustus 2015 is het team van basisschool de Goede Herder bezig met een traject Pedagogische Tact. Pedagogische Tact wordt kortweg omschreven als: "het goede doen, op het juiste moment, ook in de ogen van de leerling'.

Een schooldag bevat enorm veel momenten waarin kinderen sociale vaardigheden opdoen. Binnen de samenwerkingsopdrachten tussen leerlingen zitten veel sociaalvormende elementen. De kinderen leren hoe ze met elkaar in gesprek kunnen gaan en worden geactiveerd om zich te verdiepen in de mening van ander. Deze werkvormen zorgen voor een leeromgeving die sociaal gedrag versterkt. Dat leerproces verloopt meestal vanzelf goed, maar het kan ook voorkomen dat een kind in een enkel geval systematisch door andere kinderen wordt gepest. Dan kan een kind zodanig in de knoop komen met zijn schoolomgeving, dat de ongeschreven regels van de leerkracht niet meer voldoende de veiligheid bieden en daarmee de gewenste ontwikkeling onderbreken. In een dergelijk geval is het van groot belang dat de leerkracht onder ogen ziet, dat er een ernstig probleem in zijn of haar groep is.

Voor basisschool de Goede Herder is pestgedrag een ongewenste situatie. Door specifieke activiteiten aan te bieden voor een veilig pedagogisch klimaat; te zorgen voor kennis en toerusting voor leerkrachten en specifieke trainingen voor leerlingen met sociaal wenselijk gedrag of problemen in de weerbaarheid doen we er alles aan om een sociaal veilig klimaat te scheppen. De betrokkenheid van ouders is hierbij een essentieel onderdeel.

Op het moment dat er dan toch sprake is van pestgedrag treedt dit anti-pest protocol in werking.

## Definitie plagen en pesten

Plagen en pesten liggen dicht bij elkaar en het een kan gemakkelijk leiden tot het ander. Wat voor de een nog plagen is, kan voor de ander als pesten worden ervaren.

### Plagen

Plagen gebeurt over en weer. Een soort tik-tak spel. De een zegt iets en de ander plaagt terug. Er is geen slachtoffer en geen dader, beide partijen zijn ongeveer even sterk. Het is niet de bedoeling een ander te kwetsen of pijn te doen. Plagen is een vorm van oefenen, oefenen in het herkennen van eigen en andermans grenzen. Hierdoor wordt de sociaal-emotionele ontwikkeling getraind, kinderen oefenen in hun sociale weerbaarheid.

Plagerijtjes zijn dan ook snel weer vergeten.

Kinderen met bijvoorbeeld een laag zelfbeeld en met weinig zelfvertrouwen zien plagen sneller als pesten. Sommige kinderen vinden het moeilijk om de non-verbale communicatie goed te herkennen en juist deze kinderen kunnen het plagen verkeerd opvatten. Vaak is een duidelijke uitleg hierin voldoende.

### Pesten

‘Pesten is (non-verbaal, fysiek of seksueel) systematisch geweld van een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer leerlingen, die niet (meer) in staat is/zijn zichzelf te verdedigen’. (bron: Bob van der Meer, expert op het gebied van veiligheid en pesten).

Het gaat hierbij om systematisch misbruik van macht, waarbij een persoon, die niet in staat is zichzelf te verdedigen, het slachtoffer is van negatieve acties van een of meer andere personen.

Bij pesten is er een duidelijke slachtofferrol en daderrol. Bij pestgedrag wordt de sociale weerbaarheid juist afgebroken.

Kenmerken van pesten zijn:

- Herhaalde actie
- In interactie met anderen
- Negatief ten opzichte van de ander
- De actie is gericht op iemand die zich niet kan verweren
- Er is sprake van machtsongelijkheid (fysiek en/of sociaal).

### 3. Verschillende vormen en situaties van pesten

#### Vormen van pesten

Er zijn verschillende vormen waarin pesten voorkomt:

- Verbaal
- Non-verbaal
- Fysiek
- Digitaal

#### 3.1 Verbaal pesten

Bij verbaal pesten wordt het gesproken woord gebruikt om het slachtoffer 'op een verkeerd been' te zetten of belachelijk te maken. Dit gebeurt op verschillende manieren en is voor de oplettende leerkracht goed te signaleren qua dader/slachtoffer.

Voorbeelden van verbaal pesten:

- Volstrekt doodzwijgen van het slachtoffer
- Niet de echte naam, maar een bijnaam gebruiken
- Voortdurend zogenaamde 'leuke' opmerkingen over het slachtoffer maken
- Steeds weer het slachtoffer uitschelden
- Het slachtoffer voortdurend van iets de schuld geven
- Opmerkingen maken over zijn/haar kleding
- Beledigende opmerkingen maken

#### 3.2 Non-verbaal pesten

Non-verbaal pesten maakt diepe wonden die maar moeizaam helen. Vormen van non-verbaal pesten worden door leerkrachten vaak niet opgemerkt, omdat ze zich 'in het geniep' afspelen en niet door verbaal of non-verbaal gedrag worden onderstreept.

Voorbeelden van non-verbaal pesten:

- Opzettelijk negeren van het slachtoffer
- Overslaan bij uitdelen van versnaperingen of uitnodigingen bij verjaardagen
- Het slachtoffer laten geloven dat hij/zij dom of lelijk is
- Het slachtoffer laten geloven dat hij/zij 'mislukt' is
- Het slachtoffer isoleren van de rest van de groep
- Het slachtoffer niet kiezen, waardoor hij/zij als laatste overblijft
- Briefjes doorgeven

### 3.3 Fysiek pesten

Fysiek pesten lokt bij leerlingen vaak heftige fysieke tegenreacties uit. Leerkrachten zien dit vaak als 'gedragsproblemen'. Leerlingen laten nooit zomaar gedragsproblemen zien. Hier gaat bijna altijd een periode van stress en/of angst aan vooraf. Ga daarom altijd, samen met de leerling, op zoek naar de oorzaak van de uitbarsting.

Voorbeelden van fysiek pesten:

- Fysiek mishandelen
- Bij herhaling lichaam of kleding aanraken of tegen de stoel tikken
- Slaan en/of schoppen (bijvoorbeeld na school ergens opwachten)
- Op weg van en naar school achterna rijden
- Bewust de verkeerde kant opsturen
- Bezittingen aanraken of afpakken
- jennen

### 3.4. Digitaal pesten

Een aantal redenen waarom digitaal pesten veel harder ingrijpt in het leven van het slachtoffer is de anonimiteit van de dader, de laagdrempeligheid van het internet en het feit dat de dader noch rechtstreeks, noch fysiek contact heeft met het slachtoffer. Daardoor wordt de dader niet geconfronteerd met de gevolgen van zijn daden.

De dader wordt uitgedaagd tot het uiterste te gaan en krijgt meer succes omdat veel 'volgers' online meekijken. Slachtoffers van digitaal pesten ontwikkelen een hevige mate van stress en krijgen hierdoor een sterk gevoel van onveiligheid die zelfs zijn invloed zal hebben in het gezin.

Tips om digitaal pesten aan te pakken:

- reageer niet op pestberichten
- verwijder 'hate-mails' zonder deze te openen
- blijven 'hate-mails' komen, sla ze dan op als bewijs van het pestgedrag
- blokkeer personen die jou pesten
- praat erover dat je wordt gepest en vraag om hulp om het pesten te stoppen!

Voor meer tips rondom digitaal pesten zie bijlage 1.

## 4. De betrokkenen

### 4.1 Het gepeste kind:

Sommige kinderen hebben een grotere kans om gepest te worden dan anderen. Dat kan komen door uiterlijke kenmerken maar het heeft vaker te maken met vertoond gedrag, wijze waarop gevoelens worden beleefd en de manier waarop dat geuit wordt. Uit onderzoek blijkt dat er sprake is van een *onveilige situatie*, waarbinnen een pester zich kan manifesteren en zich daarin ook nog verder kan ontwikkelen. Kinderen die gepest worden doen vaak andere dingen dan de meeste leeftijdgenoten in hun omgeving. Ze spelen een ander instrument, doen aan een andere sport of zitten op een ander clubje. Ze zijn goed in vakgebieden of juist niet goed. Er zijn helaas aanleidingen genoeg om door anderen gepest te worden mits de pesters daar de kans voor krijgen vanuit de situatie.

Veel kinderen die worden gepest hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen de pestkoppen en stralen dat dan ook uit naar hun kwelgeesten. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep, ze durven weinig of niets te zeggen, omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden. Deze angst en onzekerheid worden verder versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor het gepeste kind in een vicieuze cirkel komt waar het zonder hulp zeker niet uitkomt.

Gepeste kinderen voelen zich vaak eenzaam, hebben in hun gepeste omgeving geen vrienden om op terug te vallen en kunnen soms beter met volwassenen opschieten dan met hun leeftijdgenoten. Jongens die worden gepest horen bijna nooit tot de motorisch beter ontwikkelde kinderen.



*Signalen (thuis en op school):*

- Vaak alleen staan in de pauze
- Tijdens de pauze bij de surveillerende leerkracht 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 kreunen van andere kinderen, als het betreffende kind een idee oppert, dat wel geaccepteerd zou worden indien een ander kind het idee aangedragen zou hebben.
- Veel gerommel in de groep.
- Andere kinderen laten zich negatief uit over familieleden van dat kind.
- Andere kinderen vinden alles maar stom van het betreffende kind, m.b.t. kleding, haardracht, keuze van de rugzak etc.
- Andere kinderen reageren negatiever op een fout van het kind, dan dat ze doen bij hun andere klasgenoten.
- Het kind wil niet naar school of geeft aan zich ziek te voelen.
- Het kind wil bepaalde kleren niet meer aan naar de school of naar de vereniging.
- Het kind is gauw boos of prikkelbaar.
- Het kind wil niet meer buiten spelen en sluit zich op in huis.
- Het kind wordt niet meer uitgenodigd op feestjes van klasgenoten.

## 4.2 De pesters

Kinderen die pesten zijn vaak juist fysiek en verbaal wel de sterksten uit de groep. Ze kunnen zich permitteren zich agressiever op te stellen en ze reageren dan ook met dreiging van geweld of de indirecte inzet van geweld. Pesters lijken in eerste indruk populair te zijn in een klas, maar ze dwingen hun populariteit in de groep af door te laten zien hoe sterk ze zijn en wat ze allemaal durven. Met het vertoonde pestgedrag gaat ze dat gemakkelijk af en ze krijgen andere kinderen mee bij het gedrag naar een slachtoffer. Pesters hebben ook feilloos in de gaten welke kinderen gemakkelijk aan te pakken zijn en als ze zich al vergissen, gaan ze direct op zoek naar een volgend slachtoffer. De zwijgende meerderheid en potentiële meelopers krijgen een keuze die onuitgesproken wordt opgelegd en die aan duidelijkheid niet te wensen overlaat: Je bent voor of je bent tegen me. Hier gaat een grote dreiging uit naar de gezamenlijke omgeving van pester en slachtoffer.

Alles is immers beter dan door de “machtige pester” zelf gepest te worden. De pesters stralen juist deze dreigende zekerheid met verve uit. Pesters hebben vaak moeite met autoriteit en zullen autoriteit misbruiken om zich stoer voor te doen. Het profiel van de pester is sterk zelf bevestigend, hij ziet zichzelf als een slimme durfal die de dommerds de loef afsteekt en ze dat ook bij herhaling laat merken. “Wie maakt mij wat?” staat met grote letters op het voorhoofd geschreven.

Het komt ook regelmatig voor dat een pestkop een kind is dat in een andere situatie zelf slachtoffer is of was. Om te voorkomen weer het mikpunt van pesten te worden, kan een kind zich bijvoorbeeld in een andere omgeving dan die van zijn slachtofferrol, vervolgens als pester gaan opstellen en manifesteren. “Laten pesten doet pesten”.

Meisjes pesten minder openlijk dan jongens en vaak op een subtiele manier waarbij de uitdaging naar het gezag ter plekke niet echt aan de orde is. Ze pesten meer met woorden, maken geniepige opmerkingen of sluiten andere kinderen buiten. Meisjes opereren minder individueel en meer met groepsvorming in de zin van er al dan niet bij te horen. Fysiek geweld komt bij deze groep pesters veel minder voor.

Een succesvolle pester leert niet om zijn agressie op een andere manier te uiten dan door het ongewenste pestgedrag te vertonen. Ook pesters hebben last op termijn van hun pestgedrag. Door hun verkeerde en vooral beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om vriendjes op lange termijn te maken en een vriendschap op te bouwen en 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. Pesters vertonen signalen van inadequaat gedrag bij sociale activiteiten, bijvoorbeeld vervelend gedrag bij gym of een grote mond bij een leerkracht.





#### 4.3 De meelopers en de andere kinderen:

De meeste kinderen zijn niet direct betrokken bij pesten in de direct actieve rol van pester. Sommige kinderen behouden enige afstand en andere kinderen doen incidenteel mee. Dit zijn de zogenaamde "meelopers". Er zijn ook kinderen die niet merken dat er gepest wordt, of er zijn kinderen die het niet willen weten dat er gepest wordt in hun directe (school) omgeving.

Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf in de slachtofferrol te geraken. Maar het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en denken daardoor in populariteit mee te liften met de pester in kwestie.

Voorals meisjes doen nogal eens mee met pesten om een vriendin te kunnen behouden. Als kinderen actiever gaan mee pesten in een grotere groep, voelen ze zich minder betrokken en verantwoordelijk voor wat er met pesten wordt aangericht. Alles wat in een groep gebeurt, laat het individueel denken meer en meer achter zich en zo kan, met name groepsgebruik, leiden tot excessen die achteraf voor iedereen inclusief de pesters onacceptabel zijn.

Het heeft absoluut zin om daadwerkelijk op te staan tegen het pesten. Zodra andere kinderen het gepeste kind te hulp komen of tegen de pesters zeggen dat ze moeten ophouden, kan de situatie aanzienlijk veranderen. Het pesten wordt dan al direct minder vanzelfsprekend en draagt bovendien grotere risico's met zich mee. De situatie voor met name meelopers verandert door het ongewenste karakter van het vertoonde pestgedrag. Het wordt duidelijk dat het geen groepsnorm is om mee te gaan in het pestgedrag. Meelopers horen graag bij de norm en de grote groep, en zij zijn niet bereid en ook niet in staat om grote risico's te lopen waarvan ze de gevolgen niet kunnen overzien, dit in tegenstelling tot de ervaren pester.

Kinderen die pestgedrag signaleren en dit bij de leerkracht aangeven vervullen dus een belangrijke rol.

#### 4.4. Ouders

Ook de ouders kunnen een belangrijke rol spelen. Ouders van kinderen die gepest worden en die dit probleem met de school of op de club willen bespreken, zijn natuurlijk altijd emotioneel bij het onderwerp betrokken. De gevoelde onmacht bij deze ouders wordt door hen sterk ervaren en is niet altijd een goede leidraad tot een rationeel handelen.

Geef hierbij ruimte voor de emoties van ouders en denk daarna samen na over een goede oplossing.

De ouder wil maar een ding en dat is dat het pestgedrag ogenblikkelijk stopt. Ouders van kinderen die niet direct bij het pesten zijn betrokken, kunnen meer afstand nemen. Daardoor zijn ze beter in staat om duidelijk te maken aan hun kind dat er iets aan het pesten gedaan moet worden. Dit is ook in het belang van de opvoeding en ontwikkeling hun eigen kind. Als er in de omgeving van een kind gepest wordt, heeft het kind zelf ook last van een onveilige, onprettige sfeer in de groep of de klas.

We vinden het als school erg belangrijk om de ouders te betrekken, niet alleen de direct betrokken ouders, maar ook de ouders eromheen. Dit past bij onze visie van school.



#### 4.5. Gevolgen van pesten

*'Ach joh, stel je niet aan, hij plaagt je een beetje! Iedereen wordt wel eens gepest! Dingen gaan nu eenmaal niet altijd zoals jij wilt! Pesten hoort er gewoon bij! Daar word je hard van! Wen er maar aan, want als je straks de maatschappij ingaat...daar gaat het er nog veel harder aan toe! Je kunt op je werk ook niet voor elk wissewasje naar je baas rennen!'*

De gevolgen van pesten kunnen ernstig zijn, zéér ernstig.

Niet ingrijpen bij pesten, vooral als het om een kwetsbare groep leerlingen gaat, kan rampzalige gevolgen hebben. Pesten levert gevoelens op van angst, stress en minderwaardigheid.

Pesten op school kan leiden tot slechtere schoolprestaties, ziekte en verzuim en kan, als niet adequaat wordt ingegrepen leiden tot posttraumatische stressstoornis, depressie en kan uiteindelijk zelfs aanleiding zijn voor zelfmoord. Naar schatting heeft één op de tien zelfmoorden te maken met pesten (*Bron: niet pesten maar aanpakken 2009*)

## 5. Anti-pestprotocol van basisschool de Goede Herder

Dit anti-pestprotocol heeft als doel om alle kinderen zich bij ons op school veilig te laten voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen. Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

We doen dat door regels en afspraken zichtbaar te maken voor kinderen en volwassenen zodat als er zich ongewenste situaties voordoen, zij elkaar kunnen aanspreken op deze regels en afspraken. Leerkrachten en ouders uit de MR onderschrijven gezamenlijk dit anti-pestprotocol. Basisschool de Goede Herder wil voor alle kinderen die de school bezoeken een veilige school zijn. Dit betekent dat de school expliciet stelling neemt tegen pestgedrag en concrete maatregelen voorstelt bij voorkomend pestgedrag.

### 5.1. Preventief pestbeleid

Een schooldag bevat enorm veel momenten waarin kinderen sociale vaardigheden opdoen. Binnen de samenwerkingsopdrachten tussen leerlingen zitten veel sociaalvormende elementen. De kinderen leren hoe ze met elkaar in gesprek kunnen gaan en worden geactiveerd om zich te verdiepen in de mening van ander. Deze werkvormen zorgen voor een leeromgeving die sociaal gedrag versterkt. Elke leerkracht bespreekt aan het begin van het jaar algemene afspraken en regels in de klas. Het onderlinge plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de leerkracht in zijn klas het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen moet worden beschouwd. We werken in groep 3 tot en met 8 met de methode Leefstijl en waar nodig wordt Rots en Water aangeboden. Het traject Pedagogische Tact is een uitgangspunt om te onderzoeken naar de verdere invulling om een doorgaande lijn van groep 1 tot en met groep 8 te waarborgen. Een verdere uitwerking volgt vanuit de werkgroep sociaal emotionele ontwikkeling. Ook besteden we aandacht aan de fases van groepsvorming zoals die beschreven staan in 'groepsplan gedrag' van Kees van Overveld.

In de eerste helft van het schooljaar (voor de kerstvakantie) en vóór de meivakantie wordt door alle leerlingen en de leerkracht de pestmeter ingevuld. Dit wordt door de leerlingen digitaal gedaan. Hierdoor wordt naast de afname van een sociogram en de Zien vragenlijsten en de leerlingenlijst Zien een beeld verkregen over het al dan niet pesten op school.

### 5.2 Bespreekbaar maken van pesten in de klas

Wil je als leerkracht pesten in de klas bespreekbaar maken, gebruik dan geen actuele pestsituatie in de klas, maar til het onderwerp daar bovenuit. Hierdoor wordt het onderwerp minder beladen en kan gemakkelijker de overstap gemaakt worden naar het eigenlijke probleem in de klas.

Via een omweg komen leerlingen vaak zelf met voorbeelden die leiden naar het pestprobleem.

Onderwerpen die bijvoorbeeld in de bovenbouw gebruikt kunnen worden zijn:

- oorlog en vrede en het gevoel van winnaars en verliezers
- de schending van mensenrechten of rechten van kinderen
- machtsmisbruik in het algemeen.

Het voorbeeld dat de leerkracht uitkiest is van groot belang. Ook de overduidelijke stellingname van de leerkracht en de school tégen pesten is zeer belangrijk.

Leerlingen in de bovenbouw behandelen in de groep de anti-pestbrief van onze school. Hierin staat op leerling niveau uitgelegd wat pesten is en wat de mogelijke gevolgen kunnen zijn. Zie hiervoor bijlage 2.

#### 5.4 Hoe geven we pesters zo min mogelijk ruimte?

De ernst van de problematiek rond pesten vraagt om proactief beleid, beleid dat integraal in de school en in de interne zorgstructuur is verankerd.

De volgende ingrediënten voor een proactief anti-pestbeleid zijn belangrijk:

- Eenduidige gedragsregels en afspraken
- Waar mogelijk altijd en overal toezicht
- Een 'lik op stuk' aanpak van pestgedrag
- Een graadmeter het sociaal welbevinden van de kinderen te meten

#### Eenduidige gedragsregels en afspraken

De belangrijkste regel van het pesten luidt:

**Word je gepest, praat er thuis en op school over. Je mag het niet geheim houden!**

Deze omgangsregels gelden op de Goede Herder en daarbuiten:

1. Ga aardig met elkaar om en doe elkaar geen pijn
2. Luister naar elkaar en laat elkaar uitpraten
3. Anders zijn is oké
4. Om sommige dingen mag je lachen, maar zorg er wel voor dat je niemand kwetst
5. Probeer rustig en op een normale toon met elkaar te praten (niet te snel boos worden). Probeer jezelf te beheersen. Tel bijvoorbeeld tot tien.... Maak gebruik van het vierstappenplan. Terugslaan of terugschelden maakt het alleen maar erger
6. Vertel de meester of de juf wanneer jezelf of iemand anders wordt gepest. Blijft de pester doorgaan dan aan de juf of meester vertellen. Kinderen die pesten zitten zelf in de nesten! Word je gepest praat er thuis ook over, je mag het niet geheim houden
7. Een complimentje op zijn tijd kost niet zoveel moeite

Bovenstaande regels worden in de groepen besproken. Belangrijk hierbij is dat de leerlingen zelf achter de regels en afspraken staan en deze als het ware 'omarmen'. Gedurende het schooljaar is het van belang om de regels en afspraken regelmatig opnieuw te bespreken en te herhalen.

Het streven op de Goede Herder is om overal waar leerlingen met elkaar zijn, toezicht te houden. Immers op plaatsen waar géén toezicht is en waar leerlingen met elkaar vertoeven hebben pesters meer ruimte om hun slachtoffers te benaderen.

#### 'Lik op stuk' beleid

Om pesten aan te pakken is een consequent en proactief sanctiebeleid nodig om pesten aan te pakken en de veiligheid in de groep te waarborgen.

Concreet betekent dit dat elke vorm van pesten meteen moet worden aangepakt zodra dit wordt geconstateerd of wordt gemeld aan een leerkracht. Niet de volgende dag of een week later, maar meteen!

De boodschap van school moet helder en consequent in alle groepen van de school worden verkondigd: **pesten wordt hier op school niet getolereerd, nu niet en nooit!**

### **Een graadmeter om het sociale welbevinden te meten**

Onder het motto 'meten is weten' is een instrument ontwikkeld die het mogelijk maakt om de omvang van pesten in de groep, over groepen heen en zelfs over de school heen zichtbaar te maken. Door regelmatig (bijvoorbeeld twee maal per jaar, voor de kerstvakantie en voor de meivakantie) alle leerlingen en leerkrachten hierop te bevragen en de resultaten terug te koppelen naar het team en indien gewenst naar de ouderraad wordt pesten een structureel onderwerp dat schoolbreed de aandacht krijgt die het verdient. Zie hiervoor ook het veiligheidsbeleid van basisschool de Goede Herder wat op dit moment verder uitgewerkt wordt.

### **Maatjesmeter**

De 'maatjesmeter' is een instrument waarmee duidelijk wordt gemaakt welke leerlingen niet goed liggen in de klas. Deze leerlingen krijgen weinig aansluiting en worden niet aardig gevonden, waardoor ze potentiële pestslachtoffers zijn. Er is een versie voor de leerlingen en een voor de leerkracht. De leerlingenversie wordt indien nodig twee maal per jaar afgenomen, de leerkrachtversie komt één maal per schooljaar aan bod. In combinatie met het sociogram ontstaat een helder beeld over de sociale rangorde binnen de groep. Voor een verdere verwijzing zie bijlage 3.

### **Pesters worden helpers!**

Hoe vaker we een bepaalde emotie meemaken, hoe vaker zij zal terugkomen. Met andere woorden: pesters die pesten uit angst (emotie) zullen steeds meer moeten pesten om die angst te onderdrukken. Door een andere emotie (empathie) de plaats in te laten nemen van die angst, zou de invloed daarvan op de chemie van het lichaam hun gedrag aanmerkelijk kunnen veranderen. Zelfs leerlingen die veel negatief gedrag vertoonden, maakten als ondersteuner een positieve omslag en gingen voorbeeldgedrag vertonen. Dit biedt perspectief om van pesters helpers te maken. Empathie is daarbij de sleutel (bron: 1996 ontdekking Dr. C. Pert; de relatie tussen chemie en emotie).

Een mogelijke interventie tussen het preventieve handelen en het anti-pestprotocol is het koppelen van leerlingen voor een periode van 6 weken aan een klasgenoot en helpt die klasgenoot gedurende deze weken met de dagelijkse problemen waar hij/zij tegenaan loopt. Na zes weken wordt een andere helper gekoppeld aan de leerling.

## 6. Indien er toch sprake is van pestgedrag?

Indien er toch sprake is van pestgedrag gaan we daar als actief mee om:

We gaan uit van de aanbevelingen uit de hier achter beschreven vijfsporen aanpak. Deze is ontwikkeld door de landelijke organisaties voor ouders in het onderwijs. De vijf sporen aanpak houdt in dat de verantwoordelijkheid voor de aanpak van pesten door de hele school gedragen wordt, dat er begeleiding wordt aangeboden aan de gepeste leerling en de pester. Maar ook dat de klas betrokken wordt bij het pestprobleem en dat ouders steun krijgen.

Wil je pesten effectief bestrijden dan zal je de volgende vijf groepen moeten meenemen.

### Vijf sporen aanpak

#### 6.1 De algemene verantwoordelijkheid van de school

De school zorgt dat de leerkrachten en de intern begeleiders voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten. De school werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is.

#### 6.2 Het bieden van begeleiding aan de leerling die gepest wordt

Het probleem wordt serieus genomen. Het slachtoffer moet hulp krijgen. Kinderen die voortdurend worden gepest, kunnen op verschillende manieren reageren. De meeste kinderen worden passief en zitten er duidelijk mee. Een enkel gepeste leerling gaat zelf uitdagen. Beide vormen van gedrag zijn 'aangeleerd', in de zin van 'reacties op uitstoting'. Dit gedrag kan ook weer afgeleerd worden. In dit geval zijn bijvoorbeeld sociale vaardigheidstraining, zelfverdediging of Rots en Water goede interventies. Mocht er gepest worden hebben alle betrokken partijen hun eigen probleem.

#### 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 voor tijdens en na het pesten
- huilt 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 is belangrijk om 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 in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen
- er wordt in een gesprek nagegaan wat er precies is gebeurd, ook in gesprek met de pester en eventuele getuigen. In dit gesprek worden afspraken gemaakt om het pesten te stoppen

Na twee weken controleren of het pesten is gestopt. Is dit niet het geval:

- Intern begeleider (ib)/anti-pest coördinator/lid managementteam (MT) neemt het over de van de leerkracht
- Ib/anti-pest coördinator/lid MT voert een gesprek met de ouders
- Hernieuwde afspraken maken om het pesten te stoppen. Deze afspraken op papier zetten en door beide partijen te laten ondertekenen

- Op zoek gaan naar mogelijkheden voor hulp in de vorm van verschillende trainingen of hulp. Bv. Weerbaarheidstraining, Rots en Water, opvoedondersteuner, sociale vaardigheidstraining, GGD, jeugdgezondheidszorg, vertrouwenspersoon op school, Veilig thuis enz.

### 6.3 Het bieden van begeleiding aan de pester

- De pester wordt geconfronteerd met zijn gedrag
- In een gesprek met de pester worden de volgende dingen besproken:
  - de gevolgen van het pesten voor de gepeste leerling en de pester zelf worden besproken
  - er wordt samen gezocht naar de reden van de ruzie en het pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buiten gesloten voelen)
  - er wordt gesproken hoe de pester zijn/haar excuses kan aanbieden
  - er wordt in het gesprek besproken 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 het kind zich aan de regels houdt
  - het 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
- Bij het niet stoppen van het pestgedrag door de pester, deze hulp aanbieden in de vorm van een training, jeugdgezondheidszorg of huisarts.

### 6.4 Het betrekken van de klas bij het probleem

- De leerkracht bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen hierin
- Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan het bijdragen van de situatie
- Er wordt extra aandacht besteedt aan het pesten in de klas middels lessen Leefstijl, Rots en Water of een andere training

Om de zwijgende middengroep tot bondgenoot in de strijd tegen het pesten te maken zijn de volgende acties mogelijk:

- pesten aan de orde stellen in de klas bijvoorbeeld door aandacht voor de anti-pest brief (bijlage x) en het onderwerp regelmatig terug te laten komen. Telkens in andere bewoordingen en ook gebruikmakend van verschillende werkvormen
- als een leerkracht met de klas spreekt over pesten, is het raadzaam geen pestsituatie in de klas als uitgangspunt te nemen, maar het onderwerp daar bovenuit te tillen. Gebeurt dit niet dan kan de klas het probleem ontkennen, bagatelliseren, het slachtoffer de schuld geven of zeggen dat het maar een grapje is. Of de pesters gaan het slachtoffer voor zijn klikken bestraffen
- via rollenspel het buitengesloten zijn aan den lijve ondervinden.

## 6.5 Het bieden van steun aan de ouders

- Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen
- De leerkracht, de anti-pest coördinator/Intern begeleider (ib)/ lid MT werken samen met de ouders om het pesten aan te pakken
- De anti-pest coördinator/ib/lid MT gaat in gesprek met de ouders
- De anti-pest coördinator/ib/lid MT verwijst de ouders zo nodig naar deskundige hulpverleners

## 7 De anti-pest coördinator

De anti-pest coördinator op de Goede Herder is de Ib-er onderbouw

- De anti-pest coördinator ondersteunt de leerkracht bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt
- De anti-pest coördinator heeft zo nodig een gesprek met de gepeste leerling en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden en neemt contact op met de ouders
- De pester krijgt een waarschuwing van de anti-pest coördinator en zo nodig meteen een straf. Een schriftelijk verslag hiervan wordt in ParnasSys opgenomen.  
In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
  - a. confronteren
  - b. mogelijk achterliggende problematiek op tafel krijgen
  - c. helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten
- In het contact met de gepeste leerling wordt gekeken of hij sociaal gedrag vertoont waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters
- De anti-pest coördinator/ib/lid MT adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, de aangeboden hulp te aanvaarden
- De anti-pest coördinator/ib/lid MT stelt de betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject
- De anti-pest coördinator bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders
- De anti-pest coördinator koppelt alle informatie weer terug naar de leerkracht.
- De anti-pest coördinator registreert pestincidenten om later volgens het PDCA-principe te kunnen evalueren en waar nodig aanpassingen te doen aan dit anti-pest protocol en indien nodig voor het handelen op school

In zeer ernstige gevallen, ter beoordeling van de directie, kan van bovenstaande worden afgeweken. Het oproepen van ouders, schorsing en eventuele verwijdering van school behoren dan tot de mogelijkheden. Zie hiervoor het beleid schorsing en verwijdering van de Goede Herder.

