



De Pionier
Valenciadreef 6
3067 WL Rotterdam
010-4550111

'Het gevoel iemand te zijn die iets kan.'

Pestprotocol

DE PIONIER
KATHOLIEK BASISONDERWIJS
September 2017

Inhoudsopgave

1. Vooraf
2. Pesten
 - Wat is pesten?
 - Hoe wordt er gepest?
 - De gepeste leerling
 - Mogelijke signalen van gepest worden
 - De pester
 - De meelopers en de andere leerlingen
 - Het aanpakken van pesten
3. Het pestprotocol
 - Uitgangspunten
 - De vijfsporenaanpak
 - Preventieve maatregelen
4. Het stappenplan na een melding van pesten
5. Digitaal pesten
 - Wat is digitaal pesten?
 - Hoe wordt er gepest?
 - Het stappenplan na een melding van pesten
6. Bijlagen
 - Bijlage I* Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling
 - Bijlage II* Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest
 - Bijlage III* Tips voor leerlingen
 - Bijlage IV* Adviezen voor ouders
 - Bijlage V* Pestcontract 'Wij zeggen 'NEE'tegen pesten'
 - Bijlage VI* Pionier-10

1. Vooraf

Dit is het pestprotocol van basisschool de Pionier. Enerzijds bevat het richtlijnen bij geconstateerd pestgedrag, anderzijds staan er ook voorwaarden en activiteiten in die pesten kunnen voorkomen.

Dit pestprotocol heeft als doel dat alle kinderen zich gedurende hun basisschoolperiode veilig voelen. Op die manier kan een kind zich optimaal ontwikkelen.

Door regels en afspraken zichtbaar te maken, kunnen kinderen en volwassenen bij ongewenste situaties elkaar aanspreken, zodat alle kinderen met plezier naar school kunnen gaan.

Leerkrachten, leerlingen, ouders en de medezeggenschapsraad onderschrijven dit pestprotocol.

2. Pesten

Wat is pesten?

We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen slachtoffer worden. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen.

Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er grip op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten leerkrachten en anderen niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben echter een taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf) om pesten tegen te gaan.

Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben.

Voor leerkrachten betekent het dat ze groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groepssfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep. Ze maken afspraken met de klas en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden.

Plagen of pesten?

Plagen is niet hetzelfde als pesten. De verschillen kunnen als volgt worden aangegeven:

Plagen	Pesten
gelijkwaardigheid	machtsverschil
wisselend "slachtofferschap"	hetzelfde slachtoffer
humoristisch	kwetsend
af en toe	vaak/voortdurend

Een definitie van pesten op school luidt als volgt: "Pesten is het systematisch uitoefenen van psychische en/of fysieke mishandeling door een leerling of een groep leerlingen van één of meer klasgenoten, die niet (meer) in staat zijn zichzelf te verdedigen."

Met deze definitie is het verschil tussen pesten en plagen duidelijk aangegeven. Bij plagen is sprake van incidenten. Pesten echter gebeurt systematisch: een aantal keren per week, een keer per week of regelmatig.

Hoe wordt er gepest?

Met woorden:	vernederen, belachelijk maken schelden dreigen met bijnamen aanspreken gemene briefjes, mailtjes, sms-jes, whatsappberichtjes schrijven
Gebaren:	tong uitsteken, handgebaren, gezichtsuitdrukkingen
Lichamelijk:	trekken aan kleding, duwen en sjoeren schoppen en slaan krabben en aan haren trekken
Achtervolgen:	opjagen en achterna lopen in de val laten lopen, klem zetten of rijden opsluiten
Uitsluiting:	doodzwijgen en negeren uitsluiten van feestjes negeren bij groepsopdrachten
Stelen en vernielen:	afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen kliederen op boeken en schriften banden lek prikken, fiets beschadigen
Afpersing:	dwingen om geld of spullen af te geven afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen

De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dat kan met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen te maken hebben. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.

Leerlingen die gepest worden doen vaak andere dingen of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten: ze bespelen een ander instrument, doen een andere sport, zijn heel goed in bepaalde vakken of juist niet of ze praten met een accent. Een kind dat wordt gepest, praat er thuis niet altijd over.

Redenen hiervoor kunnen zijn:

- schaamte
- angst dat de ouders met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt
- het probleem lijkt onoplosbaar
- het idee dat klikken niet mag

Mogelijke signalen van gepest worden

- Niet meer naar school willen
- Thuis niet meer over school vertellen
- Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of bij anderen gevraagd worden
- Slechtere resultaten op school dan vroeger
- Gedragsverandering
- Regelmatig spullen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen
- Regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben
- Geen verjaardag willen vieren met vriendjes
- Niet buiten willen spelen
- Niet alleen een boodschap durven doen
- Niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan
- Bepaalde kleren niet meer willen dragen
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn
- Zelf blessures veroorzaken om niet naar school of de club/vereniging te hoeven gaan

De pester

Pesters zijn vaak de 'sterke' kinderen in hun groep. Zij zijn of lijken populair maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken.

Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig want in hun beleving vraagt het slachtoffer er immers om gepest te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet, of buitengesloten voelen); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken
- Het moeten spelen van een niet-passende rol
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas
- Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school; de leerkracht is autoritair en laat op een onprettige wijze blijken dat hij de baas is. Dergelijke spanningen kunnen op een zondebok worden afgereageerd.
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau)
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid)

De meelopers en andere leerlingen

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit

mee te liften met de pester. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen.

De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen. Omstanders houden het pesten in stand. Het is zaak het passieve gedrag van de omstanders te doorbreken: iedereen is er verantwoordelijk voor dat er een eind komt aan het pesten.

Het aanpakken van pesten

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de school. De vraag is hoe dat het beste kan en vooral ook hoe we dat als team het beste kunnen aanpakken. Deze vraag beantwoorden we op de Pionier met preventieve maatregelen en het ontwikkelen van dit pestprotocol.

Om te kunnen monitoren in welke mate er op de Pionier gepest wordt, wordt aan de kinderen uit groep 5 t/m 8 gevraagd de vragenlijsten van Zien! met betrekking tot pesten in te vullen. Deze lijsten worden aan het begin van het schooljaar afgenomen en aan het eind van het schooljaar nogmaals ingevuld. Op deze manier kan er een duidelijk beeld worden gegeven van de mate waarin kinderen het pesten op de Pionier ervaren.

3. Het pestprotocol

Het pestprotocol vormt de verklaring van de school en de ouders waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op school niet accepteren en dit volgens een vooraf bepaalde handelwijze gaan aanpakken.

Uitgangspunten

Een dergelijk protocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

1. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; leerkrachten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen.
2. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
3. Leerkrachten moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (het pestprotocol).
5. De school ontplooit preventieve (les)activiteiten

De vijfsporenaanpak

De vijfsporenaanpak is gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn bij het pesten: het gepeste kind, de pester, de ouders, de klasgenoten en de leerkrachten.

De verschillende aandachtspunten zijn de algemene verantwoordelijkheid van de school, waaronder het steun bieden aan het kind dat gepest wordt en de pester, het betrekken van de middengroep (de rest van de klas) bij de oplossingen van het pestprobleem en niet te vergeten aandacht voor de ouders van het gepeste en het pestende kind.

Deze methode is bedacht door de Noor Olweus. Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat dit één van de weinige effectieve manieren is om pesten aan te pakken, vooral door het effect op de lange termijn.

De algemene verantwoordelijkheid van de school

- De school zorgt dat de directie en de leerkrachten voldoende informatie hebben over het 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

Het bieden van steun aan het gepeste kind

- Het probleem wordt serieus genomen
- Er wordt uitgezocht wat er precies is gebeurd
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen, waarbij het gepeste kind uitdrukkelijk wordt uitgenodigd zelf ook na te denken over de situatie en het oplossen hiervan
- Indien nodig het inschakelen van externe hulp

Het bieden van steun aan de pester

- Het confronteren van de pester met zijn gedrag en de gevolgen hiervan voor de gepeste
- De achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
- Wijzen op gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag
- Indien nodig het inschakelen van externe hulp

Het betrekken van de middengroep 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 een verbetering van de situatie. De leerkracht komt hier in de toekomst regelmatig op terug.

Het bieden van steun aan de ouders

- Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen
- De school werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken
- De school geeft adviezen aan de ouders in het omgaan met hun gepeste of pestende kind
- De school verwijst de ouders indien nodig naar deskundige hulpverleners

De ouders van leerlingen die gepest worden, hebben er soms moeite mee, dat hun kind aan zichzelf zou moeten werken. Hun kind wordt gepest en dat moet gewoon stoppen. Dat klopt: het pesten moet stoppen. Echter een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op school; het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

Preventieve maatregelen

Elke leerkracht bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels op school (Pionier-10). Bovendien stelt elke leerkracht in samenwerking met de leerlingen de afspraken in de klas vast. Gebleken is dat kinderen die hun eigen regels mogen opstellen, zich daar beter aan kunnen houden dan aan regels opgelegd door een volwassene. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij wel door de leerkracht genoemd en onderscheiden, mochten leerlingen hier zelf niet mee komen. Daarnaast 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 wordt beschouwd.

In iedere groep op De Pionier wordt in de weken tot aan de herfstvakantie 2 keer per week lesgegeven met de methode Leefstijl. Op deze manier wordt aandacht gegeven aan de groepsvorming in de klas. Na de herfstvakantie wordt 1 keer per week Leefstijl gegeven. Indien nodig kunnen er extra lessen worden ingezet. Ook kan vanaf groep 4 gewerkt worden met Taakspel. Dit programma is voorlopig goedgekeurd door het Ministerie van OCW als anti-pestprogramma met interventies die bijdragen aan een goede omgang tussen kinderen, waardoor pesten tegengegaan kan worden. Dit is nog niet bewezen, maar het vormt samen met Leefstijl een stevige basis onder de preventieve maatregelen van de Pionier.

Er zijn op de Pionier ook mogelijkheden voor het volgen van sociale-vaardigheidstraining/ weerbaarheidstraining. Dit is onder andere Rots en Water-training of zelfverdedigingslessen vanuit Lekker Fit.

In de midden- en bovenbouw is het eventueel mogelijk de leerlingen aan het begin van het schooljaar een contract met samen gemaakte afspraken te laten tekenen (pestcontract). Het pestcontract op de Pionier heet: *'Wij zeggen NEE tegen pesten'* en kent de volgende afspraken:

- ✓ We horen er allemaal bij
- ✓ We kennen het verschil tussen plagen en pesten
- ✓ We zijn vriendelijk en beleefd
- ✓ We blijven van andere mensen en hun spullen af
- ✓ We praten ruzie uit
- ✓ We maken pesten bespreekbaar

Indien een leerkracht daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groeps gesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd.

Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de leerkracht worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de pester als het slachtoffer.

De Pionier-10

1. We horen er allemaal bij.
2. Ik ben vriendelijk en beleefd.
3. Ik zorg samen met anderen ervoor dat de school en klas netjes blijven.
4. Ik blijf van andere mensen en hun spullen af.
5. Als iemand iets doet wat ik niet leuk vind, vraag ik of hij/zij daarmee wil stoppen. Als het niet lukt, vraag ik hulp aan de juf of meester.
6. Ik kom op tijd op school.
7. Op de gang en trap, loop en praat ik rustig. Zo kan iedereen goed werken.
8. Rennen en stoeien doen we op het schoolplein.
9. Mijn mobiele telefoon gaat uit zodra ik op school ben.
10. Op het schoolplein loop ik naast mijn fiets.

4. Het stappenplan na een melding van 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 het pesten zo snel mogelijk te stoppen. De leerkracht biedt *altijd* hulp aan de gepeste en begeleidt de pester.

Stap 1

De leerkracht praat apart eerst met de gepeste en later met de pester. Aan de hand van zo concreet mogelijke voorbeelden wordt een analyse gemaakt en de ernst van de situatie ingeschat. Er wordt een notitie gemaakt in het leerlingvolgsysteem bij zowel de pester als de gepeste.

Stap 2

De leerkracht heeft een gezamenlijk gesprek met de pester en de gepeste. Het probleem wordt duidelijk geformuleerd. In dit gesprek wordt geprobeerd concrete afspraken te maken om het pesten te stoppen. Er wordt een handelingsplan opgesteld.

Als er meerdere kinderen uit de groep betrokken zijn bij het pestgedrag zal de leerkracht klassikaal aandacht besteden aan het probleem. Hierbij kan gebruik gemaakt worden van de methode Leefstijl. Het is belangrijk dat alle kinderen een gezamenlijke verantwoordelijkheid voelen. Alle kinderen moeten zich veilig voelen op school. Het melden van pesten is geen klikken.

De leerkracht observeert nauwkeurig. Binnen één week vindt er een evaluatie plaats.

Stap 3

Wanneer de leerkracht de situatie als 'ernstig' inschat worden de ouders van zowel de gepeste als de pester op de hoogte gebracht. Er worden mededelingen gedaan over de gemaakte afspraken. Het handelingsplan wordt naar de ouders van beide partijen gecommuniceerd.

Het is ook mogelijk dat ouders de eerste melding hebben gedaan over pestgedrag. In dit geval vindt altijd terugkoppeling plaats naar de ouders.

Stap 4

De leerkracht voert een evaluatief gesprek met de pester en de gepeste (de leerkracht schat zelf in wat het beste is; afzonderlijk of gezamenlijk) om te bekijken of de afspraken zijn nagekomen.

Indien de afspraken niet zijn nagekomen wordt een analyse gemaakt van het mislukken. De leerkracht overlegt met de intern begeleider en/of gedragsspecialist. Er wordt een nieuw handelingsplan opgesteld dat met de ouders wordt besproken. Indien nodig wordt het team op de hoogte gebracht, bijvoorbeeld in verband met het toezicht houden op het plein en in de gangen.

Stap 5

Na twee weken is er opnieuw een evaluatief gesprek tussen leerkracht en leerlingen. Indien de afspraken niet zijn nagekomen, wordt er opnieuw een handelingsplan opgesteld. Hierbij kan externe deskundigheid worden ingeschakeld van bijv. schoolmaatschappelijk werk, de schoolarts van het CJG, een sova-training. De ouders van beide partijen worden wederom op de hoogte gesteld.

Eventueel kan er besloten worden stap 6 uit te voeren:

Stap 6

Er volgt een gesprek met alle ouders uit de groep over het pestprobleem in de groep. Dit gebeurt met name als er sprake is van een grote zwijgende middengroep die niet op het pestgedrag reageert of durft te reageren of meedoet met de pester uit angst. Dit gesprek wordt geleid door een directielid of intern begeleider. De leerkracht van de groep is bij dit gesprek aanwezig. Er worden in dit gesprek geen namen genoemd, ook wordt niet ingegaan op details.

Het doel van de bijeenkomst is informatieverstrekking over het probleem in de groep. Er wordt ook ingegaan op de vraag wat ouders kunnen doen om het gedrag te beïnvloeden. In het uiterste geval kan in overleg met alle partijen (leerkracht, team, ouders, intern begeleider en directie) nog twee stappen worden gezet:

Stap 7

Een leerling (pester of gepeste) wordt (tijdelijk) in een andere groep geplaatst.

Stap 8

Het protocol schorsen en verwijderen treedt in werking voor de pester.

Wanneer de gepeste lichamelijk letsel, of materiele schade is toegebracht, kan verwezen worden naar de politie en indien nodig naar Bureau Slachtofferhulp.

5. Digitaal pesten of cyberpesten

Wat is cyberpesten?

Cyberpesten (of digitaal pesten) is het pesten [of misbruiken] via het internet of via mobiele telefoon. Cyberpesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

Hoe wordt er gepest?

- pestmail (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van haatmail of het dreigen met geweld in chatrooms.
- het tegenkomen van ongewenst materiaal zoals: porno en kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- ongewenst contact met vreemden
- webcam-seks: beelden die ontvangen worden kunnen opgeslagen worden en te zijner tijd misbruikt worden
- hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pestmail.

Het stappenplan na een melding van cyberpesten

1. Bewaar de berichten.

[Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren.]

2. Blokkeer de afzender.
3. Probeer de dader op te sporen.

Het is mogelijk om uit het IP-adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden.

4. Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling.

Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.

5. Verwijs de ouders zo nodig door.

Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:

- 0800-5010: de onderwijstelefoon
- 0900-11131113: de vertrouwensinspectie

6. Adviseer aangifte.

In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kan verwezen worden naar Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl, tel: 0900-0101)

6. Bijlagen

Bijlage 1

Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem
- Door wie word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak word je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Zijn er jongeren die jou wel eens proberen te helpen?
- Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?

Aanpak

Bespreek samen met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:

- Hoe communiceert de leerling met anderen?
- Welke lichaamstaal speelt een rol?
- Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
- Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Diep van binnen geven ze de pester gelijk. Besteed hier aandacht aan en versterk de eigenwaarde van de gepeste leerling.

Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Het doel van dit gesprek is driedelig:

- De leerling confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan
- Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
- Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt

Confronteren

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde. Confronteren is:

- probleemgericht en gericht op gedrag wat waar te nemen is. Zodra interpretaties worden gegeven aan gedrag, wordt het persoonsgericht, bijvoorbeeld: 'Je hebt cola in de tas van Manon laten lopen. Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent!' Zodra er wordt geïnterpreteerd, wordt een gevoel van frustratie afgereageerd op de ander, stopt confronteren en begint bekritisieren.
- relatiegericht. Duidelijk op de inhoud, in wat wel en niet gewenst is maar met behoud van de relatie. Bijvoorbeeld: 'Ik vind dat je heel erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt.' Zeg nooit: 'Je *bent* heel gemeen.' Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. De relatie met de leerling moet in stand gehouden worden.
- specifiek blijven. Benoem de situatie waar het over gaat en vermijd woorden als altijd, vaak en meestal.
- veranderingsgericht. Stel zaken vast en inventariseer vervolgens hoe het anders kan. Nodig de pester uitdrukkelijk uit hierover mee te denken en met oplossingen te komen.

Achterliggende oorzaken

Nadat het probleem benoemd is, wordt gevraagd naar de oorzaken voor het pesten al zullen deze vragen voor veel kinderen moeilijk te beantwoorden zijn. Vragen zijn bijvoorbeeld: 'Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Voel jij je fijn in de klas?'

Maak duidelijk dat er een tekort aan inlevingsvermogen zichtbaar wordt in dit gedrag en vraag wat de leerling hieraan denkt te gaan doen. Bied zo nodig hulp aan van de schoolmaatschappelijk werker (op vrijwillige basis).

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt.

Tips voor leerlingen

Wat kun je doen om digitaal pesten en misbruik te voorkomen?

- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt.
- Gebruik een apart hotmailadres om jezelf te registreren op websites. Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam als chat.
- Zorg dat je wachtwoorden geheim blijven en niet makkelijk te raden zijn. Als anderen wel binnen zijn gekomen, neem dan contact op met de beheerder van de site.
- Als je een vervelend gevoel hebt over iets wat je hebt gezien of meegemaakt, vertrouw dan op je gevoel en vertel het aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf zelf respectvol naar anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Bel of mail niet zomaar met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders dit weten.
- Verstuur zelf geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. Let vooral op bij foto's van jezelf. Als je een foto op internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden.
- Wees zeer voorzichtig met het gebruik van je webcam. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan andere personen te laten zien of voor doeleinden gebruikt worden die jij niet wilt.

Wat kun je tegen cyberpesten en misbruik doen?

- Niet persoonlijk opvatten als het van mensen komt die je niet kent. De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijker gaan schelden.
- Reageer niet op pestmails of andere digitale pesterijen. Verwijder de e-mail zo mogelijk zonder hem te openen. Als je niet reageert, gaan pesters vaak op zoek naar iemand anders om te pesten.
- Blokkeer de afzender. Als het gaat om sms-jes of whatsapp-berichtjes op de mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.
- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op. Uit het IP-adres van de e-mail kan soms worden afgeleid, van welke computer de e-mail verzonden is. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail aan kan nemen. Men heeft daar ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie de mail heeft verstuurd. Bel de helpdesk op.
- Bij stalken kun je aangifte doen bij de politie. Het is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen: www.pestenslaf.nl

Adviezen voor ouders

Ouders van gepeste kinderen:

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken
- Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt

Ouders van pesters:

- Neem het probleem van uw kind serieus
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans een pester te worden
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet
- Besteed extra aandacht aan uw kind
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport of andere activiteit.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat

Alle andere ouders:

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag
- Geef zelf het goede voorbeeld
- Leer uw kind voor anderen op te komen
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen

Pestcontract voor midden- en bovenbouw



De Pionier
Valenciadreef 6
3067 WL Rotterdam
010-4550111

‘Het gevoel iemand te zijn die iets kan.’

‘Wij zeggen NEE tegen pesten’

Omdat we willen dat iedereen zich fijn voelt op de Pionier, maken we de volgende afspraken over (niet) pesten:

- ✓ We horen er allemaal bij
- ✓ We kennen het verschil tussen plagen en pesten
- ✓ We zijn vriendelijk en beleefd
- ✓ We blijven van andere mensen en hun spullen af
- ✓ We praten ruzie uit
- ✓ We maken pesten bespreekbaar

Datum:

Naam:

Handtekening:



De Pionier
Valenciadreef 6
3067 WL Rotterdam
010-4550111

***'Het gevoel iemand te zijn
die iets kan.'***

De Pionier-10

1. We horen er allemaal bij.
2. Ik ben vriendelijk en beleefd.
3. Ik zorg samen met anderen ervoor dat de school en klas netjes blijven.
4. Ik blijf van andere mensen en hun spullen af.
5. Als iemand iets doet wat ik niet leuk vind, vraag ik of hij/zij daarmee wil stoppen. Als het niet lukt, vraag ik hulp aan de juf of meester.
6. Ik kom op tijd op school.
7. Op de gang en trap, loop en praat ik rustig. Zo kan iedereen goed werken.
8. Rennen en stoeien doen we op het schoolplein.
9. Mijn mobiele telefoon gaat uit zodra ik op school ben.
10. Op het schoolplein loop ik naast mijn fiets.