

Bijlage 1. Antipestprotocol De Vendelier: Handreiking gespreksvoering.

In onderstaande handreiking staat beschreven op welke manier gesprekken kunnen worden gevoerd wanneer pestgedrag plaatsvindt. Deze handreikingen kan worden gehanteerd door alle volwassenen (o.a. leerkrachten, ouders/ verzorgers) die bij de opvoeding en begeleiding van kinderen betrokken zijn. Hiertoe zal dan ook in navolgende de term volwassene worden gehanteerd om degene aan te duiden die de gesprekken in gaat met de pester/ slachtoffer/ omstander.

Een gesprek met een pester en met een slachtoffer heeft vooral tot doel de problemen op individueel niveau bespreekbaar te maken. De gesprekken hebben geen therapeutisch doel aangezien de betrokken volwassene geen hulpverlener is/ hoeft te zijn. De volwassene geeft aan waar de grenzen liggen en maakt duidelijk waar de kinderen terecht kunnen. Gezamenlijk wordt gezocht naar oplossingen voor problemen.

Voorwaarden voor een individueel gesprek

- Er moet voldoende tijd zijn voor een gesprek.
- Er moet een ruimte zijn waar ongestoord gepraat kan worden.
- Het kind moet voor het gesprek begint, weten wat het doel is.
- Het gesprek moet vertrouwelijk zijn.
Soms vinden kinderen het prettiger om te praten en tegelijk wat te doen (bijv. opruimen inde klas).

Gesprek met een slachtoffer

Doelen van het gesprek:

Het kind de kans geven om zijn hart te luchten, als hij dat zelf tenminste wil.

Met kind nagaan hoe problemen in de omgang met leeftijdgenoten opgelost kunnen worden en hoe dit in de toekomst voorkomen kan worden.

Begin van het gesprek:

Maak in het begin duidelijk waarom je dit gesprek wilt voeren (bijv.: "Ik wil eens met je praten. Ik merk de laatste tijd dat jij nogal eens gepest wordt. Ik maak me daar zorgen over. Het lijkt mij voor jou heel vervelend.....").

Vraag vervolgens -heel nadrukkelijk- of het kind zelf er ook over wil praten.

Het kind mag niet het gevoel krijgen "op de pijnbank" gelegd te worden, uitgehoord te worden of wat dan ook. Als een kind er echt niet over wil praten, respecteer dat dan.

Beëindig het gesprek zonder verwijt en voeg hieraan toe dat het kind altijd bij je terecht kan als hij wel wil praten.

Handige zinnen om het gesprek aan te gaan:

Als volwassene zal je in het gesprek de deur zelf moeten openzetten. Dat kan heel goed door open vragen te stellen, zoals:

"Wat vind jij er zelf van?"

"Heb jij misschien een idee waarom ze jou pesten?"

"Hoe reageer je als het gebeurt?"

Probeer eerst vast te stellen wat het kind precies als probleem ervaart. Dat alleen al kan tijd vergen. Neem die tijd. Let erop niet zelf allerlei oplossingen aan te dragen. Formuleer deze samen met het kind:

"Hoe zou je daar nou een oplossing voor kunnen vinden? Heb je misschien zelf een idee?"

Het belangrijkste in zo'n gesprek is: luisteren.

Actief luisteren met name. Dat betekent: je inleven in de leerling en mee/ inleven. Dat kan heel goed door zinnen te gebruiken, zoals:

“Je bedoelt dat je.....?”

“Je hebt het gevoel dat.....?”

“Je probeert me duidelijk te maken dat.....?”

“Je zou het liefst willen.....?”

Aandachtspunten:

- Vermijd oordelen! Het gaat er in dit gesprek niet zozeer om wat jij als volwassene ervan vindt of denkt, maar wat het kind zelf aangeeft als probleem en als mogelijke oplossingen daarvoor.
- Als het kind over oplossingen voor zijn problemen begint te denken, neem die dan uiterst serieus. Maak eerst een rijtje “mogelijke oplossingen”, ga pas daarna met het kind na welke oplossing haalbaar is.
- Probeer samen een oplossing te kiezen die het kind fijn vindt en die ook naar jouw inschatting haalbaar en effectief is.
- Juist omdat gepeste kinderen vaak sociaal niet zo vaardig zijn, is het handig om een gekozen oplossing eerst uit te proberen. Dit kan in de vorm van een rollenspel.
- Maak na afloop van het gesprek een afspraak om de gemaakte afspraken/ handelingsaanpak te evalueren (korte termijn: max. week).
- Vermijd in het gesprek ook oordelen of verklaringen te geven voor het (pest)gedrag van andere kinderen. Er mag geen “roddelsfeer” ontstaan in het gesprek.
- Houd het gesprek, als het even kan, een beetje luchtig. Het is al moeilijk voor een kind om over dit soort onderwerpen te praten.

Gesprek met een pester

Doelen van het gesprek:

Aan het kind duidelijk maken dat het tentoongespreide gedrag voor jou onacceptabel is, een duidelijke grens stellen.

Maar ook: het kind de kans geven om zijn verhaal te vertellen en samen te zoeken naar oplossingen.

Begin van het gesprek:

Maak het kind duidelijk dat je dit gesprek beslist met hem wilt voeren en welke bedoeling je daarbij hebt. Anders dan bij het gesprek met de gepeste geldt hier:

Als het kind geen zin heeft om te praten: geef noodzaak aan en geef bij het kind aan dat het gesprek moet plaatsvinden. Het kind mag in dit geval niet zelf kiezen. Nb. Je hebt als volwassene behoefte om aan het kind duidelijk te maken waar de grenzen (in dit geval: met betrekking tot plagen/pesten) liggen en dus wil jij dit gesprek voeren.

Stappen in het gesprek.

Stap 1: Doel gesprek weergeven

Stap 2: Het benoemen van het ongewenste gedrag (objectief waarneembaar). Er mogen geen waardeoordelen aan worden gehangen, blijf neutraal wanneer de bezorgdheid wordt uitgesproken. Vervolgens het benoemen van de gevolgen van het pesten voor andere kinderen (de gepeste, de rest van de klas, de sfeer in de klas). Tot slot: geef grenzen aan welk gedrag wel/ niet wordt geaccepteerd.

Stap 3: De kans is groot dat kind na zo'n confrontatie in verzet gaat en zegt: “Ja, maar....”. Dat zijn momenten om over te schakelen op actief luisteren. Luister naar het verzet, de verklaringen van het kind. Maar blijf bij je (in stap 2) aangegeven grens: dat kan bijvoorbeeld door, na het verzet van het kind te

zeggen: ‘Je bedoelt.....?, Maar wat kan jij nu beter doen?’ (wanneer kind oorzaken buiten zichzelf zoekt). Vervolgens kan worden herhaald: “En toch vind ik het heel erg dat (benoem gevolgen van pestgedrag)’.

Soms zal het kind tijdens het gesprek laat merken dat zijn gedrag voortkomt uit een onderliggend probleem. Hiervoor zal samen met het kind naar een oplossing moeten worden gezocht. Geef ook aan dat je dit samen met andere betrokken volwassenen zal oppakken. Geef duidelijk aan waar je grenzen liggen en geef aan wanneer je informatie die het kind geeft niet voor jezelf kan houden, maar moet delen met anderen.

Soms zal zo'n confronterend gesprek over gaan in een helpend gesprek, waarbij je net als in het gesprek met de gepeste samen zoekt naar een oplossing voor het probleem van de pester.

Aandachtspunten in dit gesprek:

- Veel pesters beschouwen hun eigen gedrag als heel normaal. Ze zullen nogal eens hun schouders ophalen en mompelen “Nou ja, dat je je daar druk over maakt.....”. Vaak is dat geen onwil, maar eerder een uiting van onvermogen:
- Veel pesters weten bijna niet hoe ze zich anders moeten gedragen. Daarom zijn twee dingen aan te bevelen: heel duidelijk zijn in de grens die je aangeeft; oppassen dat je niet het kind afwijst, maar alleen zijn gedrag.

Het is mogelijk dat het tijdens zo'n gesprek voor de pester zelf duidelijk wordt, waar zijn gedrag uit voortkomt of mee samenhangt: eigen onzekerheid, een negatief beeld van zichzelf of onvermogen om op een andere manier met kinderen om te gaan. In dat geval is het zeker van belang om tijdig, in het gesprek, over te schakelen van confronteren op actief luisteren. Ga vervolgens samen met het kind na op welke manier iets aan de problemen kan worden gedaan.

Er zijn onverbeterlijke pesters. Je kunt ze heel duidelijk aangeven waar de grens ligt. Je kunt heel zorgvuldig luisteren naar hun verzet of verklaring, maar ze veranderen hun gedrag niet. In dat geval heeft het geen zin om het gesprek een aantal malen te herhalen, dan moeten er andere oplossingen/maatregelen bedacht worden. Praat er dan over op school/ met ouders.

Een gesprek met pester en slachtoffer (samen)

Stap 1: Luister actief naar/probeer je in te leven in de klacht van het kind (dat geldt zowel voor de klacht van de pester als voor de beleving van het slachtoffer); kies daarbij vooral geen partij; als je voor het ene kind kiest, kies je tegen het andere en dat kind kan zich dan afgewezen voelen.

Stap 2: Als je naar beide partijen hebt geluisterd, kun je ze vragen om met elkaar te gaan praten waar je zelf bij zit. Laat ze tegen elkaar zeggen wat ze van de situatie vinden en wat ze zouden willen. Help ze daarbij om naar elkaar te luisteren en op elkaar te reageren. Zorg ervoor dat ze elkaar tijdens het gesprek aankijken.

Stap 3: Vraag ze om samen een oplossing te bedenken waar ze allebei iets in zien. Help ze daarbij door vragen te stellen als “Wat zou je daaraan kunnen doen? Wie van jullie heeft er misschien een idee?”.

Stap 4: Laat ze samen een oplossing kiezen. Vraag aan beiden afzonderlijk of ze die oplossing “echt zien zitten”. Help ze zo nodig om met elkaar een afspraak te maken.

Stap 5: Maak met alle betrokkenen een vervolgspraak om over max. een week te kijken hoe de gekozen oplossing werkt.

Adviezen aan de ouders/ verzorgers

Tenslotte enkele adviezen over hoe ouders/ verzorgers kunnen omgaan met pestgedrag.

- 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 groepsleerkracht bespreken.
 - Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
 - Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
 - Onderneem dingen/ uitstapjes met uw kind waardoor hij/ zij zich gewaardeerd voelt
- Ouders van pesters
 - Neem het probleem van uw kind serieus
 - Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
 - Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
 - Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
 - Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
 - Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van de school staat.
- Alle andere ouders
 - Neem 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.