

Anti-pestprotocol

Pniëlschool

Inhoudsopgave

	Paginnummer
1. Doel en inhoud van het pestprotocol	3
2. Achtergrond informatie	4
3. Signalen	8
4. Wat doen wij om pestgedrag zoveel mogelijk te voorkomen?	9
5. Digitaal pesten	11
6. Hoe te handelen in situaties waarin pestgedrag wordt gesignaleerd?	12
Contactpersonen en instanties	16
Aanvullende mogelijkheden	16
Leidraad No Blame aanpak	17

Hoofdstuk 1 Pestprotocol

1.1 Waarom een pestprotocol?

Het team van de Pniëlschool heeft als doel onze kinderen een veilig leef- en pedagogisch klimaat te bieden zodat de kinderen zich op een prettige en positieve manier kunnen ontwikkelen. De leerkrachten kunnen deze ontwikkeling bevorderen door het scheppen van een veilig klimaat en een prettige werksfeer binnen de groepen en op het schoolplein.

1.2 De inhoud van dit pestprotocol

In het pestprotocol zijn de volgende aspecten opgenomen:

- Basisinformatie over pesten
- Plan van aanpak voor situaties waarin pestgedrag wordt gesignaleerd
- Overzicht van regels en afspraken, zichtbaarheid en toepasbaarheid van deze regels
- Betrokkenheid alle partijen: leerlingen (gepesten, pesters en meelopers), leraren en ouders

1.3 De doelstelling van dit pestprotocol

Met dit pestprotocol willen wij als leerkrachten van onze school, samen met de leerlingen en ouders een positieve en effectieve bijdrage leveren aan het voorkomen en bestrijden van pestgedrag.

- De leerkrachten kunnen het pestgedrag tijdig signaleren en onderkennen
- Het pestprotocol vormt een plan van aanpak ten aanzien van:
 - Het voorkomen van pestgedrag
 - Het tijdig signaleren van pestgedrag
 - Het remediëren van pestgedrag
 - De samenwerking tussen ouders en school om pestgedrag te voorkomen en te remediëren

Hoofdstuk 2 Achtergrondinformatie

2.1 Wat verstaan we onder pesten?

Het verschijnsel is een zondebokfenomeen. Dit houdt in dat leden van een groep om een bepaalde reden een soortgenoot geestelijk en/of lichamelijk 'mishandelen' (dit is een natuurlijk verschijnsel). Pesten kent duidelijk andere kenmerken dan plagen. Uit een plaagsituatie kan wel een pestsituatie voortvloeien. Een duidelijk overzicht van de kenmerken van plagen en pesten, en de gevolgen van dit gedrag vormt een basis voor het signaleren van pestgedrag:

2.2 Pesten en plagen, het verschil

Plagen	Pesten
Is onschuldig en gebeurt onbezonnen en spontaan. Gaat soms gepaard met humor.	Gebeurt berekenend. Men weet meestal vooraf goed, wie, hoe en wanneer men gaat pesten. Men wil bewust iemand kwetsen of kleineren.
Is van korte duur of gebeurt slechts tijdelijk.	Is duurzaam. Het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig.
Speelt zich af tussen gelijken.	Ongelijke strijd. De onmachtsgevoelens van de gepeste staan tegenover de machtsgevoelens van de pester.
Is meestal te verdragen, of zelfs leuk maar kan ook kwetsend of agressief zijn.	De pester heeft geen positieve bedoelingen en wil pijn doen, vernielen of kwetsen.
Meestal één tegen één.	Meestal een groep (pester en meelopers) tegen één geïsoleerd slachtoffer.
Wie wie plaagt ligt niet vast. De tegenpartijen wisselen keer op keer.	Er bestaat een neiging tot een vaste structuur. De pesters zijn meestal dezelfde, net zoals de slachtoffers (mogelijk wisselend door omstandigheden).

Gevolgen plagen	Gevolgen pesten
Pijnlijke situaties horen bij het spel en zijn draaglijk soms zelfs prettig.	Indien niet tijdig wordt ingegrepen kunnen de gevolgen (zowel lichamelijk als psychisch) heel pijnlijk en ingewikkeld zijn en ook lang naslepen.
Waardering voor elkaar blijft bestaan. De vroegere relaties worden vlug hersteld. Het conflict (meningsverschil zonder ruzie) wordt spoedig weer bijgelegd.	Het is niet makkelijk om tot betere relaties te komen. Het herstel verloopt moeizaam.
Men blijft opgenomen in de groep.	Isolement en grote eenzaamheid bij het gekwetste kind. Aan de basisbehoefte om bij de groep te horen wordt niet voldaan.
De groep lijdt er niet onder.	De groep lijdt onder een dreigend en onveilig klimaat. Iedereen is angstig en men wantrouwt elkaar. Er is daardoor weinig openheid en spontaniteit. Er zijn weinig of geen echter vrienden binnen de groep.

Als er sprake is van een ruzie (een conflict wat niet opgelost wordt) is het belangrijk dat de leerkracht wordt ingeschakeld. Een ruzie valt niet onder plagen maar kan daar wel uit voortvloeien. Kenmerken van een ruzie zijn dat het niet regelmatig gebeurt, dat de partijen gelijk zijn, dat de partijen boos op elkaar zijn of het niet met elkaar eens zijn. Een ruzie moet uitgesproken en opgelost worden maar daarna kunnen beide partijen weer met elkaar en naast elkaar verder. Volgens het principe van de Vreedzame School moet de relatie worden hersteld.

2.3 Kenmerken van een pester

Men kan niet zomaar iemand een etiket van pester opplakken op basis van één of meer van de volgende kenmerken. Uit praktijksituaties is gebleken dat bij kinderen die pesten vaak één of meer van onderstaande kenmerken opvallen of aanwezig zijn:

- Staat vrij positief tegenover geweld, agressie en het gebruik van stoere taal.
- Imiteert graag agressief gedrag.
- Is vlugger agressief, gebruikt meer geweld.
- Is vrij impulsief.
- Heeft de neiging anderen te overstemmen of te domineren om controle te houden, maar is misschien minder zeker dan het lijkt.
- Wil het middelpunt zijn en is vlug jaloers.
- Is meestal fysiek sterker of omringd door sterke vrienden die zijn/haar gezag respecteren.
- Heeft moeite met regels, grenzen en eigen of door anderen opgelegde regels.
- Schat de gevolgen van zijn gedrag verkeerd in.
- Schat situaties verkeerd in.
- Heeft het moeilijk met stress of spanning, die van buitenaf wordt opgelegd
- Lijdt aan negatieve faalangst.
- Hoe onveiliger hij/zij zich voelt (angst om zelf gepest te worden / slachtoffer te zijn), hoe groter de behoefte aan een zondebok.
- Is niet noodzakelijk slimmer dan de rest.
- Geniet respect uit angst en niet uit waardering.
- Heeft een zwak inlevingsvermogen, is vooral met zichzelf bezig en houdt weinig rekening met anderen.

2.4 Kenmerken van het slachtoffer

Men kan niet zomaar iemand een etiket van gepeste opplakken op basis van één of meer van de volgende kenmerken. Uit praktijksituaties is gebleken dat bij kinderen die gepest worden vaak één of meer van onderstaande kenmerken opvallen of aanwezig zijn.

- Houdt niet van geweld en agressief of grof taalgebruik.
- Weet niet hoe hij met agressie van anderen om moet gaan.
- Is meestal fysiek zwakker.
- Is eerder in zichzelf gekeerd.
- Is geneigd om zich onderdanig of gediensstig te gedragen.
- Is onzeker in zijn sociale contacten.
- Durft niet op te komen voor zichzelf.
- Heeft vaak een lage dunk van zichzelf en gelooft uiteindelijk dat hij het verdient om gepest te worden.
- Voelt zich vaker eenzaam dan andere kinderen.
- Voelt niet goed aan welke regels of normen er binnen de groep gelden.
- Reageert niet op de gepaste manier op druk: begint te huilen of gedraagt zich slaafs, gaat klikken of vleien, probeert zich vrij te kopen met snoep of geld, probeert pestkoppert na te bootsen maar faalt daarin.

2.5 Mogelijke signalen bij het slachtoffer

- Het kind heeft blauwe plekken, schrammen, gescheurde kleren, beschadigde boeken en 'verliest' sportkleren en eigendommen. Extra signaal is als het kind normaal gesproken netjes is en geen verklaring kan geven of excuses zoekt.
- Het kind maakt zich het liefst onzichtbaar. Zelf zonder zichtbare aanleiding gedraagt het zich timide, verdrietig, neerslachtig of heeft onverwachte stemmingswisselingen met evt. driftbuien.
- Het kind is onhandelbaar, agressief of reageert overspannen.
- Het kind staat dikwijls alleen op de speelplaats. Er komen geen vriendjes thuis om te spelen en het wordt ook niet uitgenodigd om te spelen of op verjaardagspartijtjes.
- Het kind zoekt het veilige gezelschap van de leerkracht of andere volwassene.
- Als er groepjes worden gekozen, wordt het kind als laatste gekozen of blijft het over.
- De schoolresultaten worden opeens veel slechter.
- Het kind is vaak afwezig, letterlijk of figuurlijk. Het vlucht weg in de fantasie en zorgt ervoor dat het zo nipt mogelijk op tijd op school komt en is meteen na de bel weer weg. Op zondagavond is het kind bijzonder gestrest en zoekt redenen om niet naar school te gaan.

2.6 Mogelijke signalen bij de pester

- De vriendjes zijn volgzame meelopers die wachten op instructies.
- Het kind vindt het moeilijk om samen te spelen of samen te werken en wil graag de baas zijn.
- Het kind verdraagt geen kritiek en wordt boos als zijn positieve beeld van zichzelf ter discussie wordt gesteld, al is het bedoeld als een grapje.
- De vriendjes zijn gelijkgezinden of meelopers. Ze spreken vaak negatief of kleinerend over bepaalde kinderen. Wie niet bij de groep hoort is een zwakkeling of zelfs een vijand.
- Ze kiezen agressieve idolen uit sport, muziek of film.
- Het kind is regelmatig brutaal tegenover een zwakker gezinslid. Dit kan ook een ouder zijn.
- Het kind kan zich moeilijk inleven in de gevoelens van anderen en heeft weinig of geen schuldgevoelens.
- Het kind kan moeilijk grenzen aanvaarden die door anderen worden opgelegd.
- Je krijgt de indruk dat het kind een dubbele leven leidt: thuis of tegenover de leerkracht is het volgbaar en braaf maar je hoort klachten over het kind in onbewaakte momenten.

Hoofdstuk 3 Signalen

3.1. Observatie

Door middel van een goede observatie kunnen bepaalde signalen van pestgedrag worden opgevangen. Door het goed observeren van kinderen in de verschillende onderwijsleersituaties en spelsituaties kunnen pestsituaties al in een vroeg stadium worden gesignaleerd en kan op gepaste wijze worden ingegrepen.

3.2. Leerlingvolgsysteem

In de groepen 0, 1 en 2 wordt het observatie- en registratie instrument Kijk! gehanteerd voor het volgen van de sociaal emotionele ontwikkeling. Vanaf groep 3 gebruiken we hiervoor SCOL. In de groepsbesprekingen worden de sociaal emotionele ontwikkeling en het groepsklimaat besproken (pestgedrag signaleren, bespreken en aanpakken is hier een onderdeel van).

Hoofdstuk 4 Wat doen wij om pestgedrag zoveel mogelijk te voorkomen?

4.1. Lessen Vreedzame School

We hanteren de methode Vreedzame School. Door het geven van de lessen wordt op een actieve en preventieve wijze aandacht besteed aan sociaal-emotionele ontwikkeling en positieve groepsvorming. Pesten is een groepsprobleem, bij een positief groepsklimaat zal pesten minder snel voorkomen.

De doelen van de Vreedzame school:

Op Leerlingniveau

- Leerlingen gaan op een zorgzame en positieve manier met elkaar om (positief sociaal gedrag)
- Leerlingen lossen conflicten constructief op
- Leerlingen nemen verantwoordelijkheid voor elkaar en voor de gemeenschap

Op Leerkrachtniveau

- Leerkrachten zijn vaardig in het omgaan met conflicten en incidenten
- Leerkrachten zijn in staat om:
 - Leerlingen invloed en een stem te geven
 - Leerlingen te leren op een verantwoordelijke wijze met die stem om te gaan
 - Leerlingen positief sociaal gedrag te laten vertonen
 - Leerlingen zich gehoord en gezien te laten voelen
 - Leerlingen zich veilig te laten voelen

Op het niveau van de school

- Een sociaal en moreel klimaat waarin positief sociaal gedrag en verantwoordelijkheid ten opzichte van de gemeenschap centraal staan

In lessen en activiteiten vanuit de methode Vreedzame School rondom de gouden regels en de lessenserie omgaan met elkaar (gericht op voorkomen van pestgedrag en informeren over pesten) wordt gericht aandacht besteed aan de kenmerken van pestgedrag:

- De achtergronden van pestgedrag
- De kenmerken van pesten
- De structuren van pestsituaties
- De kenmerken van de gepeste
- De kenmerken van de pester
- De kenmerken van de volgelingen
- De kenmerken van de overige groep
- De gevolgen van pestgedrag

4.2. De grondwet

Vanuit de methode 'Vreedzame School' worden er 'gouden regels' in de klas besproken, die er samen voor zorgen dat er een veilige en prettige sfeer in de klas heerst. Uit de gouden regels vloeien ook klassenregels voort. De hieronder beschreven regels en werkwijze gelden zowel in de klassen als situaties daarbuiten. Tijdens toezicht voor schooltijd, na schooltijd, pauzes, overblijf, gym en naschoolse cursussen worden dezelfde regels gehanteerd.

- Wij zijn verantwoordelijk voor onze omgeving
- Wij zorgen dat iedereen mee kan doen
- Wij lossen conflicten op door samen te praten
- Wij houden rekening met elkaar

Vanuit de grondwet die in de school gelden worden op groepsniveau de klassenregels vastgesteld aan het begin van het schooljaar. Deze hangen zichtbaar in de groep.

4.3. Rol van de leerkracht

Alle leerkrachten zijn in het bezit van een pestprotocol en handelen conform de hierin genoemde afspraken en stappen.

Alle teamleden hebben kennis en inzicht m.b.t. de aspecten van pestgedrag en zijn vaardig in het tijdig signaleren en remediëren van pestgedrag. Wanneer hun kennis niet toereikend is schakelen zij de gedragsspecialist of intern begeleider in .

Leerkrachten creëren een veilig klimaat waarin leerlingen open kunnen communiceren en hun zorgen durven te bespreken.

Leerkrachten zijn zich bewust van hun voorbeeldfunctie (als model voor hoe om te gaan met elkaar) en handelen daarnaar.

4.4. Ouderbetrokkenheid

De ouders worden betrokken bij het programma van De Vreedzame School. Zij worden door nieuwsbrieven en workshops in de ouderkamer op de hoogte gebracht van de inhoud van de thema's van De Vreedzame School. Tijdens themabijeenkomsten in de ouderkamer wordt ook aandacht besteed aan het fenomeen "pesten" en het daarvoor opgestelde protocol. Het pestprotocol staat op de website en is op aanvraag beschikbaar voor ouders.

4.5 Actiepunten n.a.v. dit hoofdstuk

- Regels, routines en afspraken worden opnieuw vastgesteld.
- Uitbreiden van de rol van gedragsspecialist / gedragscoördinator.
- Opzetten van de ouderactiviteiten in het kader van de Vreedzame School.

Hoofdstuk 5 Digitaal pesten

5.1 Digitaal pesten

Het komt steeds vaker voor dat kinderen via sociale media op een niet prettige manier worden benaderd. De anonimiteit van de pester speelt hierbij een belangrijke rol. Hij of zij heeft minder kans op afkeuring van de groep of blijft anoniem. Uit onderzoek blijkt dat kinderen die pesten via internet dit veelal als plagen zien.

Wanneer bij digitaal pesten duidelijk is of er sprake is van kwaadaardige bedoelingen en wie hiervoor verantwoordelijk is, kan het stappenplan uit hoofdstuk 4 worden gehanteerd.

Tips voor school, ouders en kinderen met betrekking tot digitaal pesten:

- Regelmatig aan de kinderen 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.
- Alle vervelende e-mailtjes en berichten bewaren. Ze kunnen later als bewijs dienen.
- Aangifte doen bij de politie.
- Vervelende berichten aan je vader, moeder of leerkracht melden.
- 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.
- Personen die je als vervelend ervaart blokkeren en eventueel je account verwijderen.
- School kan lessen inzetten van bijvoorbeeld Bureau Halt in de bovenbouw.

Hoofdstuk 6 Hoe te handelen in situaties waarin pestgedrag wordt gesignaleerd?

6.1 Stappenplan

Onderstaand stappenplan wordt gevolgd wanneer er sprake is van (het vermoeden van) een peestsituatie. De signalering van deze situatie kan voortkomen uit melding van leerlingen, ouders, leerkrachten, andere betrokkenen, observaties of na het invullen van de veiligheidsmeter.

Stap 1: Gesprek slachtoffer

Wanneer de leerling (of ouders of andere betrokkenen) aangeeft gepest te worden vindt een eerste gesprek plaats tussen de leerkracht en de leerling. Op basis van dit gesprek wordt bepaald of er sprake is van pestgedrag of een andere ongewenste (situatie) en hoe vaak dit voorkomt.

Op basis van de uitkomsten van dit gesprek vindt er een interventie plaats.

Stap 2: Keuze vervolgstappen

- 1) Het gaat niet om een peestsituatie. De situatie wordt verder opgelost/besproken met de betrokkenen.
- 2) Het gaat vermoedelijk om een éénmalige peestsituatie. Er komt een gesprek tussen gepeste en pester waarbij het belangrijk is dat de pester het gevolg van zijn/haar daad inziet, zijn excuses maakt en aangeeft hoe hij in het vervolg ervoor gaat zorgen dat het niet meer voorkomt. De relatie wordt hersteld. Beide leerlingen worden in de gaten gehouden. Na twee weken vindt er een gesprek plaats onder leiding van de leerkracht en wanneer het pesten inderdaad niet meer voorkomt wordt het traject afgesloten. De pester wordt hierbij gewezen op de vervolgstappen (verder volgen van onderstaande stappenplan) mocht het pesten opnieuw starten (ook als dit het pesten van een ander kind betreft). In het leerlingdossier (van beide leerlingen) wordt een aantekening gemaakt. (De leerkracht is verantwoordelijk voor deze stappen).
- 3) Het gaat om meerdere malen pesten, het verdere stappenplan van dit protocol treedt in werking. De Intern begeleider wordt ingelicht en maakt deel uit van het verdere proces.

Stap 3: De steungroepaanpak

De steungroepaanpak (No blame methode) is een oplossingsgerichte strategie voor het oplossen van klachten over pesten, vooral in de basisscholen. Deze aanpak wordt ingezet als alle voorgaande stappen niet tot oplossing van het pesten hebben geleid.

Het gaat hierbij om een methode waarbij er een groep rondom het gepeste kind wordt gevormd om de peestsituatie te laten stoppen. Deze groep wordt door de leerkracht gevraagd mee te gaan helpen om het gepeste kind zich weer veilig te gaan laten voelen en het pesten direct te laten stoppen. De groep wordt gevraagd de leerkracht te helpen om de gepeste te beschermen en ondersteunen zodat hij/zij zich weer prettig voelt en niet gepest weet.

Compacte beschrijving steungroepaanpak (No blame methode)

Wanneer de steungroepaanpak wordt toegepast, wordt dit gecoördineerd door de School Maatschappelijk Werkster (SMW).

De leerling voor wie de steungroep gestart wordt, noemen we hieronder 'leerling x'. De naam kan ingevuld worden.

Stap	Inhoud
1	Alle betrokkenen (leerkracht, RT-leerkracht, intern begeleider) nemen kennis van de steungroep aanpak.
2	Voer een gesprek met leerling x over de gebeurtenissen in de groep. <ul style="list-style-type: none"> • Wat gebeurt er als je boos/gepest/... wordt? • Wanneer gebeurt het? • Wie zouden je kunnen helpen?
3	Vraag of leerling x hulp wil en leg het plan in het kort voor.
4	Geef de opdracht aan leerling x om de komende periode op te letten wat kinderen doen om aardig te zijn voor hem en hem te helpen om rustig te blijven bij conflictsituaties. Spreek af om over een week te horen wat er opvalt.
5	Formeer (in overleg met alle betrokkenen van stap 1) een steungroep (5 á 8 leerlingen) die bestaat uit alle categorieën die in stap 2 besproken zijn (een "pester", omstanders en hulpvaardige kinderen)
6	Gesprek met de steungroep (zonder leerling x) (NO BLAME!!) <ul style="list-style-type: none"> • Benadruk dat de leerlingen gekozen zijn omdat je een probleem hebt waarvan je zeker verwacht dat ze jou erbij kunnen helpen. • Iedereen op school moet zich prettig voelen. • Wat helpt jou als je boos bent of verdrietig? • Vertel dat leerling x zich soms niet prettig voelt op school. Vraag of de groep dat herkent. (de groep mag ook best aangeven wat leerling x doet waardoor ze hem/haar zo irritant vinden).
7	Leg het plan voor en maak afspraken met de steungroep (zonder leerling x) <ul style="list-style-type: none"> • Willen jullie mij helpen de klas voor iedereen een prettige plek te maken? • Wat kunnen jullie doen om mij te helpen om de klas voor leerling x een prettige plek te maken. • Noteer in steekwoorden wat de steungroep kan doen (bijvoorbeeld: naast hem/haar zitten bij gym, 'goedemorgen' zeggen, vragen of hij/zij wil meespelen, er iets van zeggen als iemand pest of uitlacht, etc.) • Laat het de ideeën van de individuen zelf zijn en complimenteer elke inbreng!! (Keur geweld naar pesters liefdevol af) • Spreek af om over 2 weken te horen wat de steungroep heeft kunnen doen. • Bedanken, succes wensen en vertrouwen uitspreken.
8	Gesprek leerling x <ul style="list-style-type: none"> • Vraag naar de veranderingen. • Complimenteer met alle opmerkingen.
9	Gesprek met de steungroep <ul style="list-style-type: none"> • Hoe gaat het nu? • Wat heb je kunnen doen? Complimenteren! • Voelt leerling x zich prettiger op school? Hoe merk je dat? • Heb je nog tips voor leerling x? • Bedank de groep en complimenteer ze met het behaalde succes (hoe klein ook)
10	Herhaal stap 7, 8 en 9 zo nodig (maar niet vaker dan 5x). Sluit af!

Registratie vindt plaats in de dossiers van de betreffende leerlingen.
Specifieke uitwerking van de No Blame methode, zie aanhangsel.
Wanneer deze methode niet effectief blijkt (of wanneer in het verleden een leerling al heeft deelgenomen aan de No Blame methode) vervolgt men het stappenplan.

Stap 4: Plan van aanpak

Er wordt een plan van aanpak gemaakt waarin de stappen 5 t/m 10 worden opgenomen. Het plan van aanpak voorziet ook in de registratie van activiteiten en evaluaties. In het plan van aanpak worden de afspraken die gemaakt zijn met alle betrokkenen vastgelegd. Er wordt een planning gemaakt waarin alle gesprekken met alle betrokkenen worden gepland. De eventueel aanvullende activiteiten worden beschreven. Het plan van aanpak wordt met alle betrokkenen gedeeld en door alle betrokkenen ondertekend.

Stap 5: Coaching en begeleiding

Er wordt afgesproken wie de leerlingen (zowel de pester als het slachtoffer en evt. de groep, bij bijv. meelopers) gaat begeleiden in dit traject.

Stap 6: Gespreksronde

De volgende gesprekken vinden plaats:

- Leerkracht gaat in gesprek met de pester en stelt de pester verantwoordelijk. De vervolgstappen worden uitgelegd. Hierna stelt leerkracht samen met de leerling ouders op de hoogte.
- Leerkracht gaat in gesprek met ouders van de pester (dit kan evt. in aanwezigheid van hun kind) en legt al gedane interventie (No Blame methode) en de vervolgstappen uit. Hierbij gaan we uit van een gedeelde verantwoordelijkheid om de pester zijn/haar gedrag te laten verbeteren.
- Leerkracht gaat in gesprek met de gepeste en zijn/haar ouders om de maatregelen en vervolgstappen te bespreken.

Stap 7: Reflectie door de pester

De pester wordt buiten de groep geplaatst om te kunnen reflecteren op zijn/haar eigen handelen. Hierbij krijgt hij/zij de opdracht mee om :

- een reflectie te schrijven/te bedenken op zijn eigen handelen (format schrijfofdracht, hoe kan het anders)
- Het maken van excuses (dit kan middels een brief, gesprek of andere wijze) aan diegene die gepest is waarin de leerling duidelijk maakt:
- Dat hij/zij inziet wat hij/zij gedaan heeft
- Beloofd dat hij/zij niet meer zal pesten
- Aangeeft hoe het gepeste kind zal merken dat hij/zij zijn gedrag verbeterd heeft

Stap 8: bespreking in de groep

De pestsituatie wordt in de groep besproken, bijv. middels kringgesprekken.

Stap 9: Terug in de dagelijkse situatie

Na de excuses gaat de pester terug in de klas en wordt de planning gevolgd waarbij de afspraken worden nageleefd en eventueel de activiteiten worden ingezet.

Stap 10: Afsluiting

Het proces wordt afgesloten met een afrond gesprek met alle betrokkenen. Het plan van

aanpak wordt geplaatst in het dossier van de betrokken leerlingen. In het leerling dossier van de leerlingen wordt melding gemaakt van dit traject (met daarbij de verwijzing naar de bijbehorende documenten).

6.2 Herhaling van pestgedrag

Indien er weer pestgedrag door dezelfde leerling wordt geconstateerd wordt het bovenstaande stappenplan vanaf stap 5 opnieuw gevolgd . Hierbij wordt in het gesprek met de ouders en de pester tevens aandacht besteed aan de gevolgen van het aanhouden van pestgedrag na deze stap.

Bij aanhoudend pestgedrag wordt de ouders het dringende advies gegeven om externe hulp te zoeken om het gedrag van de pester te veranderen.

Indien het pesten veelvuldig voorkomt bij het slachtoffer zal met de ouders worden besproken of er wellicht externe hulp moet worden geboden.

6.3 Contactpersonen en instanties

Voor meer informatie met betrekking tot het onderwerp 'pesten' zijn de volgende boeken en sites een aanrader:

- Pesten op school met lessuggesties voor leerkrachten door Bob van der Meer ISBN 90 232 3239 9
- Pesten door Ann De Meyer, Nathalie Heurckmans en Els Vanbilloen ISBN 90-334-3078-9
- Fascinerend geweld Omgaan met agressie op school door Allan Guggenbuhl ISBN 90 5637 018 9
- Lichaamstaal door Victor van Geel Praktijkboek voor de leerkracht ISBN 90 5574 119 1
- Landelijke schoolbrochure "stop het pesten". Deze brochure is gratis en wordt uitgegeven door Nolin Uitgevers, Beukemastraat 84, 9601 BP Hoogezand, tel.: 0598 – 39 88 00.
- Mijn kind online ISBN:90 6665 577 1
- Mijn leerling online. ISBN: 90 6665 732 2

Websites

www.ggd.nl

<http://www.cjg.nl/basisschoolkind/opvoeding-en-gedrag/lastig-gedrag/pesten> www.halt.nl

Door op deze manier met het probleem „pesten” om te gaan, hopen wij het op onze school uit te bannen of het in elk geval tot een minimum te beperken en de kinderen met een veilig gevoel naar school te laten gaan.

6.4 Aanvullende mogelijkheden

In het plan van aanpak kunnen aanvullende activiteiten worden opgenomen.

- De coole kikker, kwartetspel
- Eigenwijsjes (kaarten die ondersteunen in het voeren van gesprekken)
- Spel, superheld (spel over sociale-vaardigheden)
- boeken



Leidraad No Blame aanpak (een interventie methode om pesten te stoppen)

De No Blame aanpak werd in de jaren 80 in Engeland door George Robinson en Barbara Maines ontwikkeld. De methode werd vervolgens in Zwitserland en Australië bekend. In Duitsland is de No Blame approach sinds 2002 bekend. De bond voor sociale verdediging in samenwerking met "actie mens " zijn bezig de No Blame aanpak in heel Duitsland op scholen bekend te maken en toe te passen.

Inmiddels is de No Blame approach in België, Zwitserland, Nederland en beginnend in Oostenrijk en Luxemburg met succes toegepast.

De No Blame approach is een oplossingsgerichte methode en staat in de traditie van de systeemtheorie en korte termijn therapie van Steve de Shazer. De oplossingsgerichte methode gaat in tegenstelling tot de probleem georiënteerde methode ervan uit dat er geen uitgebreide probleem-analyse noodzakelijk is om een probleem op te kunnen lossen. De No Blame methode is dan ook gericht op de mogelijke oplossing van het probleem – het slachtoffer te helpen en het pesten te stoppen. Hoe het probleem eruit ziet, hoe het is ontstaan en wie de dader is, is bij deze methode niet van cruciaal belang.

Het is de fascinatie van deze methode dat, ondanks de serieuze problematiek van het pesten er niet gestraft wordt. De aanpak vertrouwt op de resources en bekwaamheden van kinderen goede oplossingen te bedenken en toe te passen.

De No Blame aanpak is een makkelijk toe te passen en waardevol instrument om het pestgedrag te laten stoppen en het slachtoffer te helpen.

De leidraad voor de 7 stappen (zie beneden) laat je zien hoe je de stappen kan toepassen en in praktijk brengen.

Vorbereiding Stap 1: Gesprek met het slachtoffer

Om jezelf voor te bereiden op een gesprek met een gepeste leerling kan het handig zijn de volgende vragen voor jezelf te stellen:

- Wat weet je over deze leerling?
- Wat is me opgevallen de laatste tijd mbt deze leerling?
- Is de leerling de laatste weken/maanden veranderd?
- Welke positieve eigenschappen heeft deze leerling?
- Wil ik de ouders inlichten of niet?

Voor de leerlingen is het fijn dat ze worden waargenomen en dat iemand geïnteresseerd is in hun situatie.

Bestaat de mogelijkheid dat de pestsituatie opnieuw gaat optreden kan je met de leerling afspreken dat hij/zij jou altijd kan benaderen.

Stap 1 Gesprek met het slachtoffer

Aanpak gesprek met het slachtoffer:

- relatie opbouwen
- vertrouwen opbouwen
- rustig in gesprek komen

Enkele voorbeelden (als leerling als gevolg van pestgedrag niet op school was)

- *fijn dat je gekomen bent*
- *ik ben blij dat je naar school bent gekomen voor dit gesprek*
- *Maak je niet ongerust - het gaat niet over je prestaties of dat je er enkelen dagen niet op school was dat komt wel goed*

Het is handig te beginnen met je eigen waarnemingen over wat er gebeurd is dat geeft de leerling het gevoel dat je op de hoogte bent en dat hij/zij er niet alleen voor staat.

Enkele voorbeelden

- *Het is me opgevallen dat je de laatste tijd vaker ziek was*
- *Je bent een goede voetballer ik zie je de laatste tijd niet meer meedoen*
- *Het valt me op dat je de laatste tijd alleen speelt op het schoolplein en ik vraag me af of er reden is daarvoor?*
- *Je ouders zijn bezorgd*

Vragen hoe het met de leerling gaat

Het is belangrijk de leerling de mogelijkheid te geven te openen. In deze fase gaat het er niet om wat allemaal precies gebeurd is binnen de pestsituatie maar eerder om contact en na te gaan hoe het met hem/haar gaat op school in het algemeen.

Enkele voorbeelden

- *Ga je graag naar school?*
- *Voel je je hier op je gemak?*
- *Ik heb de indruk dat je je de laatste tijd niet op je gemak voelt op school – ik ken je anders. Is dat zo?*

Vraag naar de wens om verandering hoe het met de leerling gaat

Waarschijnlijk vertelt het slachtoffer dat het niet zo goed gaat, dat er moeilijkheden zijn met andere leerlingen. Dit is een goede gelegenheid te vragen of de leerling graag wil dat het weer goed komt of weer beter gaat worden op school.

- *Stel dat het weer zo kan worden als vroeger wil je dat?*
- *Wil je graag dat jouw situatie veranderd/verbeterd?*
- *De situatie zo als die nu is is niet leuk. Niet voor jou maar ook niet voor de klas ik heb er alle vertrouwen in dat we dat kunnen veranderen en ik weet ook al hoe. Wil je dat?*
- *Ik wil je graag weer zien lachen, zie je dat voor je?*
- *Ik weet zeker dat ik je kan helpen, wil je dat?*

Positief en betrokken zijn

Normaal gesproken willen de slachtoffers dat de situatie beter wordt. Maar omdat het slachtoffer de laatste tijd veel heeft meegemaakt hebben sommige leerlingen er geen vertrouwen meer in dat het weer beter wordt. Daarom is het belangrijk een positieve instelling tegenover het slachtoffer te benadrukken en te laten zien dat je een weg weet uit deze situatie.

- *Het is niet in orde wat er gebeurd is!*
- *Ik vind het belangrijk dat niemand bang naar school hoeft te gaan.*
- *Ik wil graag dat jij je lekker kan voelen op school. Niemand hoeft bang naar school te gaan ook jij zou niet bang hoeven te zijn.*
- *Jij bent niet de enige die dit overkomt. Dit is ook anderen overkomen. Het is eerder gelukt dit soort situaties te stoppen en ik weet hoe we jouw situatie kunnen veranderen.*
- *Ik weet zeker dat het niet erger gaat worden voor jou. Ik ben overtuigd dat jouw situatie gaat verbeteren nadat wij maatregelen hebben genomen. Wat denk je, wil je het proberen?*

Uitleg geven over de aanpak

Nadat de leerling heeft aangegeven dat hij/zij graag wil dat de situatie gaat veranderen en jij hebt aangegeven dat jij er alles aan gaat doen dat de situatie gaat veranderen, is het moment gekomen uit te leggen wat je gaat doen.

1. Uitleg geven over de steungroep
 - *Ik ga met enkele leerlingen uit je klas praten.*
 - *Met hen ga ik overleggen hoe wij jouw situatie en die van de klas kunnen verbeteren.*
 - *Er zijn kinderen bij de steungroep die jij leuk vindt maar er zitten ook kinderen bij die niet aardig tegen je deden.*
2. Slachtoffer erbuiten houden
 - *Jij hoeft niets te doen – ik ga alles regelen.*
 - *Jij hoeft er niet bij te zijn – ik ga het gesprek voeren.*
3. Zekerheid geven
 - *Het is belangrijk voor jou te weten dat niemand gestraft wordt en niemand in de problemen komt.*
 - *Ik ga niets doen waardoor Bas (pester) nog bozer op je gaat worden. Niemand die meedoet aan het gesprek komt in de problemen.*

Leerlingen voor de steungroep kiezen (samen met het slachtoffer)

Uit de praktijk blijkt dat het handig is met medeleerlingen te beginnen die positief bezet zijn.

- *Wie vind je aardig, met wie wil je graag bevriend zijn?*
- *Wie uit de klas is je vriendje/vriendin?*
- *Wie heeft je wel eens geholpen/ wie denk je zal je helpen?*

Het kan soms moeilijk zijn te vragen welke kinderen de problemen veroorzaken want dat zou als klikken kunnen worden beschouwd.

- *Om je te kunnen helpen moet ik weten wie niet aardig/lelijk tegen je doet.*
- *Wie doet naar tegen je (hoofdacteurs)?*
- *Wie doet er nog mee, wie is er verder bij betrokken(meeloper, toeschouwer)?*

Vertrouwelijkheid en brief of tekening

Misschien vindt het slachtoffer het leuk om een brief te schrijven aan de groep of een tekening te maken om te laten zien of horen hoe het met hem/haar gaat of hoe hij of zij zich voelt door de pestsituatie. Jij legt uit aan de leerling dat jij de brief in de groep gaat voorlezen. Hij/zij hoeft dus verder niets te doen. De rest kan hij/zij aan jou overlaten.

Misschien zijn er dingen besproken die je absoluut niet verder mag vertellen, als dat niet eerder al afgesproken is is nu het moment hierover afspraken te maken

Soms wil het slachtoffer niet dat zijn naam genoemd wordt – dat is helaas niet mogelijk. Je kan uitleggen dat je geen details over de omstandigheden hoeft te noemen maar de leerlingen moeten wel weten over wie het gaat.

Afspraak maken over nabespreking

Aan het eind van het gesprek maak je een afspraak over de nabespreking over 8 tot 14 dagen. De leerling zelf hoeft verder niets te doen maar je geeft haar/hem wel opdracht te kijken in hoeverre de situatie is veranderd.

Voor het geval dat de leerling heel bang is, is het handig af te spreken dat hij/zij altijd bij jou terecht kan.

Vorbereidingsfase voor stap 2 (praten met steungroep)

De steungroep bevat 6 tot 8 leerlingen.

- Aanvoerder
- Meeloper
- Leerlingen die tot nu toe niets met het pestgedrag te maken hadden en tot een oplossing kunnen bijdragen

- 50 % Aanvoerder, meelopers
- 50% andere leerlingen

Uitnodiging steungroep (nog steeds voorbereidingsfase)

- De uitnodiging is persoonlijk (op middelbare scholen worden scholieren vaak schriftelijk uitgenodigd)
- De uitnodiging wordt uitgesproken als een wens om hulp/steun bij de oplossing van een probleem
- De reden voor de uitnodiging wordt nog niet precies genoemd

Gesprek met de steungroep (nog steeds voorbereidingsfase)

- Het gesprek vindt plaats tijdens lestijd
- Hierbij is het handig rekening te houden met leerkrachten van leerlingen uit andere klassen m.b.t. toetsen enz.
- Het gesprek duurt gemiddeld een half uur tot drie kwartier
- De steungroep steunt de leerkracht met het doel de pestsituatie te laten stoppen – de groep steunt niet de gepeste leerling
- Binnen school zijn normaal gesproken de leerkrachten verantwoordelijk de pestsituatie te beëindigen. Alleen hebben de leerkrachten hierbij hulp nodig van de leerlingen. Juist die hulp vraag jij van de steungroep

- De leerkracht die het gesprek met de steungroep leidt moet vertrouwen van de groep hebben
- Het is niet handig een leerkracht het gesprek te laten leiden die zelf op dit moment onderdeel van het probleem is of met de leerlingen uit andere redenen niet goed overweg kan

Vorbereiding voor jezelf (houding, instelling)

Mijn houding tegenover de steungroep

- *Hoe blijf ik waardierend ondanks de moeilijke situatie?*
- *Hoe voorkom ik het maken van verwijten tegenover de pester of meelopers?*
- *Hoe maak ik de leerlingen duidelijk dat ik hun steun nodig heb?*
- *Duidelijk de sterke kanten en bekwaamheden van de leerlingen benoemen*

Hoe bouw ik het gesprek op met de steungroep?

- *Duidelijk sturen*
- *Blijf waardierend*
- *Niet oordelen*
- *Geen eigen ideeën inbrengen voor de oplossing*
- *Verwijten onderling vriendelijk onderbreken*
- *Niet reageren op provokaties of aanvallen tegenover het slachtoffer*
- *Leidt het gesprek steeds weer naar de toekomst (hoe kan de situatie verbeteren?)*
- *Houdt oogkontakt*
- *Betrek alle leerlingen van de steungroep bij het gesprek – iedereen is belangrijk voor de oplossing*

Einde voorbereiding stap 2

Stap 2: Organiseer een bijeenkomst met de steungroep

Het gesprek met de steungroep (nu echt)

- Voorbereiding ruimte
- Kring of ronde tafel
- Goede sfeer creëren
- Begroeting van ieder kind
- Soms een hand geven als teken dat hier iets belangrijks gaat gebeuren

Inleiding gesprek

In het begin weten de leerlingen nog niet wat hun te wachten staat. Het is daarom handig een positieve insteek te kiezen

- *Fijn dat jullie hier zijn*
- *Jullie zijn uit de les gehaald, ik hoop dat is geen probleem voor jullie*
- *Je kan de groep informeren hoe lang het gesprek gaat duren*

Je komt tot het onderwerp

- *Jullie vragen zich zeker af waarvoor jullie hier gekomen zijn*
- *De reden is dat ik jullie hulp nodig heb*
- *Met jullie medeleerling (Bas) gaat het niet zo goed*
Bas vindt het niet meer leuk op school

Stap 3: Uitleg probleem

Op dit moment is het belangrijk geen verwijten te maken, in de ik-taal te spreken en te laten zien dat jij je zorgen maakt

- *Ik maak me zorgen over Bas. Ik wil deze situatie graag verbeteren.*
- *Ik ben geschrokken over het feit dat iemand op onze school bang is om naar school te gaan omdat hij zich niet meer veilig voelt.*
- *Ik vind het belangrijk dat onze school een veilige plek is voor alle leerlingen. Ik denk dat wij alle een steentje kunnen bijdragen dat niemand bang hoeft te zijn op school. Daarom heb ik jullie uitgenodigd om jullie te vragen wat wij met zijn allen zouden kunnen doen dat Bas zich weer veilig voelt op school.*

Belangrijk: Geen feiten noemen wat er precies is gebeurd in de peestsituatie. Je gaat ook geen details vertellen waarover je met het slachtoffer hebt gepraat. In eerste instantie ga jij vertellen hoe het slachtoffer zich voelt. Ook het woord "pesten" ga je niet gebruiken.

Voor het geval dat het slachtoffer een tekening heeft gemaakt of een brief heeft geschreven kan jij die nu aan de groep voorlezen of laten zien.

Aan het eind van deze fase is het iedereen in de groep duidelijk wat het probleem is.

Stap 4: Deel de verantwoordelijkheid

Omgaan met schuld verwijten

Nadat het probleem is uitgelegd voelen sommige kinderen zich misschien ongemakkelijk. Nu is het belangrijk duidelijk te maken aan de groep dat het hier niet om straf of schuld gaat maar dat wij hier met zijn allen zijn om de situatie te verbeteren.

Voor het geval dat leerlingen uit de steungroep beginnen met verwijten of iemand gaan beschuldigen is het handig er niet op de verwijt in te gaan maar naar de toekomst te kijken.

- *Het is niet belangrijk voor mij uit te zoeken wie wat gedaan heeft maar hoe wij het probleem kunnen oplossen en wat wij kunnen doen dat Bas weer naar school gaat.*
- *Er zijn een hoop dingen gebeurd die niet leuk zijn. Het verleden kunnen wij niet meer veranderen. Maar wij kunnen met zijn allen kijken hoe het in de toekomst beter kan worden.*

Waarom heb je deze leerlingen in de steungroep gevraagd?

Nadat de leerlingen hebben gehoord wat het probleem is vragen zij zich soms af waarom zij erbij zitten. De leerlingen willen dan vaak weten waarom zij zijn uitgenodigd om te helpen. Het is dus handig tegenover iedere leerling een reden te kunnen noemen waarom hij/zij erbij zijn.

- *Ik heb jullie uitgenodigd omdat jullie volgens mij de juiste leerlingen zijn die mij kunnen helpen*
- *Jullie kennen Bas en jullie klas het best*
- *Ik heb jou (naam) uitgenodigd omdat het mij al vaker opviel dat jij goede ideeën hebt hoe je iemand kan helpen*
- *Jij (naam) hebt een goed contact met de meeste leerlingen uit de klas. Het is makkelijk voor jou anderen dingen uit te leggen die voor de klas belangrijk zijn.*
- *Jouw juf heeft mij verteld dat jij (naam) altijd heel betrokken bent als het met iemand niet goed gaat.*

Stap 5: Ideeën en voorstellen verzamelen

Nu is het voor de kinderen in de steungroep duidelijk dat niemand gestraft of beschuldigd wordt. Dat geeft hun gelegenheid naar oplossingen te kijken. Ieder kind krijgt de ruimte eigen ideeën in te brengen om de situatie te verbeteren.

- *Hebben jullie een idee wat ieder van jullie zou kunnen doen?*
- *Wat zouden jullie leuk vinden als jullie in deze situatie waren?*

Het is belangrijk de verzamelde ideeën vast te houden en ieder idee aan een leerling te koppelen

- *Wil jij (naam) Bas het huiswerk thuis langsbrengen*
- *Wil jij (naam) met Bas op het schoolplein spelen*
- *Wil jij (naam) met Bas een keer afspreken om te spelen*

Stap 6: Spreek je vertrouwen uit tegenover de groep

Bedanken

Je bedankt de steungroep voor al die goede ideeën en de steun. Je geeft de verdere oplossing in hun handen.

- *Ik wil jullie bedanken voor jullie hulp*
- *Jullie hebben veel ideeën verzameld en ik weet zeker dat het voor Bas zo weer mogelijk wordt om zich goed te voelen. Ik denk dat het voor de hele klas fijn is als de sfeer weer beter wordt.*
- *Ik vertrouw op jullie steun en ben overtuigd dat jullie dat voor elkaar krijgen.*

Nabespreking afspreken

Aan het eind van het gesprek met de steungroep maak jij een afspraak voor een nabespreking

- *Over 10 tot 14 dagen wil ik graag nog eens met jullie praten om te horen hoe jullie de situatie inschatten*
- *Ik ga jullie dus nog eens uitnodigen*
- *Ik ga jullie dan een op een vragen voor een gesprek*
- *Ik weet nog niet precies wanneer maar ik ga jullie dan direct aanspreken*

Afscheid met handslag (sommige leerkrachten werken met briefjes waarop de hulpopdrachten van het enkele kind staan en die zij het kind meegeven).

Stap 7: Nabespreking met het slachtoffer

Na de situatie vragen. Kinderen vertellen normaal gesproken uit zichzelf over de ontwikkeling. Als je wel vragen wilt stellen:

- *Hoe ging het de laatste weken?*
- *Hoe voel je je nu?*
- *Wat is er verbeterd?*
- *Wat heb je verder nog nodig, wat wil je nog graag anders?*
- *Is er nog iets dat ik voor je kan doen?*

Afsluiting

Als de situatie verbeterd is:

- *Als de situatie weer slechter gaat worden – laat het me a.u.b. snel weten.*

Als de situatie niet voldoende is verbeterd:

- *Ik ga nogmaals met jouw medeleerlingen praten en dan opnieuw met jou overleggen wat wij het beste verder kunnen doen*

Nabespreking met de steungroepleden (apart)

Met ieder lid van de steun groep voer je een apart gesprek. Door de leerling apart te spreken heeft deze de mogelijkheid eerlijker te zijn wat tot een betere begrip kan leiden. Ook is het uit preventie reden van voordeel ieder lid van de groep op haar of zijn bijdrage voor de oplossing aan te spreken. Omdat de leerling zich persoonlijk verantwoordelijk voelt. Het is niet om de leerling te controleren of alsnog te beschuldigen of straffen. Ook hier is het belangrijk waardering te tonen voor de bijdrage van ieder leerling van de steungroep.

Tijd: De gesprekken duren tussen 5 tot 10 minuutjes.

Uitnodiging: Het is handig van tevoren vast te leggen in welke volgorde de leerlingen naar je toe komen.

Pauze: Je kan de gesprekken ook b.v. in de pauze of op het schoolplein voeren en dan over meerdere dagen verdelen. Het is echter niet handig de gesprekken onder tijdsdruk te voeren ook al zijn het maar korte gesprekken.

Opbouw gesprek:

- *Wij hadden afgesproken dat ik iedereen nog eens aanspreek hoe het nu gaat met Bas. Ik ben benieuwd hoe jij de situatie nu inschat en of jij vindt dat de situatie verbeterd is.*
- *Vind jij het goed dat wij nu over de situatie gaan praten?*
- *Fijn dat jij bent gekomen – is het okee voor jou nu uit de les te worden gehaald?*

Aansluitend vraag jij de leerling over de situatie:

- *Wat heb jij waargenomen?*
- *Wat denk jij hoe het nu gaat met Bas?*
- *Wat denk jij is verbeterd?*
- *Wat denk jij zou moeten gebeuren dat Bas zich beter voelt in de klas?*
- *Hoe vond jij de steungroep?*
- *Hoe gaat het met jou nu?*

Afsluiting

Als de situatie is verbeterd bedank je de leerling voor de steun en hulp.

Als de situatie niet voldoende is verbeterd dan geef jij aan dat er nog een bijeenkomst met de groep zal plaatsvinden en dank jij de leerling voor de hulp.