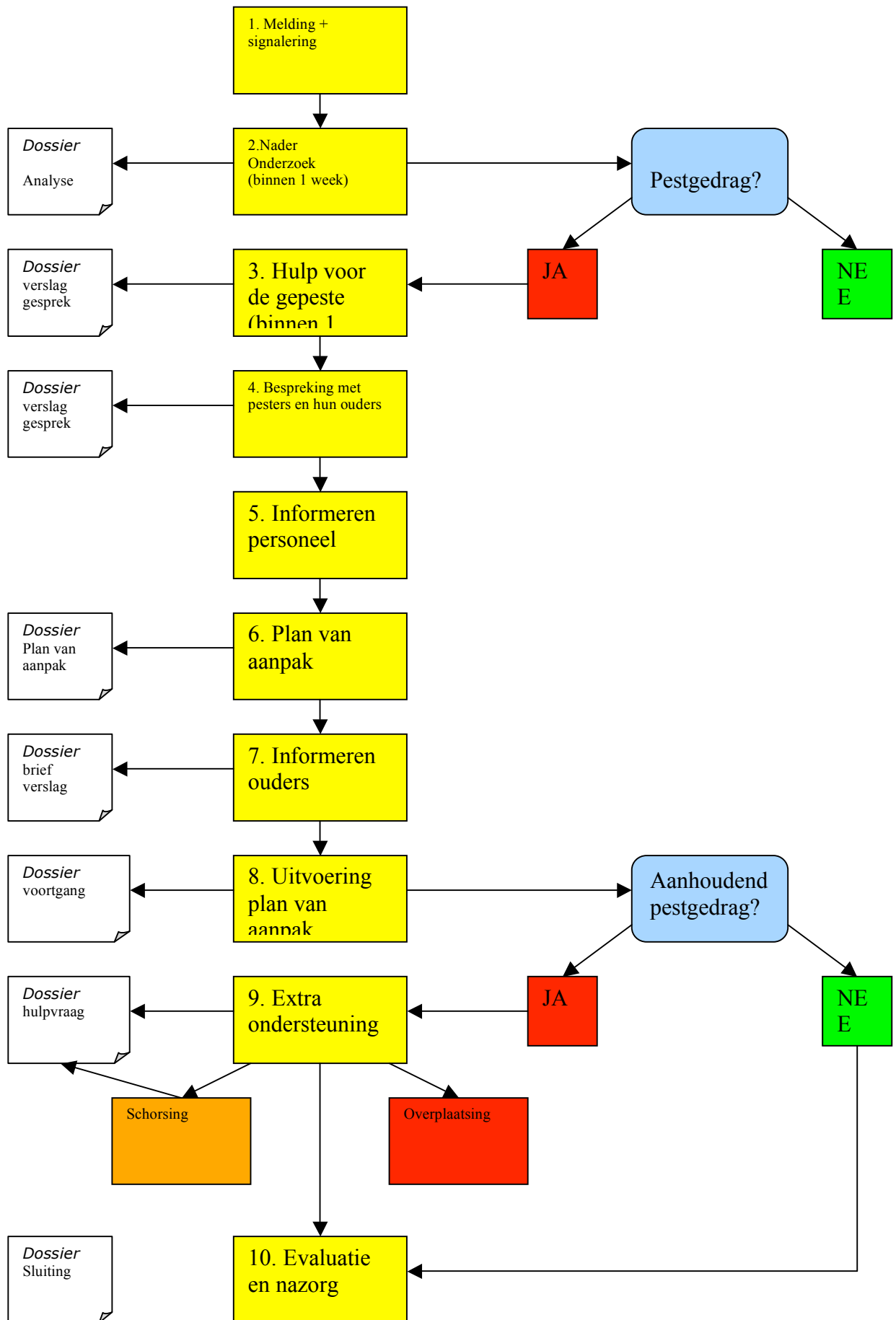


# Protocol in geval van pesten vrijeschool Michaël Bussum

1. Signalering
  - a. De leraar signaleert tekenen van pestgedrag al dan niet na een melding van een kind, ouder, collega of een ander.
  - b. De leraar gaat na of de melding overeenkomt met de definitie van pesten of dat het plagen betreft. [*In de toelichting een definitie van pesten en het onderscheid pesten en plagen*]
  - c. De leraar geeft aan samen met een collega of de schoolleider de situatie te onderzoeken om het slachtoffer te beschermen en verdere stappen te ondernemen.
  - d. De leraar oefent onmiddellijk verscherpt toezicht uit (tot en met het schoolplein) en intervenueert in het geval van duidelijk pestgedrag.
2. Onderzoek
  - a. De leraar bespreekt de situatie binnen een week met de zorgcoördinator, de collega of de schoolleider voor de objectiviteit van het onderzoek
  - b. Beide personen onderzoeken de situatie en letten op de signalen van de signaleringslijst ter verificatie en analyse [*signaleringslijst in de toelichting*]
  - c. Wanneer moeilijk zicht te krijgen is op de aard van het probleem kan besloten worden tot:
    - het maken van een sociale kaart in de klas [*zie toelichting voor het maken van een sociale kaart*]
    - een enquête aan de kinderen en/of de ouders [*In de toelichting de enquêtes*]
    - een ouderavond waarop iedere ouder zich uitspreekt over de sociale situatie [*In de toelichting een introductie en werkwijze voor een ouderavond*]
  - d. De leraar legt een dossier aan waarin hij alle gesprekken, het plan van aanpak en een logboek met formats van het hele traject opneemt
3. Hulp voor de gepeste
  - a. De leraar spreekt binnen 1 week na signalering met het gepeste kind en laat het kind ervaren dat het hulp krijgt
  - b. De leraar spreekt met de ouders van het slachtoffer [*In de toelichting hoe spreek je met het slachtoffer en de ouders met een format voor gesprekken*]
4. Bespreking met degene(n) die pest(en) en de ouders
  - a. De leraar spreekt met het kind of de kinderen die pesten en maakt afspraken.
  - b. De leraar heeft een gesprek met de ouders van degene(n) die pesten om de situatie te bespreken [*In de toelichting: hoe spreek je met de ouders van de pesters?*]
5. Informeren personeel
  - a. De leraar informeert de schoolleider en het lerarenteam in de pedagogische ronde.
6. Plan van aanpak
  - a. De leraar stelt een plan van aanpak op om verder pesten te voorkomen. De aanpak is afgestemd op de leeftijdsfase van de kinderen. [*In de toelichting mogelijkheden plan van aanpak en hoe in de klas te werken, zie ook preventieplan*]
  - b. De leraar betreft de ouders van slachtoffer en pester(s) bij het plan van aanpak
  - c. De leraar plant in het plan van aanpak voortgangs- en evaluatiemomenten
7. De leraar informeert de ouders.
  - a. De leraar informeert alle ouders schriftelijk of organiseert een ouderavond over het plan van aanpak
  - b. de leraar geeft gelegenheid voor reactie
  - c. De leraar informeert de ouders op welke manier en wanneer hij hen op de hoogte houdt van de voortgang
8. Uitvoering plan van aanpak
9. Bij aanhoudend pestgedrag.
  - a. De leraar en schoolleider zoeken extra ondersteuning ook van buiten de school, mogelijk verwijzing naar speciale hulp voor de pester [*zie toelichting*]
  - b. Schorsing van de pester of overplaatsing naar een andere school
10. Evaluatie en nazorg

De datum van evaluatie is in het plan van aanpak vastgesteld. Vanuit het terugkijken stelt de leraar een plan voor het vervolg vast en hoe pesten verder te voorkomen.



# Toelichting pestprotocol

## Toelichting stap 1: signalering

### Pesten, plagen of ruzie

De leraar onderzoekt bij de melder of het werkelijk om pesten gaat.

Het begint met signalering door vermoedens van de leraar of door melding.

Het kan zijn dat degene die pestgedrag meldt het eigenlijk over plagen of ruzie heeft. In stap 1 onderzoek je alleen maar of de melder met het woord pesten ook werkelijk pesten bedoeld of dat hij het over plagen heeft. Dit staat los van of het plaatsgevonden heeft of niet; dit laatste hoort bij stap 2. Want als de melder het over plagen blijkt te hebben hoeft 1b en 1c niet in het werk gesteld te worden. Hooguit check je even of het plagen onbedoeld niet over de grens gaat van 1 van de 2.

Aan de hand van criteria hieronder genoemd kan de leraar onderzoeken of de melder naar zijn/haar beleven werkelijk pesten bedoelt.

Bij 1d gaat het slechts om het stoppen van grensoverschrijdend gedrag ter bescherming van de omgeving.

### Wat is pesten?

Pesten wordt omschreven als geestelijk of lichamelijk geweld tegen een weerloos slachtoffer.

Het woord pesten houdt een oordeel in. Wanneer een kind dingen doet waarvan hij/zij weet dat de ander dat niet leuk vindt vertoont hij grensoverschrijdend gedrag, hij/zij overschrijdt de grenzen van de ander. Als de ander in staat is daar zodanig mee om te gaan, al heeft dat soms tijd nodig, dat de eerste daarmee ophoudt hoeven we niet te interveniëren. Is dit bij herhaling niet het geval dan is er hulp nodig.

### Plagen

Je kunt van plagen spreken, als beide partijen even sterk zijn, en er niet echt gesproken kan worden van een slachtoffer en een dader. Plagen zie je vaak bij mensen die elkaar **wel mogen**.

Het kan een steekspel met woorden zijn, of elkaar voor de gek houden. **Degene die plaagt heeft niet de intentie om de geplaagde te beschadigen.** Humor (echte!) staat hierbij centraal.

De ogen van plager en geplaagde glinsteren, er vindt een woordenspel plaats. Dit versterkt zelfs de onderlinge band. De plager heeft warme gevoelens t.o.v. de geplaagde en dat is wederzijds. Door zo nu en dan een beetje geplaagd te worden en terug te plagen zal de sociale weerbaarheid van een kind vergroot worden. Het helpt de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind.

Kinderen met een laag zelfbeeld (=hoe je jezelf ziet), weinig zelfvertrouwen, of (ex-)slachtoffers van pesten kunnen vaak niet tegen plagen; zij pikken de signalen van warmte niet, of onvoldoende op.

- *Alst een kind niet tegen plagen kan, is een gesprek met het kind hierover zinvol.*
- *Niet tegen plagen kunnen, kan te maken hebben met een negatief zelfbeeld en zelfvertrouwen;*
- *In de klas aangeven, dat de geplaagde plagen niet leuk vindt, omdat..... Dus stoppen!*

### Ruzie

Ruzie maken wordt door kinderen nog wel eens benoemd als pesten. Hoewel een ruzie geen pesten is, kan een niet goed opgeloste ruzie soms wel tot pesten leiden.

Een ruzie is een conflict tussen mensen over een bepaalde zaak. Bijvoorbeeld over spelregels bij het knikkeren, of over het feit of er nu wel of niet voor het "echte" werd gespeeld. Als een ruzie uitgesproken is kunnen de voormalige ruziemakers vaak weer samen door één deur. Het kan zijn dat kinderen hulp nodig hebben om de ruzie uit te praten. (zie PestPreventiePlan)

Bij pestgedrag gaat het niet om een zaak (in ons voorbeeld de knikkers) maar om het beschadigen van een persoon.

## Criteria voor het onderscheiden van pesten

Criteria die worden genoemd om pesten te onderscheiden van plagen en ruzie:

### 1 Machtsevenwicht

*plagen*: tussen twee (bijna) gelijkwaardige partijen. De geplaagde kan zich verdedigen. Je mag daarbij voor jezelf opkomen.

*pesten*: Er is sprake van een ongelijkwaardige strijd van meer personen tegen 1 persoon; er wordt niet teruggepest, het gepeste kind kan zich nauwelijks of niet verdedigen. Doet hij dit wel dan kan dit voor de kinderen die pesten een reden zijn hem nog harder aan te pakken.

### 2 Openheid

*plagen*: in openheid

*pesten*: met name stiekem. Als een kind openlijk pest kan dit een gepeste zijn die uit machteloosheid terugpest om aandacht te krijgen voor zijn probleem.

### 3 Duur

*plagen*: kortstondig en incidenteel,

*pesten*: langdurig en structureel

### 4 Karakter

*plagen* is vriendelijk van aard. Plagen is warm.

*pesten* is sadistisch van aard. Degene die pest heeft de intentie de ander te beschadigen. Pesten is koud. Het kind dat pest voelt geen warmte voor zijn slachtoffer en heeft geen respect voor hem of haar. Je ziet de ogen van een kind dat pest geen warmte uitstralen.

### 5 Gevolgen:

*plagen*: er is geen blijvende psychische en/ of fysieke schade. Plagen helpt bij je ontwikkeling. Plagen (met in acht neming van fatsoensregels) is een deel van het sociale proces dat kinderen doormaken.

*pesten*: er is blijvende psychische en/ of fysieke schade. Pesten is zeer slecht voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind dat gepest wordt. Hij kan volledig getraumatiseerd worden.

Pesten heeft ook ongewenste gevolgen voor de het kind dat pest, want hij ontwikkelt een manier van omgaan met andere mensen, die ervoor zorgt, dat hij 400% meer kans heeft om in de criminaliteit te komen.

## Wanneer, waar en hoe wordt er gepest?

Er wordt vaak gepest op plaatsen en tijden dat ouders of leraren het niet kunnen zien.

Bijvoorbeeld in pauzes op school en onderweg van school naar huis.

Kinderen die pesten vallen hun slachtoffers op school vaak ook aan op de trap, in de gang, tussen de lessen door en in de toiletten. Soms zeggen ze ook gemene dingen tijdens de les of pesten met hun blikken. En als de leraar of lerares maar even de klas uit is nemen de pestende kinderen dat meestal meteen waar door hun slachtoffer te belagen.

Bij openlijke agressie is er geen sprake van pesten. Het kan zijn dat een gepest kind terugslaat uit wanhoop en soms ook met de hoop aandacht voor zijn probleem te krijgen.

Bij pesten kan het gaan om:

- fysiek geweld: slaan - schoppen - spugen - aan eigendommen komen e.d.
- Psychisch geweld: opmerkingen maken - intimidatie - buiten sluiten e.d.
- Seksueel geweld: betasten e.d. t.o.v. iemand die niet in staat is zichzelf te verdedigen.

Wat cijfers:

	Basis onderwijs	Voortgezet onderwijs
<u>wordt gepest</u>	23%	6%
<u>pest wel eens</u> :	20%	16%

Het gebeurt meestal in een klas of groep.

	fysiek	psychisch
Het meest pesten jongens andere jongens:	75%	25%
Meisjes pesten wat minder:	25%	75%

Tegenwoordig verplaatst het pesten zich ook steeds meer naar de digitale wereld; het digitaal pesten. Zie bijlage

Voorbeelden van pesten:

- altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen
- zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- (in de groep) voor schut zetten
- uitsluiten met spelen, bij partijtjes, met klassen rond gaan, e.d.
- roddelen
- briefjes doorgeven
- beledigen, kleineren
- opmerkingen maken over kleding
- isoleren
- buiten school opwachten
- op weg naar huis achterna rijden
- naar het huis van het kind gaan
- bezittingen afpakken of vernielen
- schelden of schreeuwen tegen het kind
- fysiek geweld als schoppen, slaan, spugen
- bedreigen en / of chanteren
- schelden of bedreigen via MSN

### Mogelijke oorzaken van pestgedrag

Pesten is een probleem dat een oorzaak heeft. Ergens ligt de basis van het probleem. Pas als de oorzaak boven tafel is kan er effectief gewerkt worden.

- Voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen)
- Voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt
- Voortdurend met elkaar de competitie aan gaan
- Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt
- Een problematische thuissituatie

### Bijlage digitaal pesten

(Uit: Van Pesten naar een Wijgevoel, T. Klungers, Posicom)

Is het pesten in de werkelijke wereld al vreselijk, bij digitaal pesten komt het pestende kind ook nog eens, de voorheen veilige omgeving, binnen via computer of telefoon. Voor een kind dat wil pesten is deze vorm van pesten veiliger. Hij of zij heeft minder kans op afkeuring van de groep of blijft anoniem. Uit onderzoek, uitgevoerd in opdracht van van *Planet Internet* door *Qrius*, blijkt dat kinderen die pesten via internet dit veelal als plagen zien.

Vormen van digitaal pesten zijn:

- schelden en anoniem bedreigen via e-mail, MSN of via SMS'jes;
- virussen versturen naar de computer van de gepeste;
- hacken van de computer;
- vervelende foto's van de gepeste op een website plaatsen (soms zelfs via hacken op de site van de gepeste zelf).

*Tips school en ouders:*

- *Bij plagen in de werkelijke wereld kun je zien of iemand het plagen leuk vindt. Men kan stoppen en excuses maken als een plagerij niet goed valt. Bij digitaal plagen kan de verzender de tekst als geintje bedoeld hebben, terwijl het bij de ontvanger keihard aankomt. Dit gegeven bespreekbaar maken met de kinderen.*

- Aan kinderen regelmatig vragen of ze wel eens vervelende teksten toegestuurd krijgen.
- Uw kind kan ook degene zijn die vervelende teksten naar een ander stuurt! U kunt dit met uw kind bespreken.
- U kunt de computer in de woonkamer zetten, zodat u het computergedrag van uw kind, en dat van de persoon aan de andere kant van de lijn, kunt volgen.
- Alle vervelende e-mailtjes, SMS'jes en MSN-berichten bewaren. Ze kunnen later als bewijs dienen. Scholen kunnen soms met de informatie uit de tekst nagaan, bij wie het anoniem pesten vandaan komt. Soms kunnen verkeerd gespelde woorden, of vreemde zinsconstructies of apart woordgebruik leiden naar degene die pest.
- E-mailtjes zijn na te trekken bij de provider. Aangifte doen bij de politie.
- Op scholen kunnen e-mails vaak anoniem verzonden worden. De ICT'er kan achterhalen van welke computer de verzending plaats vond. Gecombineerd met roostergegevens kan nagegaan worden welke groep op een bepaald moment aan het computeren was. Hierdoor komt men dichterbij degene die pest.
- Opgepast: een e-mailadres kan vervalst zijn. Een pest- e-mailtje van Hendrik van Boerenhaven, hoeft niet van Hendrik te zijn. Iemand kan zijn e-mailnaam misbruikt / vervalst hebben. Hendrik zou wel erg onvoorzichtig zijn om iemand te pesten met zijn eigen e-mailadres. Uiteraard weet u dan wel dat de het kind Hendrik en de gepeste kent. Dat sluit weer een aantal mensen uit.
- Surfen naar: <http://www.planet.nl/planet/show/id=1096809/sc=73d234> Op die site vindt u ook een video (op uw computer met Windows Media Player afspeelbaar) over pesten en bedreigen via e-mail. Bron: Planet Internet.

Tips voor kinderen:

- vervelende e-mailtjes aan je vader / moeder of juf / meester melden;
- vervelende berichten uitprinten als bewijs;
- je privé-gegevens niet zomaar weggeven, zoals je naam, telefoonnummers, adres, naam of adres van je school, sportclub, e.d., maar eerst met een ouder of docent overleggen;
- bedreigingen bij je ouders, leraar, chatboxmoderator melden;
- personen die je als vervelend ervaart blokkeren en eventueel een nieuwe naam inloggen.

## Toelichting stap 2: nader onderzoek

### Verificatie en analyse

'Nog steeds komt het voor dat de volwassenen oogkleppen dragen hoewel er al veel in positieve zin veranderd is. Wanneer ze het pesten niet waarnemen, hoeven ze ook niet in actie te komen. Het idee dat jouw kind pest, of gepest wordt, het idee dat pesten in je klas of club voorkomt, is vaak heel onaangenaam. Een idee dat schaamte opwekt en dat de tevredenheid over jezelf afbreekt, ook de rust verstoort. Daarom zien en horen volwassenen soms niet wat ze het best zouden kunnen zien en horen wanneer ze met een eerlijk oor en oog rondkijken'

*'Bij ons kan je ook meemaken dat ouders in elkaar krimpen als hun kind betrokken is bij een plagerijtje, bang dat het gepest wordt. Een objectieve blik kan je daarvoor beschermen, dan zie je dat je kind helemaal niet alleen geplaagd wordt, maar ook zelf plaagt en bovendien behoorlijk weerbaar blijkt te zijn!' ( uit: opvoeden in de 21<sup>e</sup> eeuw, Jeanne Meijs)*

### Oordeelloos waarnemen

Bij pesten speelt er veel in het verborgene en soms is er al een geschiedenis vooraf. Het kind dat thuis klaagt over pesten kan ook zelf degene zijn die pest. Iemand die pest zal dit thuis nooit vertellen en wil het ook wel eens verdraaien.

Ook kan het gebeuren dat het kind dat klaagt over pesten zelf op een zodanige manier aanwezig is dat andere kinderen er last van hebben. Het weet niet op een sociaal wenselijke manier contact te maken met andere kinderen. In machteloosheid om het kind te stoppen gaan de kinderen die er last van hebben zichzelf beschermen door het kind buiten te sluiten en af te wijzen. Hierbij is er geen sprake van de intentie om het kind te kwetsen, maar missen ze de sociale vaardigheden om met het kind dat over hun grenzen gaat om te gaan.

Als het kind openlijk agressie toont naar andere kinderen, kan dit duiden op het onmachtig terugslaan van een gepeste. Pesten gebeurt stiekem, openlijke agressie kan komen van het

slachtoffer in de hoop dat de leraar gaat uitzoeken wat er aan de hand is en de daders ontmaskert. (punt 20 van de signaleringslijst)

Om te verifiëren of het werkelijk draait om pesten kan dit door de kinderen waar te nemen, zonder meteen conclusies te trekken; oordeelloos waarnemen. Voor de objectiviteit kijkt er daarom ten minste iemand anders mee.

Mogelijk kan ook waargenomen worden zonder dat kinderen zien dat je waarneemt. Je kan bijvoorbeeld de klas uitlopen en dan door het raam kijken wat er gebeurt.

De signaleringslijst kan helpen om de tekenen die op pesten duiden te herkennen.

## Signaleringslijst

Hieronder een aantal signalen die **zouden kunnen** duiden op pestgedrag binnen de groep. (Bron: Posicom: van Pesten naar een wij-gevoel, T. Klungers met toevoegingen C.Huijzer).

1. Alleen staan in de pauze.
2. In de pauze steeds contact zoeken met de pleinwacht.
3. Een spel is "toevallig" steeds net begonnen als het kind eraan komt, terwijl een ander kind even later nog wel mag meedoen.
4. Als het kind bijna altijd met kleine kinderen speelt.
5. Als het kind niet naar buiten wil, of naar de sportclub, muzieklus e.d. of dat het niet meer door de ouders gebracht wil worden of juist dit opeens wel wil.
6. Zuchten, piepen en steunen van andere kinderen als het kind een idee aandraagt of in de kring iets zegt.
7. Als andere kinderen zich negatief uitlaten over het kind of zijn / haar familie zonder dat dit echt reëel is.
8. Als men steeds alles van een bepaald kind stom vindt.
9. Als andere kinderen negatiever reageren op een fout van een bepaald kind, dan bij andere kinderen.
10. Als het kind regelmatig dingen kwijtraakt, of vertelt dat zijn spullen zijn vernield.
11. Als het kind, de ouder(s), en / of andere kinderen aangeven, dat er gepest wordt.
12. Het kind wil niet meer naar school, klaagt bijvoorbeeld regelmatig over hoofdpijn en buikpijn, terwijl deze pijnen in vakanties verdwijnen.
13. Bepaalde kleren niet meer aan wil hebben naar school / club.
14. Gauw prikkelbaar of boos is.
15. Nachtmerries.
16. Bedplassen.
17. Als je ineens veel blauwe plekken en schrammen bij het kind ziet.
18. Als het kind nooit vrienden mee naar huis neemt
19. Niet graag buitenspelen
20. Nooit uitgenodigd worden op feestjes / partijtjes en als het zelf zijn verjaardag niet wil vieren.
21. Als het kind openlijk agressie toont naar andere kinderen, kan dit duiden op het onmachtig terugslaan van een gepeste. Pesten gebeurt stiekem, openlijke agressie kan komen van het gepeste kind in de hoop dat de leraar gaat uitzoeken wat er aan de hand is en de daders ontmaskert. Helaas krijgt vaak het kind er van langs, omdat dit zichtbaar is.

Natuurlijk kunnen deze signalen ook op "iets anders" duiden. Om dit te onderzoeken kun je in gesprek gaan met het kind.

Voor ouders kunnen de volgende signalen er op duiden dat je kind pest: als je merkt dat:

1. Je kind opvallend stoer doet
2. Je kind vertelt hoe populair hij wel is;
3. je kind erg tegendraads en opstandig is, steeds probeert zijn zin door te drijven;
4. je kind steeds in een vast groepje optreedt en jou zelden vertelt wat hij doet en waar hij is;
5. je kind vaak roddelt over andere kinderen
6. je kind vaak met verhalen thuis komt over grootse lichamelijke prestaties
7. je kind zich opvallend agressief gedraagt tegen kinderen en tegen volwassenen
8. je kind klaagt over dat hij/zij gepest wordt op school

## Mogelijkheden voor onderzoek en verificatie

Wanneer moeilijk zicht te krijgen is op de aard van het probleem zijn er de volgende mogelijkheden;

- Navragen bij collega's en ondersteunend personeel
- Informeren bij ouders of kinderen thuis iets vertellen over pestgedrag van andere kinderen ouders, met name ook ouders van andere kinderen
- De kinderen een opstel laten maken over pesten op school en in de klas; deze opstellen zijn alleen bestemd voor de groepsleraar / school.
- Een sociale kaart maken van de klas
- De pesttest afnemen (zie onder)

Er is ook een pesttest als (computerprogramma) verkrijgbaar o.a. bij

1. Vereniging voor openbaar onderwijs, postbus 10241, 1301 AE Almere, tel.: 036-533 1500.
2. Landelijke Oudervereniging Bijzonder Onderwijs op algemene grondslag, postbus 97805, 2509 GE Den Haag, tel.: 070 - 328 28 82.
3. Vereniging voor Ouders, Christelijk Onderwijs en Opvoeding (Ouders & COO), postbus 125, 3970 AC Driebergen, tel.: 0343 - 51 34 34.
4. Nederlandse Katholieke Oudervereniging (NKO), postbus 97805, 2509 GE Den Haag, tel.: 070 - 328 28 82.

Bron bovengenoemde adressen en tips: [www.sjn.nl](http://www.sjn.nl)

## Het maken van een sociale kaart in de klas

Ook kan er per klas een sociale kaart worden gemaakt. Je kan vragen aan de kinderen dat ze de 2 of 3 kinderen opschrijven waarmee ze het meeste spelen.

Ook bij het indelen van de plaatsen kan je vragen op te schrijven naast welke 2 kinderen je zou willen zitten. Je verzamelt de antwoorden en je maakt dan zelf je indeling.

Hieruit blijkt dan wie er niet wordt genoemd. Bij deze kinderen kan je dan speciaal nagaan hoe veilig ze zich voelen.

## Posicom-pesttest voor kinderen

### Schoolbijlage bij de Posicomreader 'Van pesten naar een wijgevoel'

*Overwogen kan worden om de test voor kinderen mondeling af te nemen, omdat kinderen soms moeilijk onderscheid kunnen maken tussen plagen en pesten*

*Een kind wat werkelijk gepest wordt, schaamt zich hier vaak voor, ook door het lage zelfbeeld dat het heeft en zal de schijn willen ophouden dat het zich onveilig voelt, bovendien is het bang dat door het te zeggen of schrijven dat hij/zij de wraak van de kinderen die pesten op zich haalt. Zeker als iedereen weet van de enquêtes. Het zou in dit opzicht dan gedaan kunnen worden door een vertrouwd persoon, die weet hoe processen van pesten werken. (CH)*

De test wordt op een plek afgenomen, waar een kind zich veilig voelt en niet de ogen van medeleerlingen voelt. Ook volwassenen moeten niet in de beurt komen als een kind de test doet, want een kind kan dan het gevoel krijgen, dat de volwassene kijkt wat hij of zij invult. Om te voorkomen dat een kind dat pest een gepeste onder druk gaat zetten is het heel belangrijk dat de test in een keer wordt afgenomen voor een pauze of voor een vrij moment (gym, spel, pauze, enz). De leerkracht dient te benadrukken dat deze test er is om ervoor te zorgen dat iedereen pestvrij op school kan werken en leven.

Het kind hoeft op deze test geen tekst te schrijven, waardoor het kind niet bang hoeft te zijn voor herkenning van het handschrift. Het invullen en verwerken van de test gaat daardoor ook snel. In de test kan een kind kiezen uit het aantal malen dat het gepest wordt. Indien een kind invult dat het nooit gepest wordt of een keer per jaar is er m.i. geen pestprobleem voor dit kind. De test vraagt ook naar waar er gepest wordt. U kunt daardoor snel in kaart brengen waar de onveilige situaties / plekken zich bevinden.



### Toelichting

Jouw school wil graag dat jij en je klasgenoten met plezier naar school gaan. Misschien ga je al met plezier naar school.

Het kan ook zijn dat je niet met plezier naar school gaat omdat je gepest wordt.

Om iets tegen pesten te kunnen doen, moet de school natuurlijk wel weten of er gepest wordt. Jij kunt daarbij helpen, zonder dat je jouw naam hoeft in te vullen.

Niemand zal dus weten dat jij dit formulier hebt ingevuld.

Datum:

Naam: niet invullen.

Groep: 4 - 5 - 6 - 7 - 8 (basisschool)

Klas: 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 (voortgezet onderwijs)

Hoe vaak word je gepest? Kruis alsjeblieft 1 antwoord aan.

- 0.. Ik word nooit gepest.
- 0..Ik word ongeveer 1x per jaar gepest.
- 0..Ik word ongeveer 1x per maand gepest.
- 0..Ik word ongeveer 1x per week gepest.
- 0..Ik word ongeveer 1 x per dag gepest.
- 0..Ik word meer keren per dag gepest.

Waar word je gepest? Je mag meer antwoorden invullen.

- 0..Ik word nergens gepest.
- 0..Ik word in het klaslokaal gepest als de leraar erbij is.
- 0..Ik word in de klas gepest als de leraar even weg is.
- 0..Ik word op de gang gepest.
- 0..Ik word in de pauze gepest (binnen bij het eten en drinken).
- 0..Ik word in de pauze buiten gepest.
- 0..Ik word gepest voor schooltijd op het plein
  
- 0..Ik word gepest van huis naar school toe / van school naar huis toe

Bedankt dat je de school wilt helpen. Je mag je formulier in de bus doen.

### **Posicom-pesttest voor ouders / verzorgers**

#### **Schoolbijlage bij de Posicomreader "Van pesten naar een wijgevoel".**

De ouders krijgen deze test via hun kind thuis bezorgd. Deze test dient in een gesloten enveloppe ingeleverd te worden in de daartoe bestemde bus.

De bedoeling van deze test is om na te gaan of de kinderen en ouders uit dezelfde groep dezelfde beleving hebben m.b.t. pestgedrag.

U kunt tevens nagaan of ouders tevreden zijn over het aanpakken van pesten.

U kunt trouwens ook besluiten om de test bij de ouders / verzorgers niet af te nemen, maar alleen bij de kinderen.

Als u deze test afneemt, dan is het zinvol om de test in dezelfde week af te nemen als de Posicom-pesttest voor de kinderen.

### Toelichting

Zoals u weet willen wij als school de kinderen een veilig pedagogisch klimaat bieden. Het team wil dat de kinderen met plezier naar school gaan. Wij willen u vragen de onderstaande vragen te beantwoorden. Hierdoor krijgen wij nog meer informatie m.b.t. de vraag of we op de goede weg zijn met het bieden van een goed en veilig schoolklimaat en waar we nog aan moeten werken met elkaar.

Na het invullen van het formulier kunt u deze in de enveloppe doen, deze dichtplakken, en daarna deponeeren in de daarvoor bestemde bus op school.

Bedankt voor uw medewerking. Het team.

Datum:

Naam: niet invullen.

Mijn kind zit in groep: 4 - 5 - 6 - 7 - 8 (basisschool)

Mijn kind zit in klas: 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 (voortgezet onderwijs)

Hoe vaak wordt uw kind gepest, zover u kunt nagaan? Kruis alstublieft 1 antwoord aan.

- 0.. Mijn kind wordt nooit gepest.
- 0..Mijn kind wordt ongeveer 1x per jaar gepest.
- 0..Mijn kind wordt ongeveer 1x per maand gepest.
- 0..Mijn kind wordt ongeveer 1x per week gepest.
- 0..Ik Mijn kind wordt ongeveer 1 x per dag gepest.
- 0..Mijn kind wordt meerdere keren per dag gepest.

Waar wordt uw kind gepest? U mag meer antwoorden invullen.

- 0..Mijn kind wordt nergens gepest.
- 0..Mijn kind wordt in het klaslokaal gepest als de leerkracht erbij is.
- 0..Mijn kind wordt in de klas gepest als de leerkracht even weg is.
- 0..Mijn kind wordt op de gang gepest.
- 0..Mijn kind wordt in de pauze gepest (binnen bij het eten en drinken).
- 0..Mijn kind wordt in de pauze buiten gepest.
- 0..Mijn kind wordt gepest voor schooltijd op het plein
  
- 0..Mijn kind wordt gepest van huis naar school toe / van school naar huis toe.

### **Ouderavond over de sociale situatie in de klas**

Als er een vermoeden is over pesten kan in een ouderavond hier meer helderheid over komen. Andere ouders horen vaak meer over het pesten dan de ouders van de kinderen die pesten of gepest worden en de leraar. Één van de kenmerken van pesten is het groepsgeheim. Openbaarheid van het gedrag, dat we uit willen bannen is een voorwaarde.

Met elkaar bouwen ouders en leraar zo het beeld op hoe de verschillende kinderen bij het pesten betrokken zijn. De vraag die centraal staat is:

*Hoe ervaart mijn kind de sociale situatie in de klas?*

Duidelijk kan worden:

Wie zijn de gepeste kinderen.

Op welke wijze wordt er gepest.  
Welke kinderen doen dat.  
Hoe ervaren de andere kinderen dat.

Door elke ouder te laten vertellen hoe zijn/haar kind de sociale situatie op school beleeft kan deze in kaart worden gebracht.  
Preventief kan een dergelijke ouderavond sowieso eens per jaar worden gedaan, bijvoorbeeld als tweede ouderavond in het jaar.

### **Werkwijze voor een ouderavond**

Omdat de klassenleraar evenzeer emotioneel bij het probleem betrokken is als de ouders en de kinderen kan iemand anders dan de leraar de avond leiden, zodat de leraar kan luisteren.

Er kan een samenvattend verslag worden gemaakt.

Zaken die op een dergelijke ouderavond aan de orde kunnen komen zijn:

Vorbereiding ten aanzien van de ouders:

- We willen hulp bieden aan een eventueel slachtoffer, aan de grote middengroep van de klas, maar ook aan de dader.
- Kinderen leven in twee sociale circuits, te weten: een circuit waar toezicht is en de schoolregels gelden en een circuit zonder toezicht, de sociale laag die niet zichtbaar is. Pesten speelt zich bijna altijd in dit laatste circuit af. De leraar kent het gedrag in dit circuit niet. Ouders krijgen vaker mededelingen van hun kind hoe het er daaraan toe gaat.
- De hulp van ouders is dus nodig om een gezamenlijk beeld te ontwikkelen van de sociale situatie in de klas.
- We willen hulp aan een eventueel slachtoffer, aan de grote middengroep van de klas, maar ook aan de dader.
- De aanwezigen worden erop voorbereid dat ouders van eventuele daders iets moeilijks te verwerken krijgen. De ouders bouwen dit vertrouwelijke beeld gezamenlijk op om de hulpverlening richting te geven.
- Er wordt afgesproken namen te noemen.

Aan alle ouders wordt nu gevraagd om beurten te vertellen hoe hun kind de sociale situatie van de klas beleeft. Zij krijgen op deze wijze de mogelijkheid om aan hun betrokkenheid vorm te geven. Er worden namen genoemd. Allen komen aan het woord. Niemand heeft schuld, iedereen is erbij betrokken.

Als een ouder vertelt kunnen er vragen gesteld worden, maar het is niet de bedoeling dat er gereageerd wordt, dat kan in de eigen beurt. Op deze manier wordt discussie vermeden. Als iedereen is geweest kan gevraagd wie nog wil reageren en aan deze mensen nog 1 maal de gelegenheid gegeven. Zo krijgen de mensen die het rondje begonnen nog de kans te reageren op de anderen.

Als laatste kan de leraar als hij dat wil reageren

De avond eindigt met een slotronde, waarin ieder kort aangeeft wat hij/zij ervan vond en hoe hij/zij weggaat. Belangrijk is te weten of er nog gesprekken nodig zijn.

#### *Ervaringen met dit soort ouderavonden*

Er blijkt een drempel te zijn om een dergelijke ouderavond te doen. Met name vanwege de heftige emoties die misschien geuit worden.

Emoties worden heftig wanneer er geen gelegenheid is ze te kunnen uiten, door op deze manier een plek te geven waar ouders zich kunnen uitspreken lopen de emoties niet op

Het voorkomt het gesprek in de gangen.

Ouders relativeren elkaar, extreme uitspraken worden door andere ouders genuanceerd. Ook blijkt er veel waardering te worden geuit, die anders niet gauw wordt gezegd.

Een dergelijke ouderavond geeft de leraar vaak veel nieuwe informatie meer dan alleen over het pesten.

### **Toelichting stap 3: hulp voor de gepeste**

*'Meestal is het een probleem van het kind dat gepest wordt, en als het geluk heeft ook van zijn of haar*

*ouders. Heeft het nog meer geluk dan is het ook nog een probleem van de leerkracht. En dan niet alleen omdat het gedoe de groep verstoort, maar omdat de leerkracht zich het lot van dit kind heeft aangetrokken. Toch is het pesten een probleem van iedereen' ( uit: opvoeden in de 21<sup>e</sup> eeuw, Jeanne Meijs)*

Uit onderzoek is gebleken, dat de neiging aanwezig is bij alle partijen om de gepeste de schuld te geven van het pestprobleem!

Pesten is een groepsprobleem, en verder toch vooral een probleem van het kind dat pest.

Een kind loopt een verhoogd risico om gepest te worden indien het kind:

- een lage status in de groep heeft;
- geen positief zelfbeeld van zichzelf heeft;
- een lage frustratie-tolerantiegrens (= gauw boos) heeft;
- moeilijk grenzen kan aangeven;
- zich dingen snel persoonlijk aantrekt.

Gelijktijdig kan het bovenstaande echter ook ontstaan als het kind gepest gaat worden. Dus hier speelt mee *de kip en het ei* probleem.

Een kind zal niet, of veel minder snel, gepest worden, als de cultuur in de klas zich daarvoor niet leent, dus als de sfeer t.o.v. elkaar tolerant is. Iedereen mag er zijn.

Tevens zal een kind in een klas met een kind dat pest of meeloopt minder kans hebben om gepest te gaan worden indien het kind:

- een hoge status in de groep heeft;
- een positief zelfbeeld heeft;
- een hoge frustratie-tolerantiegrens heeft;
- grenzen aan kan geven;
- kan relativeren.

Waarom zegt het gepeste kind zelf niets over het pesten?

Naast de voor de hand liggende angst voor het kind dat pest is er ook schaamte niet over je vernedering willen praten. Ook kan een gepest kind de ervaring hebben dat er niet of nauwelijks serieus geluisterd wordt. Zo iemand voelt zich dan door iedereen in de steek gelaten en kan besluiten om verder maar te zwijgen, in de hoop dat het vanzelf over gaat. Veel gepeste kinderen zijn te angstig om nog een oplossing te zien.

### **Hoe spreek je met het gepeste kind?**

Als het de leraar duidelijk is dat er gepest wordt, voert hij als eerste een gesprek met de gepeste. 'Praten' is beslissend. Niet morgen, niet als het kind thuis komt, niet een maand later als het pesten ondraaglijk is geworden, maar meteen.

Als een kind veelvuldig gepest wordt, kan dat zijn/haar totale zelfbeeld negatief beïnvloeden. Zo'n kind kan tot de conclusie komen: 'Ik kan niks, ik ben stom, niemand houdt van me – en terecht'.

Kinderen lopen daarmee de kans op blijvend letsel: onzekerheid in sociale relaties, sociale faalangst, eenzaamheid en isolement kunnen er het gevolg van zijn. Hoe kan blijvend letsel worden voorkomen?

*Niet door:*

- Openlijk het kind extra aandacht of bescherming te bieden (dat zou tot nieuwe risico's kunnen leiden; het kind zou alleen al daarom opnieuw gepest kunnen worden).
- Bemoedigende opmerkingen zoals "kop op, joh". Werken meestal averechts. Het slachtoffer kan zelf niets doen

Strategieën die beginnen bij het gepeste kind en zijn gedrag, zijn in de praktijk weinig zinvol gebleken.

Is een kind het slachtoffer van pesten, dan heeft het beslist al alles gedaan wat in zijn vermogen ligt om het probleem op te lossen. Daarom zijn adviezen aan het kind dat gepest wordt: -'Verweer je!'- 'Probeer het te negeren'- 'Ga ze gewoon uit de weg!' – niet alleen nutteloos, maar veroorzaken extra druk. Dit soort adviezen geeft het gepeste kind de boodschap, dat de verantwoordelijkheid voor het beëindigen van het pesten bij hem ligt.

- Preken: uitleggen waarom die andere kinderen hem/haar pesten werkt vaak als zout in de wond.....

*Wel door:*

In het gesprek met het gepeste kind kan men hem om te beginnen vertellen dat men vermoedt c.q. weet, dat het in de klas niet gaat zoals hij wenst. In zo'n gesprek is het belangrijk om meelevend en duidelijk te werk te gaan. Het kind kan duidelijk gemaakt worden dat het hulp krijgt.

Je kan er op voorbereid zijn dat het kind niet altijd meteen de verdenking zal bevestigen en het aanbod om te helpen zal accepteren.

Het volgende kan in zo'n gesprek voorkomen:

- Het kind ontkent dat het gepest wordt. Het is misschien bang dat men vindt dat het zijn eigen schuld is. Misschien is het kind bang dat de leraar, wanneer deze hoort wat hem overkomt, geen waardering meer voor hem heeft. Veel kinderen die het slachtoffer van geweld zijn, ontkennen dit. Ze kunnen ook bang zijn dat de ouders erachter komen en dat ze er geen begrip voor hebben. Het kind kan duidelijk gemaakt worden waarom het hem helpt dat zijn ouders weten dat hij gepest wordt. De leraar kan het kind voorstellen om met zijn ouders te praten.  
Het kind zegt: 'De anderen maken gewoon een grapje. Het maakt me helemaal niet uit.' Door zich 'groot te houden' en daardoor zichzelf te beschermen, ontkent het kind dat hij gekwetst wordt.  
Mogelijk kun je dan inlevend luisteren naar de beleving van het kind (wat ervaart het kind) door de bedoeling van hetgeen het kind zegt te verwoorden. Dit kan helpen z'n verdediging te doorbreken.
- Het is niet nodig om na te gaan, wat er allemaal is gebeurd. De leraar wil echter wel weten, wie er betrokken zijn bij het pesten van het kind. Om dit te weten te komen, garandeert hij het kind dat hij met de andere kinderen alleen over de gevoelens van het gepeste kind zal praten en dat hij ze niet zal straffen. Veel slachtoffers van pestgedrag zwijgen, omdat ze bang zijn dat de pestende kinderen zich op hen wreken als ze praten.  
Kinderen zijn bang voor bedreigingen in de zin van 'als je erover praat, gebeurt er wat met je'. 'Ik heb niets gezegd omdat het dan de volgende dag nog erger was geworden', vertellen de gepeste kinderen vaak. Daarom is het pesten ook zo makkelijk. Als het kind dat gepest wordt zwijgt, geeft het het pestende kind indirect toestemming om zich te gedragen zoals hij wil. Hoewel de gepeste niets liever wil dan dat het ophoudt.

De leraar kan op de volgende manieren hiermee omgaan:

Het kind duidelijk maken dat dit niet bedoeld is om het kind dat pest te straffen maar dat hij geholpen kan worden als de feiten bekend zijn.

Dat juist door te zwijgen het voor de pestende kinderen gemakkelijker wordt te pesten en dat als het kind dat pest inziet dat de gepeste zijn daden ook aan een gezaghebbend iemand zal vertellen, hij zijn beste wapen heeft verloren – het zwijgende slachtoffer.

Voorstellen om de gebeurtenissen op te schrijven.

De leraar hoeft niet paniekerig, maar kan rustig en weloverwogen reageren. Hij kan de tijd nemen die hij nodig heeft, om over het voorval na te denken en de volgende stappen te overwegen.

Een mogelijkheid is om degene die pest en die gepest wordt met elkaar te confronteren. Als het kind dat pest inziet dat een gezaghebbende te horen krijgt van zijn daden, dan kan hij zijn slachtoffer niet meer het zwijgen opleggen. Vaak is het gepeste kind verbaasd als hij merkt hoe laf het pestende kind kan zijn.

- Een goed contact opbouwen met de gepeste.
- Bevestig de gepeste in wat hij kan.
- Mogelijk kan aan het kind gevraagd wat het zelf zou willen doen tegen het pesten en wat het al geprobeerd heeft. Denk samen verder over mogelijke oplossingen.
- Kies samen een oplossing en maak een afspraak wanneer je er op terug te komt om te kijken hoe de oplossing heeft gewerkt.

- Soms is er wat hulp nodig om het kind meer zelfvertrouwen te laten uitstralen; daar kan allerlei toe dienen. Maar in principe is het kind goed zoals het is. Het leren van sociale vaardigheden kan het kind helpen met de peestsituatie beter om te gaan. Dit kan geïmproviseerd in rollenspelen. Bijv:
  - 'nee' zeggen
  - wachten op je beurt
  - tegen je verlies kunnen
  - een gevatte opmerking teruggeven
  - vragen of je mee mag spelen
 Neem de sociale interacties met het kind door, bijvoorbeeld: 'je reageerde zo op...Wat gebeurde er daarna en was je daar tevreden mee?' Als een kind niet tevreden was met de reactie van een ander, dan kun je vragen: "Hoe had je het anders kunnen doen?"
- Je kunt nagaan of een ander kind in de klas, met een hoge sociale rangorde (populair), en communicatief begaafd, de gepeste tijdelijk wil ondersteunen (helper).

De leraar maakt het kind duidelijk, dat hij er voor zal zorgen dat het pesten ophoudt. Als het kind laat merken tijdens dit gesprek dat hij de leraar vertrouwt, dan kan hij hem vragen om een tekening te maken of een verhaal te schrijven, waarin zijn gevoelens tot uitdrukking komen.

Op een dieper niveau kun je oorzakelijk werken aan een gezond huis met stevige binnen- en buitenmuren, aan een evenwicht tussen warmte en koude in het leven van het kind en een herstel op alle vier de fronten van de tastzin: op het gebied van het lichaam, de levenskrachten, de ziel en de warme Ik-doorbloeding.

(zie bijlage ontwikkeling van de kinderen, Jeanne Meijs )

### **Hoe spreek je met de ouders van het gepeste kind?**

Wanneer de leraar weet dat een kind wordt gepest stelt hij de ouders hiervan op de hoogte. Helaas nemen veel kinderen hun ouders niet of pas laat in vertrouwen, zelfs als ze erg lijden onder het gedrag van hun medescholieren. Het is altijd weer verbazingwekkend hoe blind ouders kunnen zijn.

Het feit dat hun kind gepest wordt vinden de meeste ouders erger dan dat hun kind anderen zou pesten. Agressief gedrag wordt over het algemeen positiever beoordeeld dan een onderdrukte positie.

Het kind heeft zijn ouders nodig om het pestgedrag te stoppen en zijn gekwetste zelfvertrouwen weer te herstellen. Veel gepeste kinderen hebben een goede en nauwe band met hun ouders. De ouders vormen een ondersteuning bij conflicten. Vaak lukt het met hulp van de ouders om de situatie op school voor het kind beter te maken. De gepeste kinderen zijn zeer opgelucht als het pesten ophoudt.

*Er wordt een dossier aangelegd van de gesprekken met de ouders*

Wanneer er gesprekken gevoerd worden met ouders kan het op papier zetten van wat is besproken en welke afspraken gemaakt zijn misverstanden voorkomen. Om de administratieve belasting hiervan minimaal te houden kan er een simpel format aan het eind van het gesprek worden ingevuld en ondertekend en in het dossier toegevoegd (zie format bij toelichting stap 2)

### **Toelichting stap 4: Bespreking met degene(n) die pest(en) en de ouders**

*'...de schade wordt aangericht in het innerlijk van degene die slachtoffer is en in het innerlijk van degenen die pesten. Het met opzet kwellen van de ander is zo boosaardig, dat enerzijds het slachtoffer vaak tientallen jaren nodig heeft om zich te herstellen van zijn innerlijke wonden, maar dat anderzijds degene die pest en kwelt in zichzelf een dodelijke, koude plek creëert, die de mogelijkheid tot een leven vanuit liefde, respect en aandacht grondig verstoort.'* (Uit; Opvoeden in de 21<sup>e</sup> eeuw, Jeanne Meijs)

Ook het kind dat pest heeft hulp nodig. Onderzoek in Noorwegen heeft aangetoond, dat pestende kinderen en jongeren zich in vergelijking met leeftijdsgenoten sociaal negatiever ontwikkelen, bijvoorbeeld doordat ze crimineel gedrag vertonen of drugs gebruiken.

*Zonder moraliseren*

Naast de zeer nuttige regels en afspraken met betrekking tot pesten, is een aanvullende strategie nodig om het pesten daadwerkelijk te beëindigen. De No Blame Approach is zo'n methode (zie verderop).

Veel strategieën die zijn bedoeld om het pesten te beëindigen zijn niet altijd even effectief en zijn vaak niet bedoeld voor de gepeste. Maatregelen tegen pesten worden vaak vanuit een moraliserende houding en een behoefte aan gerechtigheid genomen. De schuldvraag en de daarbij behorende emoties spelen hierbij een grote rol.

#### *Straffen helpt niet*

Hoe begrijpelijk de wens om het kind dat pest te straffen ook is, vaak is het een belemmering voor het beëindigen van het pesten en verergert de situatie voor de gepeste. Het pestgedrag wordt subtieler en is moeilijker waar te nemen. Het gebeurt maar zelden dat straf een eind aan het pesten maakt. De gepeste is bang voor wraak en zal nauwelijks bereid zijn om over het probleem te praten. Het belangrijkste doel moet zijn het pestgedrag daadwerkelijk te stoppen en niet om de schuldigen te straffen.

Samen afspreken wat gedaan kan worden voor herstel van de psychische of materiele schade blijkt effectief te werken.

#### *Relatie opbouwen*

Het gaat erom een relatie tussen de degene die agressief handelt, het gezin en de school op te bouwen en verbetering te bewerkstelligen.

Het opbouwen van een goede relatie met het kind dat pest is wat het kind dat pest nodig heeft om de liefdeloze manier van omgaan met anderen te doorbreken. Hierbij gaat het erom dat iemand in staat is belangeloos te geven zonder iets terug te verwachten. Het kind dat pest zal niet gauw iemand binnenlaten door zijn dikke muur. Tegelijkertijd is dit wel hetgeen hij verlangt.

#### *Omgaan met frustraties*

Het kind kan problemen hebben die opgelost moeten worden, voordat het in staat is om te stoppen met treiteren. De frustraties van het kind een goed kanaal geven in samenwerking met de leraar.

De leraar is ook een voorbeeld hoe om te gaan met agressiviteit, hij kan zelf sociale vaardigheden gebruiken en model staan.

Een mogelijkheid is dat het kind zijn aandachtsbehoefte op een schenkende manier krijgt door het kind veel te laten verzorgen in de klas.

### **Begrenzen en het maken van afspraken**

De leraar begrenst grensoverschrijdend gedrag en onderzoekt de oorzaak van de behoefte tot grensoverschrijding. Niet de dader maar de daad wordt aangepakt.

- 1 De leraar stopt afspraakovertredend/grensoverschrijdend gedrag.
- 2 De leraar geeft feedback vanuit de waarneming: ik zie dat je dit of dat doet, geeft zijn gevoel erover en het gevolg wat het voor hem of anderen heeft of de behoefte die erdoor verstoord wordt. Een ik-boodschap die informeert dat het gedrag ongewenst, grensoverschrijdend of niet volgens de afspraken is met het gevoel erbij.
- 3 De leraar vraagt na of het in zijn/haar beleving ook zo is dat hij pest.  
De leraar luistert inlevend naar de drijfveren van de leerling voor dit gedrag. Ook in hoeverre de leerling zich in de grenzen en afspraken kan vinden.  
(Inlevend luisteren wil zeggen dat de leraar herhaaldelijk in eigen woorden verwoordt wat hij denkt dat de leerling bedoelt te zeggen zonder te reageren met zijn eigen mening of vragen)

De leraar gaat na of het kind ergens door geïrriteerd was of zelf gepest werd en daarom om zich heen slaat.

De leraar gaat na of het kind beseft dat het anderen tiranniseert en kwetst. Jonge kinderen weten soms niet welk effect hun gedrag op een ander heeft.

De leraar zoekt naar waar de frustratie vandaan komt. Waar voelt het kind zich niet

begrepen?

- 4 In een gesprek vertelt de leraar de gevolgen van het pesten. Hij laat het kind zich inleven hoe het gepeste kind zich voelt door hierover te vertellen. Veel kinderen die pesten hebben niet stilgestaan wat het voor de ander betekent. Ze zijn meer met zichzelf bezig dan met de ander.
- 5 De leraar kan het kind vragen te formuleren waarop de klas kan rekenen in de nabije toekomst. Hij vraagt hoe de leerling gaat zorgen dat hij zich in zijn gedrag in het vervolg rekening houdt met de afspraken en grenzen. Wanneer de leerling zich niet in de afspraken kan vinden kan gezocht worden op welke manier hij wel achter de afspraken kan staan.
- 6 De leraar spreekt met de leerling een activiteit af (zonder het op te leggen) waaruit duidelijk wordt dat iets wordt gedaan wat mogelijke psychische of materiële schade kan herstellen (herstelrecht).

Voorbeelden hiervan: Als er een bal door de ruit is gegaan, kan afgesproken worden dat de leerling(en) ramen zemen.

Positieve eigenschappen van een uitgescholden leerling verzamelen en die voor de klas voorlezen.

Leerlingen die voortdurend samen de clown lopen uit te hangen, voeren een act van vijf minuten op tijdens een pauze in de lerarenvergadering. Of ze geven een judodemonstratie, of een gitaarles.

Mogelijke acties bij negatieve beïnvloeding van het klimaat: iets bakken voor de klas, iets opruimen of schoonmaken.

- 7 De leraar spreekt af na hoeveel tijd er teruggekeken wordt op het gedrag van de leerling. De leraar maakt de evaluatieperiode in de eerste tijd niet langer dan een dag. Als het naar wens gaat kan afgesproken worden om een wat langere periode te proberen. (zie toelichting stap 8)

Mocht hij toch in herhaling vervallen zonder ontwikkeling, dan is het volgende gesprek nog vormelijker. De leerling schrijft bijv. zijn voornemens op en zet er zijn naam onder. Ook kunnen zijn ouders voor dit gesprek uitgenodigd worden. De leraar maakt het kind duidelijk dat het een kans krijgt.

De leraar kan andere personen in de school in het proces betrekken (een collega, de intern begeleider, het zorgteam, de schoolleider).

Hij kan een adviesbureau of professionele hulp inschakelen als het kind na een bepaalde periode niet reageert.

### **NO BLAME APPROACH**

Een nieuwe aanpak voor het omgaan met een groep kinderen die pesten (uit Pesten op School, P Vereijken en M. Vos, bewerkt door CH)

#### ***De ware toedracht van het pesten wordt meestal niet opgehelderd.***

Geëngageerde leraren verspillen soms veel energie aan het achterhalen van de ware toedracht van het pesten. Voor het kind dat wordt gepest is dit vaak zeer beschamend. De kinderen die pesten staan onder druk, waardoor ze zich later weer gaan afreageren op iemand die zwakker is. De ware toedracht krijgt de leraar nooit te horen, bovendien hoeft deze ook niet bekend te zijn om effectief hulp te kunnen bieden.

Het is meestal zinloos om aan de daders te vragen waarom ze zich zo gedragen hebben.

De Methode

- *Stap een*                    *gesprek met de gepeste*
- *Stap twee*                *gesprek met degenen die pesten*
- *Stap drie*                  *het probleem duidelijk maken*
- *Stap vier*                  *de verantwoordelijkheid verdelen*
- *Stap vijf*                  *degenen die pesten naar ideeën vragen*



- **Stap zes**            *de verantwoordelijkheid op degenen die pesten overdragen*
- **Stap zeven**        *evaluatie*

**Stap een**            *gesprek met de gepeste*  
Zie toelichting punt 3 van het protocol

**Stap twee**        *Gesprek met degenen die hebben gepest*

De leraar regelt een gesprek met de bij het pesten betrokken scholieren, zowel met degenen die de leiding had als met degenen die meededen. Er kunnen ook vrienden van de gepeste bij betrokken zijn. Een groepsgrootte van zes tot acht scholieren is het best. Normaal gesproken is de gepeste niet bij dit gesprek aanwezig. De sfeer tijdens het gesprek moet zo rustig en ontspannen mogelijk zijn.

**Stap drie**            *het probleem duidelijk maken*

De leraar vertelt aan de leerlingen hoe de gepeste zich voelt. Hij maakt de leerlingen geen verwijten. Als de leerlingen vertellen wat er gebeurd is, gaat de leraar daar nauwelijks op in. In plaats daarvan geeft hij aan, dat het doel van het gesprek is, dat ze begrijpen hoe het gepeste kind zich voelt. Niet om uit te vinden wie wat wel of niet gedaan heeft. De betrokken kinderen zijn vaak heel verbaasd dat ze niet beschuldigd worden en dat ze zich niet hoeven te rechtvaardigen.

**Stap vier**            *de verantwoordelijkheid verdelen*

Hoewel er geen beschuldigingen worden geuit, benadrukt de leraar dat de kinderen er verantwoordelijk voor zijn dat de gepeste zich weer goed gaat voelen.

**Stap vijf**            *de betrokkenen naar ideeën vragen*

De leraar vraagt aan de betrokken kinderen welke ideeën ze hebben om de gepeste te helpen, zodat het zich op school, respectievelijk in de klas, weer prettig voelt. Een voor een krijgt ieder een beurt om zijn/haar ideeën te geven.

Er worden alleen maar vragen gesteld als iets niet begrepen is, reacties kunnen in de eigen beurt gedaan worden.

Ideeën die vaak worden genoemd zijn bijvoorbeeld:

- Ik zal met het kind spelen
- Ik zal het kind in mijn team kiezen
- Ik zal het beschermen
- Ik zal het iets geven
- Ik zal mijn excuses aan het kind aanbieden.

De leraar spreekt voor elk voorstel zijn positieve waardering uit.

**Stap zes**            *de verantwoordelijkheid op degenen die hebben gepest overdragen*

Het gesprek eindigt zodanig, dat de leraar de verantwoordelijkheid om het probleem op te lossen op de degenen die hebben gepest overdraagt. Er wordt een afspraak voor een vervolgesprek gemaakt, waarin besproken wordt wat er veranderd is.

**Stap zeven**        *evaluatie*

Ongeveer een week later praat de leraar met elk betrokken kind afzonderlijk, ook met de gepeste, over hoe het gegaan is. Zo krijgt hij inzicht in de veranderingen.

Om de No Blame Approach in deze vorm te kunnen gebruiken en de oplossing van het probleem aan de kinderen over te kunnen laten, is het aan te raden om de schoolleiding, alle leraren en de ouders over deze methode te informeren.

In de praktijk is gebleken dat veel leraren een snelle en langdurige verbetering van het gedrag zien als ze volgens de bovenstaande No Blame Approach te werk gaan.

## **PESTEN ALS GEZAMENLIJK PROBLEEM VAN PESTENDE EN GEPESTE**

Uit de reader 'Van pesten naar een wijgevoel' van Posicom, Theo Klunders

Van het pestprobleem kan een gezamenlijk probleem worden gemaakt, **mits de gepeste en de pestende hiermee akkoord gaan.**

Theo Klungers:

Als beiden akkoord gaan, laat ik het kind dat heeft gepest en de gepeste elke dag na schooltijd bespreken hoe de dag verliep. Pas als beide personen vrolijk kijken, mogen ze naar huis, met een dropje in de mond.

De gedachte erachter is:

1. hoe beter je elkaar kent en weet hoe de ander zich voelt, des te meer begrip je onderling kunt krijgen;
2. we gaan pas na huis als iedereen blij is, en iedereen wil vaak wel naar huis;
3. zowel pestende als gepeste leren zaken uitpraten (sociale vaardigheden).

Theo Klungers heeft op deze manier:

- vriendschappen zien opbloeien;
- wederzijds begrip zien ontstaan;
- kinderen sociaal vaardiger zien worden.

Als je ervoor kiest om pestende en gepeste bij elkaar te zetten moet jij als persoon aan de volgende eisen voldoen:

- beide kinderen vinden jou eerlijk;
- beide kinderen mogen je ;
- beide kinderen weten onbewust , dat je hen beiden wilt helpen;
- je kan makkelijk een gemoedelijke sfeer neerzetten;
- je mag beide kinderen, en laat ze dat ook voelen;
- je kunt zonder oordelen feedback geven en afstemmen m.b.t. communicatie.

Voordat je deze strategie gaat gebruiken, kun je eerst deze manier van werken met de ouders van beide kinderen bespreken.

## **Toelichting stap 5: informeren**

### **Etikettering vermijden**

Er wordt vaak over slachtoffers en daders of pesters gesproken. Hiermee krijgen de kinderen een etiket. Het etiketteren van de betrokken personen bepaalt de verschillende rollen en kunnen een belemmering vormen voor het vinden van een oplossing en het verbeteren van de situatie. De woorden 'gepeste' en 'degene die pest' draagt al meer bij tot vermindering van etikettering omdat het bij deze woorden gaat om het gedrag namelijk het gepest worden' en 'het pesten' in plaats van om de persoon (pester en slachtoffer). Zo mogelijk kunnen ook deze begrippen worden vermeden en in plaats daarvan de namen van de betrokken kinderen worden gebruikt.

## **Toelichting stap 6: mogelijkheden voor een plan van aanpak**

Hieronder is een opsomming van mogelijke werkwijzen voor in de klas en met degene die pest. Hiervoor zijn verschillende artikelen en boeken geraadpleegd en bekeken en bewerkt voor de toepassing in de Vrijeschool. (Zie ook inzichten vanuit de literatuur toelichting stap 2) Er kunnen meer mogelijkheden aan toegevoegd. (C. Huijzer)

### **Stop het kind dat pest**

Allereerst verhinder je elke keer als je signalen waarneemt dat het kind of de kinderen doorgaan met pesten, en geef je gewenst sociaal gedrag aandacht. Je zorgt dat het gepeste kind zich veilig voelt.

### **Reflecteren op je manier van leraar zijn**

Jeanne Meijs (lerarenverg. Sept 2007): Hoe kun je de klas 'mannen' en met vaderlijke kwaliteiten een zodanige sfeer in de klas te zetten dat elk kind zich geborgd voelt. De moederlijke kracht zorgt dat leven er is en dat het onderhouden wordt, zorgend. De vaderlijke kracht daagt uit om uitdrukking te geven aan de eigenheid in de omgeving te brengen. Dat het

kind zich veilig voelt uitdrukking te geven aan zichzelf. Als je zelf nog onzeker bent in het jezelf uitdrukken dan neemt de vaderlijke kracht in jezelf af en is er kwetsbaarheid in de borgkracht. Je straalt uit : in mijn klas mag iedereen zijn hoe hij is. Als je het zegt is het weg. Is de leraar te streng dan onderdrukt hij de eigenheid van de kinderen en komt het achter zijn rug naar boven. Is hij te slap dan manifesteert zich het ik teveel. Je kan assistentie vragen als je je hier tekort in voelt schieten.

In de bijlage is een lijst opgenomen van factoren bij de leraar die van belang zijn om pestgedrag in de klas te voorkomen. Deze lijst kan gebruikt worden als zelfreflectie met de vraag: welke punten kan ik meer aandacht geven om mij te ontwikkelen?

### **De ontwikkelingsstof**

Er kan op gelet worden dat de wijze waarop het pestprobleem wordt aangepakt passend is voor de leeftijdsgroep waarmee men te maken heeft. Zo zal in de hogere klassen het probleem gemakkelijker open benoemd kunnen worden dan in de lagere klassen.

In de kleuterklassen en de eerste klas kunnen sprookjes met dit thema zoals Assepoester verteld worden. Dit kun je in de eerste spelen en dan halverwege de rollen omdraaien, of dat het kind de eigen rol souffleert bij een ander die de rol overneemt.

In de lagere klassen kan een verhaal, dat pedagogisch is afgestemd op de problematiek, een goede manier zijn het probleem aan te pakken. Sint Maarten is degene die durft af te wijken van de anderen die de bedelaar verachtten. Met dit thema kan de middengroep worden geactiveerd.

In de derde klas kan gesproken over Jozef die door zijn broers wordt gepest. Ook gesprekjes over onderdelen van het thema kunnen gehouden worden. Gebruik kan worden gemaakt van methoden over sociale vaardigheden. Het creëren van een gezond leef - en leerklimaat en een positieve sfeer is iets waar voortdurend aan gewerkt kan worden. Zie ook het PestPreventiePlan

### **Bespreekbaar maken**

Een eerste voorwaarde om pestgedrag te verminderen en uit te bannen is het bespreekbaar maken. Als kinderen er in hun groep vrijuit over kunnen spreken wordt het voor kinderen die pesten vaak al moeilijker om ongehinderd door te gaan met pesten. Het groepsgeheim wordt doorbroken.

Het erover praten in een vroeg stadium, bijvoorbeeld aan het begin van een schooljaar, kan voorkomen dat ongemerkt een snel escalerende situatie ontstaat, die dramatische gevolgen heeft en om pijnlijke oplossingen vraagt. Ook hier geldt het principe 'voorkomen is beter dan genezen'.

Een moeilijkheid is het feit dat leerlingen zich meestal niet graag blootgeven in een gesprek waarin de eigen actuele situatie aan de orde is. De angst om door de kinderen die pesten opgemerkt te worden als iemand met een vervelende mening ligt daar meestal aan ten grondslag. De wetenschap dat je later gepakt wordt snoert menige leerling effectief de mond. Durft er een aantal hun mond open te doen, dan wordt de kans op wraakneming minder naarmate het aantal groter wordt. Maar wie neemt het risico om als eerste de nek uit te steken?

De leraar stelt het pesten op een algemene manier aan de orde. Hij kan als inleiding een verhaal vertellen, met de klas iets lezen of een film bekijken waarin gepest wordt. De wijze van aan de orde stellen is zeer afhankelijk van de leeftijdsfase van de klas. Met een andere situatie verder van ze af wordt een veiliger klimaat geschapen om erover te spreken. De leerlingen kunnen refereren aan de in de situatie getoonde problemen. Er hoeft niet 'op de persoon' gespeeld te worden. Na enige tijd kan het gesprek zich op een natuurlijke wijze richten op de eigen situatie, zonder dat er een 'schuldige' aan te wijzen is. Op ieder moment kan er, door leraar of leerling, weer veilig teruggegrepen worden naar het verhaal.

Daarna vertellen de kinderen welke vormen van pesten in de klas voorkomen. Er kan een lijst van gemaakt worden die in de klas wordt opgehangen. Per week kan één onderwerp in het middelpunt staan.

Ook het erover praten geeft geen garantie dat het pesten zal verdwijnen. Daarvoor is het probleem te gecompliceerd, met gespannen intermenselijke relaties, huiselijke omstandigheden die niet te beïnvloeden zijn, persoonlijke frustraties en karakterologische eigenaardigheden. Door erover te praten zal het pesten meestal afnemen of zelfs voor enige tijd stoppen. Dan is het zaak niet te denken dat de strijd gestreden is, maar door te gaan met het stimuleren van de beoogde mentaliteitsverandering.

### **De grote middengroep van de klas mobiliseren.**

Vaak wordt onderschat hoeveel de zwijgende middengroep kan bijdragen aan de oplossing van het pestprobleem, door middel van sociale controle. Hun zwijgen heeft namelijk een onbedoeld gevolg: het geeft de kinderen die pesten de gelegenheid ongestoord door te gaan met hun wrede spelletjes. De kinderen uit de middengroep geven hen de macht en houden het in stand. Het gaat erom het patroon te doorbreken

Als die grote groep de mond opendoet, het pesten signaleert en veroordeelt, kan dat een belangrijke aanvulling zijn op de inspanningen van leraren en ouders. Het zijn vooral leeftijd- en klasgenoten, die het pesten zien gebeuren en een buffer kunnen vormen tussen de kinderen die pesten en die gepest worden.

De zwijgende middengroep is geen homogene groep. Sommige kinderen in die categorie horen bijna tot de gepesten. Aan de andere kant zijn er ook kinderen die meelopen, die soms zijdelings met degene die pesten mee lachen.

### ***Klikken of melden***

Het melden van waargenomen pestgedrag aan volwassenen stimuleren en niet als klikken bestempelen. De leerlingen laten weten, dat het pesten in het verborgene gebeurt en dat ze de hulp van de volwassenen nodig hebben om het te laten ophouden. Ook wordt ze in grote trekken verteld hoe de kinderen die pesten "geholpen" worden. Melding maken van pesten is dus geen klikken, het is helpen. Het openbaar worden van het gedrag is meestal voldoende voor de kinderen om te stoppen.

*Klikken:* hierbij heb je de intentie dat de ander straf krijgt.

*Melden;* hierbij wil je degene die last heeft van andermans gedrag helpen.

Als je ziet dat er gepest wordt, maar je houdt je mond, ben je dan toch eigenlijk op een bepaalde manier ook wel schuldig aan pesten?

Wat zijn redenen om niets te zeggen als je ziet dat er gepest wordt?

Meestal zal het angst zijn om in een vervelende situatie betrokken te raken. Men vreest wraakacties van de kinderen die pesten. Er is de angst zelf ook eens gepest te worden. Soms hebben kinderen gewoon niet door hoe gemeen het pesten is, omdat het in het geniep gebeurt, zoals bijvoorbeeld seksuele intimidatie. De klasgenoten merken dan wel een bepaalde spanning, maar weten er ook het 'fijne' niet van.

Wat doe je als het niet je vriendin of je vriend is, maar gewoon een ander kind? Zeg je het dan wel of niet?

### **In de klas**

Hieronder enkele specifieke mogelijkheden wanneer er gepest wordt in de klas.

- 1 *Onbekend maakt onbemind, Oplossen i.p.v. uitstoten en inkapselen*
  - De eigenheid van de gepeste aandacht geven, waardoor de kinderen in de klas de karakteristieken van het kind niet meer als vreemd zien maar er vertrouwd mee raken.
  - De kinderen leren belangstelling te hebben voor ieders unieke eigenschappen door ze elkaar te laten bevragen over allerlei onderwerpen.
  - Ontdekken hoe de eigenheid van het gepeste kind bij kan dragen voor de klas.
- 2 *Het pedagogische verhaal.* Een verhaal wat indirect te maken heeft met de betreffende ongewenste situatie en zo verteld wordt dat de boodschap in verhaalvorm over anderen of over dieren duidelijk wordt.

Het kind zal zich veilig en makkelijk kunnen identificeren en de boodschap ervaren zonder toelichting.

  - Ook zijn er veel kinderboeken en verhalen geschreven over pesten. Deze kunnen ook gebruikt als inleiding tot een gesprek hierover. (Zie literatuurlijst verderop)

- 3 *Informatie en gesprek over pesten en de mechanismen hierbij m.n. in hogere klassen*
  - Met de kinderen de grens verhelderen tussen plagen, pesten en ruzie. (zie toelichting stap 1)
  - Met de kinderen praten over grensoverschrijdend gedrag en over hun eigen rol daarbij. Met behulp van inlevend luisteren hen helpen hun gevoelens uit te drukken.
  - De kinderen een rol geven met het in kaart brengen van de situatie. Inventariseren in de groep wie welke rol heeft: degene die pest, gepest wordt, partij kiest of meedoet, zich afzijdig houdt.
  - Samen de mogelijke oorzaken van het probleemgedrag uitzoeken. Reflecteren over groepsprocessen, normen en patronen.
  - De kinderen zelf rollenspelen over pestsituaties laten bedenken in groepjes en na de presentatie hierop reflecteren. Hierbij kunnen rollen soms omgedraaid zodat kinderen die pesten geholpen worden zich in te leven in de rol van gepest te worden.
  - Elk groepslid bewust maken van zijn eigen rol en stilstaan bij de verschillende gevoelens. (van de gepeste, de pestende enz.)
  - Met de kinderen zoeken naar over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.
  - Samen met de kinderen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen
  - Het aanstellen van bewakers van het proces.
  - Het afspreken van momenten waarop geëvalueerd wordt. In het begin dagelijks, daarna wekelijks en uiteindelijk een paar maal per jaar.
- 4 *Het aanleren en bevorderen van positieve gevoelens en eigenschappen zoals, troosten, helpen, waardering geven en het afremmen van elkaar, daar waar dat nodig is. (Zie PestPreventiePlan)*
- 5 *Het gewenste sociale klimaat in de klas kunnen bevorderen.*  
Aanraakspelletjes, massage, samenwerkingsspelletjes, coöperatief leren. Door steeds te wisselen van partners worden de kinderen steeds meer vertrouwd met elkaar.

### **Toelichting stap 7 de leraar informeert de ouders**

Afhankelijk van de omvang van het probleem worden ook ouders van andere klassen hierbij betrokken.

### **Toelichting stap 8 uitvoering plan van aanpak**

Wanneer er afspraken zijn gemaakt en deze worden uitgevoerd is er een termijn afgesproken wanneer er geëvalueerd wordt op de afspraak. Binnen deze termijn laat ieder de ander met rust ook al houdt de ander zich niet aan de afspraak. Pas bij de evaluatie komt dit ter sprake.

Wanneer de situatie dusdanig van aard is dat hierop niet gewacht kan worden kan de evaluatie vervroegd worden en de volgende afgesproken termijn korter. Dus bijvoorbeeld in plaats van na een week kan er elke dag geëvalueerd worden. Wanneer de afspraken worden nagekomen kan de termijn steeds langer worden. Dus in plaats van na een week kan er na twee weken of na een maand, 2 maand, etc.

Door de ander tussentijds met rust te laten heeft hij tijd en ruimte om te leren zonder dat er iemand bovenop zit en zo werkelijk zelfstandig zijn gewoonten te veranderen. Bij de evaluatie kan eerst het kind gevraagd worden hoe hij zelf vindt dat het gaat, zo leert het kind zichzelf waar te nemen en bewust te worden van zijn gedrag.

Bij de evaluatie, wanneer het kind zich niet aan de afspraak heeft gehouden, kun je je richten op het gedrag wat verwacht wordt door te vragen: 'Wat was er afgesproken?' Bij deze vraag gaat het kind herhalen welk gedrag verwacht wordt. Als je vraagt: 'Mocht je dit doen?' richt je een kind dan juist op wat hij niet mocht doen. Je kunt je vragen zo stellen, dat een kind een antwoord geeft waarmee hij laat zien hoe het gewenste gedrag is. Daarna ga je het kind bevestigen in zijn vermogen het positieve gedrag te laten zien. Je zegt, nadat het kind verteld heeft, wat was afgesproken: 'Oke, dit gaat lukken hè?' of iets in die trant. Je laat hierdoor merken dat je vertrouwen in het kind hebt. Je hebt natuurlijk ook kinderen, die echt niet meer

weten, wat de afspraak was. De leraar of een medeleerling kan dan deze afspraak herhalen.

## **Toelichting stap 9 bij aanhoudend pestgedrag**

### **Hulp van buiten de school**

Het zorgteam  
Begeleidingsdienst van vrijescholen  
De GGD,  
Het schoolmaatschappelijk werk

### **Verwijzing speciale hulp voor de het kind dat pest**

Kanjer training  
Heilpedagogie  
De wereld dat ben jij

### **Procedure schorsing en verwijdering**

## **Toelichting stap 10 evaluatie en nazorg**

### **Nazorg**

Op een ouderavond informeert de leraar de ouders over het vervolg. Door het instellen van bijvoorbeeld een klassenuur, waar in een kringgesprek gesproken wordt over de gebeurtenissen in de afgelopen week, kan aan een vorm van nazorg gedaan worden:  
-Hoe gaat het nu met de kinderen?  
-Waar zitten nog (kleine) knelpunten?  
-Waar is de inbreng van de leraar nog noodzakelijk?

### **Pesten voorkomen**

Het is op den duur mogelijk dat de leerlingen zich zo veilig gaan voelen dat zij hun gevoelens op een sociaal wenselijke manier leren uiten zodat dit pesterijen voorkomt. Om pesten te voorkomen is door de school het *PestPreventiePlan* opgesteld. Zie elders in deze map [in ontwikkeling].

## **Pestpreventieplan**

Het stappenplan van het Pestprotocol treedt in werking in geval van ernstige pestgevallen, het zou mooi zijn als het zover niet hoeft te komen. Daarvoor kan preventieplan gemaakt worden om systematisch te werken aan een sociaal veilig klimaat op school.

### **Doelstelling:**

*Het tot stand brengen en onderhouden van een open en veilige sfeer op school waar betrokkenen op een door hen allen gewenste manier met elkaar omgaan.*

De volgende punten kunnen hierbij worden uitgewerkt

- 1 Wensen en afspraken betreffende de omgang met elkaar verduidelijken (zie volgende paragraaf)  
De openheid op school bevorderen, openheid van ouders, leraren, en leerlingen
- 2 Scholing in communicatieve vaardigheden en conflicthantering voor leraren.  
Grensoverschrijdend gedrag begrenzen en de oorzaak van de behoefte tot grensoverschrijding onderzoeken. (zie volgende paragraaf)  
Conflictoplossing, zodanig dat zaken zich niet stapelen en escalatie wordt voorkomen.
- 3 Reflectie van leraren t.a.v. de wisselwerking tussen leraar en kinderen met betrekking tot de omgang met elkaar.
- 4 In het lesprogramma tijd besteden aan de sociale omgang met elkaar. Hiervoor kan een lesprogramma betreffende elk leerjaar opgesteld worden waar alle leraren gebruik van kunnen maken. Een sociaal-emotionele leerlijn afgestemd op de ontwikkelingsfasen van de kinderen.

- 5 Verveling beperken  
Bijvoorbeeld door gepaste differentiatie in de les en voldoende speelmogelijkheden.
- 6 Kinderen uit hogere klassen laten samenwerken met kinderen uit lagere klassen of iets voor elkaar doen of maken. (Zie volgende paragraaf)
- 7 Kinderen uit verschillende klassen samen verantwoordelijkheden geven in de organisatie en activiteiten in de school.  
Te denken valt aan de organisatie van jaarfeesten, buitenschoolse activiteiten, evenementen.
- 8 Samenwerkingsspelletjes met wisselen van partners. Competitieve spelletjes kunnen omgebouwd tot samenwerkingsspelen door een gezamenlijk doel te nemen.
- 9 Ongewenste lichamelijke aanraking kan beïnvloed worden door de aanraking te reguleren op geplande tijden om de huidhonger te stillen. Dit kan door regelmatig de kinderen elkaar te laten aanraken met behulp van spelletjes en massage. Dit blijkt een positieve invloed te hebben op omgang met elkaar.
- 10 Kinderen die er belangstelling voor hebben opleiden in conflict oplossen en inschakelen bij conflicten. Eventueel een hulppleinwacht van bijvoorbeeld 2 kinderen.
- 11 Leraren houden elkaar op de hoogte van opvallend (grensoverschrijdend) gedrag van eigen leerlingen, zodat ook in de pauzes goed toezicht gehouden kan worden en de kinderen zich ook dan omhuld voelen door volwassenen.
- 12 Op ouderavonden aandacht besteden aan het sociale klimaat in de klas (zie volgende paragraaf)
- 13 Iedereen weet wie de vertrouwenspersoon is en hoe je die kunt bereiken en iedereen kent het stappenplan in geval van pesten, zodat je weet wat de mogelijkheden zijn.
- 14 Een keer per jaar houdt elke leraar aan de hand van een gestandaardiseerde vragenlijst de sociaal-emotionele ontwikkeling van de kinderen bij. Zonodig stelt de leraar een handlingsplan op van kinderen.

