

## Pestprotocol

### Pestprotocol basisschool De Rots

#### 1. Waarom een pestprotocol

De Rots is een veilige en prettige school voor alle leerlingen, ouders en leerkrachten. Wij verwachten van ouders om ons, leerlingen en leerkrachten, te helpen om dit ook waar te maken. Dit werkt preventief t.a.v. pestgedrag in en om de school.

#### 2. Definitie pesten

‘Een definitie van pesten op school luidt: pesten is het systematisch uitoefenen van psychische en/of fysieke mishandeling door een leerling of een groep leerlingen van een of meer klasgenoten, die niet (meer) in staat zijn zichzelf te verdedigen. Ook het buitensluiten van medeleerlingen valt onder deze definitie.’

Er is een verschil tussen pesten en plagen;

- Pesten is gemeen, plagen niet.
- Om plagen kun je lachen, om pesten niet.
- Plagen houdt weer op, pesten gaat steeds door.
- Pesten is “eenrichtingsverkeer”, plagen is “tweerichtingsverkeer”.
- Pesten is iemand op een gemene manier telkens weer plagen.

#### 3. Preventie van pesten

Leerkrachten en ouders hebben een belangrijke voorbeeldfunctie. Ze geven het goede voorbeeld hoe met elkaar om te gaan. De leerkrachten zorgen voor een goede sfeer en een veilig klimaat in de klas. De volgende activiteiten ondersteunen dit:

- Goed gedrag beleidsplan uitvoeren. De regels, grenzen en omgangsvormen.
- Over pesten praten voordat er gepest wordt (intensief in de eerste 6 weken van het nieuwe schooljaar).
- Regels tegen pesten opstellen met je groep (intensief in de eerste 6 weken van het nieuwe schooljaar).
- Spelletjes ter bevordering van de groepsvorming spelen (intensief in de eerste 6 weken van het nieuwe schooljaar).
- Lessen in mediawijsheid.
- Methode Kijk actief gebruiken/ inzetten.
- Het pedagogisch klimaat vier keer per jaar bespreken tijdens teamvergaderingen.
- Groepsbezoeken en groepsbesprekingen over groeps sfeer en goed gedrag.

#### 4. Stappenplan tegen pesten

Op het moment dat een leerling, een ouder of een collega melding maakt van pestgedrag worden de volgende stappen ondernomen. Deze stappen zijn erop gericht om het pestgedrag zo snel mogelijk te stoppen. Als pestgedrag wordt gemeld zijn we ook alert op digitaal pesten.

#### Stap 1

De leerkracht heeft een afzonderlijk gesprek met de leerling die pest (de pester) en de leerling die gepest wordt (de gepeste). Aan de hand van zo concreet mogelijke voorvallen uit het recente verleden wordt een analyse gemaakt en de ernst van de situatie ingeschat. Indien wenselijk kan de leerkracht de ib-er op de hoogte stellen. Het team wordt op de hoogte gesteld van het pestgedrag i.v.m. toezicht op het plein e.d.

#### Stap 2

De leerkracht heeft een gezamenlijk gesprek met de pester en de gepeste. Het probleem wordt duidelijk en helder geformuleerd. In overleg met beide partijen worden concrete afspraken gemaakt om pestgedrag tegen te gaan/ te stoppen.

Als er meerdere kinderen uit de groep betrokken zijn bij het pestgedrag zal de leerkracht klassikaal aandacht schenken aan het probleem, waarbij gebruik gemaakt kan worden van beschikbare methoden. Er zal benadrukt worden dat alle kinderen zich veilig moeten voelen op school. Het melden van pesten is geen klikken. Angst om zaken te melden zal moeten worden weggenomen.

Binnen één week vindt eerste evaluatie plaats. De leerkracht zal nauwkeurig observeren.

#### Stap 3

In geval dat ouders melding hebben gemaakt van pestgedrag, wordt teruggekoppeld naar de ouders. Er worden mededelingen gedaan m.b.t. de afspraken. Met de ouders wordt afgesproken dat er na de eerste evaluatie weer contact opgenomen zal worden.

Deze stap zal ook worden genomen als de leerkracht de situatie als 'ernstig' inschat, zonder dat ouders melding hebben gemaakt.

#### Stap 4

Evaluatiegesprek met pester en gepeste (de leerkracht kan zelf inschatten wat het beste is: gezamenlijk of afzonderlijk). Is het gelukt om de afspraken na te komen?

Zo ja: dan de afspraken handhaven/bijstellen en een volgend gesprek over twee weken.

Zo nee: analyse opstellen, waardoor het mis is gegaan. Leerkracht overlegt met de pestcoördinator en gedragspecialist. Er wordt een handelingsplan opgesteld voor de komende twee weken. Team wordt hiervan op de hoogte gebracht. Dit wordt met de betreffende ouders (kunnen alle ouders zijn) van de klas gecommuniceerd.

#### Stap 5

Na twee weken is er opnieuw een gesprek tussen leerkracht en leerlingen. Verslag wordt uitgebracht aan ib-er/ gedragspecialist. Zijn de effecten positief, dan langzamerhand afbouwen.

Zo niet: nieuw handelingsplan opstellen, waarbij zorgteam ingeschakeld kan worden.

### **5. Aanvullende afspraken**

- Alle concrete acties en afspraken worden door de leerkracht vastgelegd in Parnassys.
- Acties en afspraken dienen erop gericht te zijn het pesten onmiddellijk te stoppen en het gedrag te veranderen.
- Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals de schoolverpleegkundige van de GGD, de schoolmaatschappelijke werker of het expertise centrum van Eenbes Basisonderwijs.

## Achtergrondinformatie Pesten

### 6. Signalen van pesten

Om pesten op te lossen is het belangrijk dat pesten goed wordt gesignaleerd. Alleen als we weten dat er gepest wordt, kunnen we er iets aan doen. Maar hoe doe je dat? Wanneer weet je dat er gepest wordt?

Het is niet altijd gemakkelijk om pesten te signaleren. Daar zijn meerdere redenen voor:

- Pesten is een complex groepsproces, waarin leerlingen meerdere rollen hebben. Pesters worden ondersteund door meelopers zoals versterkers en assistenten, slachtoffers worden soms verdedigd door verdedigers en er zijn buitenstaanders die wel weten dat er gepest wordt, maar niet ingrijpen. De rollen van leerlingen kunnen ook wisselen.
- Er zijn vaak strategische pesters; pesters die pesten om hun status te verhogen. Zij pesten op die momenten dat degene die het niet mogen zien (leerkrachten, volwassenen) het niet zien, terwijl degenen die het wel moeten weten (klasgenoten) het wel zien.
- Er zijn vele vormen van pesten. Sommige vormen zijn gemakkelijk te signaleren, zoals fysiek (schoppen, slaan), materieel (spullen afpakken) en verbaal (uitschelden, beledigen)
- Andere vormen zijn veel lastiger te signaleren. Voorbeelden zijn relationeel (roddelen, buitensluiten) en digitaal (online op internet of via de mobiele telefoon) pesten. Bij zulke verborgen vormen van pesten is het lastig om erachter te komen wie de pester is.

Er zijn veel signalen die erop kunnen duiden dat een leerling wordt gepest. Deze signalen kunnen duiden op pesten, maar dat hoeft niet. Belangrijk is dat het gaat om verandering van het gedrag van een leerling. Praat erover met een kind om te weten wat er op school veranderd is.

Voorbeelden van signalen zijn:

- Anders dan voorheen ...
- is de leerling bang om naar school te gaan of wijkt het af van de normale (fiets)route
- vraagt de leerling steeds of het (met de auto) naar school gebracht kan worden
- wil de leerling om onduidelijke redenen thuis blijven
- klaagt de leerling 's ochtends als het naar school moet dat het ziek is
- komt de leerling thuis van school met vieze of kapotte kleren of rugzak
- raakt de leerling steeds spullen kwijt

- raakt de leerling vaak zakgeld kwijt, vraagt het vaak om geld of steelt de leerling (om aan de pester te geven)
- trekt de leerling zich terug, is het stil en lijkt het zijn of haar zelfvertrouwen kwijt te zijn
- is de leerling gespannen en angstig
- is de leerling zijn of haar eetlust kwijt of zegt het dat het eten niet smaakt
- heeft de leerling nachtmerries of huilt het zichzelf in slaap
- heeft de leerling onverklaarbare blauwe plekken of verwondingen
- is de leerling chagrijnig, snel boos of lastig
- is de leerling vaak alleen, brengt het geen vriendjes meer mee naar huis
- weigert de leerling te vertellen wat er aan de hand is, of geeft het ongeloofwaardige verklaringen voor zijn of haar gedragsveranderingen.

Let op! Dit zijn heel veel signalen die kunnen duiden op pesten, maar dat hoeft niet! Vaak kan er ook een andere reden zijn voor verandering in het gedrag. Ouders kennen hun eigen kind het best en weten hoe hun kind aangeeft dat het niet goed gaat.

## **7. De vijf sporen aanpak bij pesten**

Indien er toch sprake is van pesten gaan we daar als school actief mee om.

We gaan uit van de aanbevelingen uit de hierachter beschreven vijf sporen aanpak.

Willen we pesten effectief bestrijden dan zullen we de volgende vijf groepen moeten meenemen.

### Groep 1: De gepeste leerling

- Gepeste kinderen voelen zich vaak eenzaam en nemen dikwijls een geïsoleerde positie in, in de groep of klas.
- Het is belangrijk dat betrokken volwassenen, zoals leerkracht en ouders, steun bieden aan het kind dat gepest wordt. Dit kan door naar het kind te luisteren en haar/zijn gevoelens, positie en probleem serieus te nemen.
- Zo krijgt de gepeste leerling “positie en stem” en kan het actief worden betrokken bij het bedenken en uitvoeren van mogelijke oplossingen voor het pestprobleem.
- Zo nodig kan de situatie besproken worden in het zorgteam (dat bestaat uit deskundige)

### Groep 2: De pester en de meelopers

- We kunnen de leerling die pest, steun bieden door met het kind te bespreken wat pesten voor een ander betekent en door te begrijpen en te bespreken waarom het kind een ander pest.
- We kunnen de leerling helpen om zich aan regels en afspraken te houden.
- We kunnen de leerling helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.
- Zo nodig zorgen we dat de leerling deskundige hulp krijgt middels het zorgteam.
- De meelopers in de groep volgen de leerling (leiderspositie). Zij laten zich door de leider gebruiken in de peestsituatie. Meelopen is vaak functioneel (erbij horen), maar voor de gepeste leerling zijn

meelopers óók pesters. Functies en betekenis van meeloopedrag worden besproken met de leerlingen.

- Pester(s) en meeloper(s) worden door de leerkracht actief betrokken bij het denken over en uitvoeren van oplossingen voor het pestgedrag.

#### Groep 3: De zwijgende middengroep

- De leerlingen die tot deze groep behoren weten dat er gepest wordt, maar praten er niet over en laten het doorgaan. Vaak gebeurt dit om zelf geen slachtoffer te worden van pesten of ze doen er aan mee als middel om de eigen positie in de groep te versterken.
- Een aantal van deze leerlingen ziet het pesten wel, maar doet er niets tegen. Ze voelen zich schuldig, maar doen niets, omdat zij vinden dat je niet mag klikken, of zijn bang voor represailles van de pester.
- Net als de pester heeft deze groep niet in de gaten welke gevolgen het pesten heeft voor de gepeste leerling.
- Daarom gaat de leerkracht met de groep praten over pesten en hun rol daarin.
- Er wordt samen met de leerlingen gewerkt aan de oplossing, waarbij zij zelf een actieve rol spelen

#### Groep 4: De leerkracht

- De rol en taak van de leerkracht is onder te verdelen in preventie, signaleren en het handelen als het pesten zich voordoet.
- Het ontstaan van pestproblemen wordt beïnvloed door de sfeer in de groep en de manier waarop de leerkracht (de school) een positief groepsklimaat creëert. De sfeer in de groep bepaalt in grote mate in hoeverre aan de basisbehoeften (veiligheid, vertrouwen, je zelf kunnen zijn, (enige) invloed uit kunnen oefenen, luisteren, iets betekenen voor een ander) van het kind wordt voldaan.
- Zo nodig stellen we alle leerkrachten op de hoogte extra op de betreffende leerlingen te letten op de speelplaats of bij de gymles, zodat preventief gewerkt wordt.
- De leerkracht bevordert het sociaal competente gedrag van de kinderen door te werken aan de ontwikkeling van de sociale competenties.
- De leerkracht dient alert te zijn op signalen die kunnen duiden op betrokkenheid bij pesten. Deze signalen kunnen komen van kinderen, ouders of collega's. Het gaat erom dat de leerkracht observeert wanneer er iets bijzonders aan de hand is met een kind.
- De leerkracht informeert de ouders zo spoedig mogelijk.
- De leerkracht steunt ouders in het zoeken naar manieren om het pesten te stoppen en de gevolgen van het pesten bespreekbaar en hanteerbaar te maken.

#### Groep 5: De ouders

- Zodra pestgedrag wordt gesignaleerd op school, worden betrokken ouders hierover geïnformeerd en betrokken bij acties om het pestgedrag te (doen) stoppen.
- Het is van belang dat ouders de signalen, die mogelijk wijzen op het feit dat het kind wordt gepest of pest serieus nemen. De ouders praten met het kind over school en de sfeer in de klas. Voor de leerkracht en de school is het belangrijk dat de ouders deze informatie terugkoppelen naar school. Ouders kunnen erop rekenen dat de school de opmerkingen serieus behandelt.

- De ouders hebben ook een verantwoordelijkheid: zij moeten hun kind corrigeren als blijkt dat hun kind pest of anderen buitensluit.
- Wanneer hun kind wordt gepest, laten de ouders hun kind duidelijk merken dat zij willen helpen. Sluit hierbij zoveel mogelijk aan op dat wat met de leerkracht(en) is besproken.
- Ga na wat de leerling zelf al heeft gedaan om het pesten te stoppen. Bedenk samen de volgende stap: wat kunnen wij eraan doen? Doe niets buiten het kind om. Ook als de ouder naar de leerkracht stapt, kan hij/zij dit het beste aangeven. Kinderen zijn vaak bang dat hun ouders (de verkeerde) stappen ondernemen, of dingen achter hun rug omdoen. Letterlijk en figuurlijk: ga niet voor de leerling staan, maar ernaast of erachter.

### Tips voor thuis

#### Valkuilen voor ouders

Als een kind het gevoel heeft dat het wordt buitengesloten door leeftijdgenoten, voelen de ouders zich daar ook door geraakt. Misschien hebben de andere leerlingen niet de bedoeling om te kwetsen, maar *voelt* het wel zo! Door die emotie kunnen ouders soms te snel oordelen en handelen. Zij maken dan geen onderscheid tussen de pijn van hun kind en hun eigen pijn.

Het tegenovergestelde is dat ouders het probleem bagatelliseren of denken dat zij er toch niets aan kunnen doen. En ook overbescherming ligt op de loer: ouders willen het probleem dan voor hun kind oplossen en het kind blijft passief.

#### Zelfvertrouwen en weerbaarheid helpen tegen pesten

U kunt als ouder in de dagelijkse opvoeding werken aan de 'pestbestendigheid' van uw kind.

Elke kind heeft sterke en zwakke kanten. Soms gaat de aandacht meer uit naar wat het niet kan dan naar waar het goed in is. Wat kunt u doen:

- Benoem de sterke kanten van uw kind: een compliment doet wonderen!
- Schep kansen voor positieve ervaringen en geef speelruimte voor eigen ontdekkingen; grijp niet te snel in!
- Wat is voor uw kind een fijne manier om zich te uiten? Is het een prater of juist een doener?

Zoek een manier die bij u en uw kind past:

- Praten? U zou met uw kind kunnen bespreken wat uw kind voelt in lastige situaties. Hoe zou u met een situatie omgaan? Wat zou uw kind doen als... Laat uw kind een oplossing bedenken.
- Doen? Uw kind kan lichaamsvertrouwen opbouwen door stoeien en sporten. Voor de spiegel kunt u oefenen met de lichaamshouding. Hoe sta je stevig?

#### Toch gepest: wat dan?

(1) Neem uw kind serieus!

(2) Bespreek met uw kind wat er is gebeurd:

- Blijf rustig!
- Luister met aandacht en interesse naar uw kind.
- Vraag door: wie, wat, waar, wanneer, hoe, wat deed jij toen? Bedenk samen: waarom zou die ander dat doen? Wat zouden we er samen aan kunnen doen?
- Verlaag de drempel; misschien helpen prentenboeken, verhalen, een film.
- Oefen ander gedrag.
- Kom er later nog op terug.

(3) Bespreek het pesten op school, de club etc., zodat zij maatregelen kunnen treffen.

### **Digitaal pesten**

Als een leerling gepest wordt via social media kunnen dezelfde acties ondernemen worden als wanneer het in de reële wereld wordt gepest.

## **8. Achtergrond**

Social media en internet zijn voor de meesten van ons ingeburgerd in ons dagelijks leven.

Ze bieden ons tal van kansen en mogelijkheden. We kunnen snel, eenvoudig en laagdrempelig met elkaar communiceren. Daarnaast hebben we op een makkelijke manier toegang tot informatie over alle denkbare onderwerpen.

Er zijn ook risico's. Pesten, discriminatie en ander ongewenst gedrag zijn helaas van alle tijden. Door sociale media kan iemand 24 uur per dag blootstaan aan dergelijk gedrag. Doordat je elkaar niet ziet, weet je niet hoe een boodschap bij de ander overkomt. Kinderen kunnen zich in de sociale media minder geremd voelen om iets te zeggen. De drempel om gemene dingen te zeggen wordt lager.

Een ander risico is dat kinderen in contact komen met onbekenden met ongewenste en zelfs gevaarlijke bedoelingen, zoals kinderlokken. Ook kan de privacy worden bedreigd, bijvoorbeeld door het verspreiden van seksueel getinte foto's; een foto die eenmaal op het internet staat, is er vaak niet meer vanaf te krijgen.

'Mediaopvoeding is dat deel van de opvoeding dat erop gericht is om kinderen bewust en selectief met het media-aanbod om te laten gaan en ervoor te zorgen dat ze de inhoud van dat aanbod kritisch kunnen beschouwen en op waarde weten te schatten.'

Mediaopvoeding is een belangrijk onderdeel van de opvoeding geworden.

Het kan helpen voor ouders een onderscheid te maken tussen technologie en mediawijsheid.

Technologisch hebben kinderen vaak meer kennis van sociale media dan hun ouders, ze kennen de laatste trends, weten hoe alles werkt, proberen dingen sneller uit. Ouders kunnen hierin veel van hun kinderen leren door hen te vragen wat ze doen en hoe ze het doen.

Ouders echter bezitten meer mediawijsheid dan hun kinderen. Ze kunnen de gevolgen van mediagedrag beter overzien en hebben oog voor de consequenties van bepaald gedrag. Hier ligt een belangrijke taak voor ouders in de mediaopvoeding.

## **9. Tips voor thuis, sociale media**

- Kijk mee met uw kind, toon interesse: samen lezen, samen kijken, samen beleven, ook op het internet en tijdens het gamen.
- Geef als ouder het goede voorbeeld. Ben ervan bewust dat uw kind gedrag van u kopieert.
- Bespreek met uw kind dat niet alle informatie waar is. Ga samen op zoek hoe betrouwbare sites te vinden.
- Zorg voor een goede beveiliging, spreek een wachtwoord af en leer uw kind dit privé te houden, ook voor BFF's.
- Stel grenzen aan het mediagebruik door bepaalde sites, spelletjes, programma's te verbieden.
- Maak afspraken over hoe lang en wanneer kinderen online mogen zijn.
- Maak afspraken met uw kind. Met wie mag uw kind communiceren? Wel of niet met onbekenden en wie zijn dan onbekenden?
- Ga met uw kind in gesprek over de manier waarop uw kind communiceert. Bespreek dat je extra voorzichtig moet zijn met wat je zegt. Je weet immers niet hoe jouw berichtje overkomt.
- Maak aan uw kind duidelijk dat het soms beter is iets face to face te bespreken dan via social media.
- Vertel dat uw kind niet zonder toestemming van u, beeldmateriaal op het internet mag zetten.
- Leer uw kind te stoppen als het iets tegenkomt wat naar of vervelend is.
- Bij kinderen tot 12 jaar is het belangrijk zicht te houden op wat uw kind doet. Blijf in de buurt om te helpen als het nodig is.
- Installeer meldknop.nl op de computer.
- Sla gegevens/ bewijsmateriaal op.

## 10. Evaluatie

Dit pestprotocol is door team, directie en MR vastgesteld en wordt om de vier jaar geëvalueerd.

## 11. Naslagwerk

Meer informatie over het tegengaan van pesten is te vinden op

- Goed gedrag beleid basisschool De Rots
- <http://debranding.eenbes.nl>
- [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)
- [www.mijnkindonline.nl](http://www.mijnkindonline.nl)
- [www.mediaopvoeding.nl](http://www.mediaopvoeding.nl)
- [www.kinderconsument.nl](http://www.kinderconsument.nl)
- [www.ikopgroeien.nl](http://www.ikopgroeien.nl)
- [www.meldknop.nl](http://www.meldknop.nl)