



Nieuwveld 61,  
5702 HW Helmond  
T 0492 - 525 177  
E [directie@kc-mozaiiek.nl](mailto:directie@kc-mozaiiek.nl)

[www.kc-mozaiiek.nl](http://www.kc-mozaiiek.nl)

# Pestprotocol

# Kindcentrum Mozaïek

## Inhoudsopgave

1. Missie	pag. 3
2. Doel van het pestprotocol	pag. 3
3. Voorwaarden van het pestprotocol	pag. 3
4. Definities	pag. 4
4.1 Plagen	pag. 4
4.2 Pesten	pag. 4
4.3 Agressie	pag. 4
5. Verschillende vormen en situaties van pesten	pag. 5
5.1 verbaal pesten	pag. 5
5.2 psychologisch pesten	pag. 5
5.3 fysiek pesten	pag. 6
5.4 digitaal pesten	pag. 6
6. Kenmerken van pesters en slachtoffers	pag. 8
6.1 signalement van pesters	pag. 8
6.2 signalement van slachtoffers van pesten	pag. 9
7. Gevolgen van pesten	pag. 10
8. Niet pesten maar aanpakken	pag. 10
8.1 Eenduidige gedragsregels en afspraken	pag. 11
8.2 Toezicht, altijd en overal!	pag. 12
8.3 'Lik op stuk beleid'	pag. 13
8.4 Een graadmeter om pesten te meten	pag. 13
9. Indien er toch sprake is van pestgedrag?	pag. 17
10. De vijfsporen aanpak	pag. 17
10.1 De leraar	pag. 17
10.2 Hulp aan de pester	pag. 17
10.3 Hulp aan het gepeste kind	pag. 18
10.4 Hulp aan de zwijgende middengroep	pag. 18
10.5 Hulp aan de ouders	pag. 19
11. Stappenplan	pag.20
12. Evaluatie	pag. 22
13. Aanbevolen boeken en websites	pag. 24
14. Bijlagen	pag. 23
Bijlage 1: Pestmeter	pag. 23
Bijlage 2: Maatjesmeter voor de leerling	pag. 29
Bijlage 3: Maatjesmeter voor de docent/mentor	pag. 30

## 1. Missie

Kindcentrum Mozaïek wil een school zijn waar kinderen, leerkrachten en ouders zich veilig en gerespecteerd voelen, waar kinderen met heel veel plezier naar toe komen om te leren en waar structuur zit in de organisatie en het leerstofaanbod. Kindcentrum Mozaïek wil zich samen met ouders inzetten om een omgeving te scheppen waarin kinderen zich optimaal kunnen en durven te ontwikkelen.

Hiertoe willen wij, samen met ouders/ verzorgers en direct betrokkenen bij een kind, streven naar een pestvrije school. Pestgedrag kan (zeer) schadelijk zijn voor zowel de slachtoffers als de pesters wanneer er niet adequaat mee wordt omgegaan.

## 2. Doel van het pestprotocol

Ons pedagogisch klimaat is er op gericht, een veilige omgeving te garanderen waarin kinderen zich optimaal kunnen ontwikkelen. Het bieden van geborgenheid, respect en structuur staat bij ons hoog in het vaandel. Wanneer er wordt gepest, is het belangrijk dat dit wordt gemeld bij een volwassene zodat er actie op kan worden ondernomen. Dit zal van iedereen binnen onze school worden verwacht.

Duidelijk moet zijn wie het anti-pestbeleid coördineert en wie aanspreekpunt is voor kinderen en ouders. Op Kindcentrum Mozaïek heeft de adjunct-directeur deze taak.

Met de volgende vier doelstellingen van dit pestprotocol willen we pestgedrag:

- voorkomen
- signaleren
- remediëren/ bespreekbaar maken
- in samenwerking met ouders de aanpak optimaliseren

## 3. Voorwaarden van het pestprotocol

- Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders/ verzorgers (hierna genoemd: ouders)
- De school moet proberen pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt. Door regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken.
- Als pesten optreedt, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen
- Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet de school beschikken over een directe aanpak.
- De leerkracht koppelt pestgedrag terug aan de intern begeleider.
- Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

## 4. Definities

Plagen, pesten en agressie liggen dicht bij elkaar en het een kan makkelijk leiden tot het ander.

### 4.1 Plagen

Als er niet echt sprake is van een slachtoffer en een dader en beide partijen even sterk zijn, dan noemen we dat plagen. Plagen gebeurt over en weer en vergroot de sociale weerbaarheid van kinderen. Zij leren zo spelenderwijs hun eigen grenzen en die van de ander kennen. Dit is goed voor hun sociaal-emotionele ontwikkeling. Leerlingen die elkaar aardig vinden plagen elkaar soms. Degene die plaagt heeft niet de intentie om de ander te beschadigen.

Beide partijen kunnen er vaak samen om lachen en zijn het ook zo weer vergeten. Kinderen met een laag zelfbeeld (dat wil zeggen 'hoe je jezelf ziet'), met weinig zelfvertrouwen, of (ex)slachtoffers van pesten kunnen vaak niet tegen plagen; zij interpreteren de gegeven signalen als pestgedrag.

### 4.2 Pesten

"Pesten is (psychisch, fysiek of seksueel) systematisch geweld van een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer klasgenoten, die niet meer in staat is/zijn zichzelf te verdedigen", aldus Bob van der Meer, expert op het gebied van veiligheid en pesten. Het gaat daarbij om systematisch misbruik van macht, waarbij een persoon niet in staat is om zichzelf te verdedigen, het slachtoffer is van negatieve acties van een of meer andere personen.

Kenmerkende aspecten van pesten zijn:

- Herhaalde actie.
- In interactie met anderen.
- Negatief ten opzichte van de ander.
- De actie is gericht op iemand die zich niet kan verweren.
- Er is sprake van machtsongelijkheid (fysiek en/of sociaal).

Bij pesten is er een duidelijke slachtofferrol en een daderrol.

### 4.3 Agressie

Agressie in deze context wordt gedefinieerd als gewelddadig handelen jegens een persoon met als doel deze persoon schade toe te brengen.

In het onderwijsverslag 2005/2006 staat ook dat het geweld op scholen toeneemt. In het basisonderwijs bleek fysiek en verbaal geweld op scholen te zijn toegenomen met zes procent ten opzichte van het jaar daarvoor. Ook het aantal meldingen van seksueel misbruik is toegenomen. De inspectie constateert ook een toename van fysiek geweld, digitaal pesten en botsingen tussen allochtone en autochtone jongeren in het onderwijs. Volgens onderzoeks- en adviesbureau DSP, dat scholen begeleidt bij de incidentenregistratie, is dat aantal slechts het topje van de ijsberg.

Er zijn volgens DSP veel meer incidenten die niet door leraren worden opgemerkt en dus niet worden gemeld. Bij een eenduidige definitie van de verschillende soorten

incidenten zal de incidentenregistratie die binnenkort wettelijk verplicht wordt gesteld voor scholen hier meer duidelijkheid in brengen.

Wederzijdse agressie is geen pesten. Omgekeerd wordt pesten wel gezien als een subtype van agressie.

## **5. Verschillende vormen en situaties van pesten**

Pesten doet zich in uiteenlopende situaties voor en er zijn verschillende vormen van pesten die zich afzonderlijk kunnen voordoen maar ook in combinatie kunnen voorkomen.

### **Vormen van pesten**

Pesten uit zich op verschillende manieren:

- verbaal
- psychologisch
- fysiek
- digitaal

Hierna worden de verschillende vormen van pesten uitgewerkt.

### **5.1 Verbaal pesten**

Bij verbaal pesten wordt het gesproken woord gebruikt om het slachtoffer 'op een verkeerd been' te zetten of belachelijk te maken. Dit gebeurt op verschillende manieren en is voor de oplettende leerkracht goed te signaleren qua dader/slachtoffer.

#### **Voorbeelden van verbaal pesten**

- Volstrekt doodzwijgen van het slachtoffer.
- Nooit de echte naam, maar een bijnaam van het slachtoffer gebruiken.
- Voortdurend zogenaamde leuke opmerkingen over het slachtoffer maken.
- Steeds het slachtoffer uitschelden.
- Het slachtoffer voortdurend van iets de schuld geven.
- Opmerkingen maken over kleding.
- Beledigende opmerkingen maken.

### **5.2 Psychologisch pesten**

Psychologisch pesten maakt diepe wonden die maar moeizaam helen. Vormen van psychologisch pesten worden door leerkrachten vaak niet opgemerkt omdat zij zich 'in het geniep' afspelen en niet door verbaal of non-verbaal gedrag worden onderstreept.

## **Voorbeelden van psychologisch pesten**

- Opzettelijk negeren van het slachtoffer.
- Overslaan bij het uitdelen van versnaperingen of uitnodigingen tijdens verjaardagen.
- Het slachtoffer laten geloven dat hij dom of lelijk is.
- Het slachtoffer laten geloven dat hij 'mislukt' is en beter niet geboren had kunnen worden.
- Isoleren van het slachtoffer van de rest van de groep.
- Het slachtoffer niet kiezen waardoor hij als laatste overblijft (bijvoorbeeld tijdens gym, pauzes, e.d.).
- Briefjes doorgeven.
- Geen afspraken maken met het slachtoffer waardoor deze in het ongewisse blijft over hetgeen hij voor een (groeps)opdracht moet doen.

## **5.3 Fysiek pesten**

### **Vormen van fysiek pesten**

- Fysiek of seksueel mishandelen.
- Bij herhaling lichaam of kleding aanraken of tegen de stoel tikken.
- Buiten school opwachten, slaan of schoppen.
- Op weg van en naar school achterna rijden.
- Bewust de verkeerde kant uitsturen.
- Als slaaf behandelen.
- Bezittingen aanraken of afpakken.
- Cadeaus eisen of geld afpersen.
- Jennen.

## **5.4 Digitaal pesten**

Onder het motto 'Pesten is laf, cyberpesten is laffer' is Stichting De Kinderconsument in het voorjaar van 2007 een anti (cyber)pestcampagne begonnen. Deze campagne is niet uit de lucht komen vallen. De aanleiding is een toename van de vraag naar voorlichtingsbijeenkomsten van de doelgroep leerlingen van groep vijf en zes. Komen er tot 2006 alleen verzoeken binnen voor groep 7/8 en brugklassen, in 2007 is een kwart vande voorlichtingsbijeenkomsten bestemd voor leerlingen groep 5/6.

Nu al heeft 98% van de kinderen in Nederland toegang tot internet. 70% van de kinderen vanaf 10 jaar heeft een mobieltje. Onder het mom van bereikbaarheid "dan weet ik waar je bent" en veiligheid "je kunt bellen als je in de problemen komt" schaffen ouders grif mobiele telefoons al dan niet voorzien van prepaid kaart of abonnement. En met die mobiele telefoons worden massaal SMS-jes gestuurd. Bijna elke tiener heeft een eigen gsm en 81% van hen MSN't. Meestal gaat het daarbij om onschuldige

praatjes over en weer met vrienden en vriendinnen, maar het is ook een middel bij uitstek om te roddelen over klasgenoten, om afspraken te maken waarbij bepaalde klasgenoten uitgesloten worden en om anoniem en onzichtbaar voor de buitenwereld te pesten.

Door de nummerherkenning uit te schakelen ziet de ontvanger van een SMS bericht niet waar het bericht vandaan komt en kan hij ook niet terugbellen of SMS-en. Maar liefst vier van de 10 kinderen zeggen dat cyberpesten in de eigen klas voorkomt, aldus Stichting De Kinderconsument.

### **Verschillende vormen van (cyber)pesten**

- SMS berichten, al dan niet met nummerherkenning
- Slachtoffer belachelijk maken in chat-rooms
- MSN berichten met dreigementen aan of privé informatie over het slachtoffer
- Privé opnames van pestgedrag via GSM op YouTube zetten
- Pesten via hyves of iets dergelijks.

Een aantal redenen waarom cyberpesten veel harder ingrijpt in het leven van het slachtoffer is de anonimiteit van de dader, de laagdrempeligheid van het internet en het feit dat de dader noch rechtstreeks noch fysiek contact heeft met het slachtoffer. Daardoor wordt de dader niet geconfronteerd met de gevolgen van zijn daden, kan hij zichzelf uitdagen om tot het uiterste te gaan en zal hij dit ook doen in de wetenschap dat hij eer krijgt van zijn werk omdat hij online veel kijkers zal trekken. De slachtoffers van cyberpesten lijden onder stress en ontwikkelen een sterk gevoel van onveiligheid die reikt tot in het gezinsleven. In het tijdschrift Klasse voor ouders wordt verwezen naar buitenlands onderzoek, waaruit blijkt dat jonge mensen die onder cyberpesten lijden drie maal zo vaak kenmerken van depressie vertonen. Een teken aan de wand, als we bedenken dat depressie een belangrijke opstap naar zelfdoding is.

Vanaf een bepaalde leeftijd wordt het toezicht op jongeren 'losgelaten' en worden zij geacht zich op verantwoorde wijze te kunnen bewegen in (cyber)space. Jongeren die onbedoeld wel eens een SMS abonnement zijn aangegaan waardoor zij en hun ouders zijn geconfronteerd met torenhoge rekeningen, zullen niet snel in dezelfde fout vervallen. Blijvende alertheid van ouders en begeleiders is wenselijk om (cyber)pesten en misbruik te voorkomen en aan te pakken.

### **Tips om cyberpesten te voorkomen**

- Check of je webcam aan staat voordat je gaat internetten, chatten of MSN-en.
- Hou je inlogcode en je wachtwoord voor jezelf en geef ze niet aan een ander.
- Neem nooit je eigen naam of je adres op in je MSN-adres.
- Zorg dat je inlogcode en wachtwoord niet makkelijk te raden zijn.
- Jij bepaalt met wie je MSN-t of chat.

### **Tips om cyberpesten aan te pakken**

- Reageer niet op pestberichten.
- Blijven 'hate-mails' komen, sla de berichten dan op als bewijs van pestgedrag.
- Blokkeer personen die jou pesten.

- Ga nooit in op verzoeken om je kleding uit te trekken voor de cam en blokkeer die persoon.
- Ga niet in op dreigementen dat ze wel eens naar je toe zullen komen, want dat kunnen ze niet.
- Alleen de politie kan je huisadres achterhalen bij de provider.
- Neem contact op met de helpdesk of met de provider om het pesten te stoppen.
- Praat erover dat je wordt gepest en vraag om hulp om het pesten te stoppen!

## 6. Kenmerken van pesters en slachtoffers

In deze paragraaf is een signaleringslijst opgenomen van kenmerken van daders en slachtoffers van pestgedrag. Het is belangrijk dat leerkrachten de kenmerken herkennen en dat zij duidelijk stelling nemen tegen pesten door de houding, gedragingen en eigenschappen van daders en slachtoffers van pestgedrag te onderkennen en dergelijke signalen meteen aan te pakken. Hoe eerder tegen pesten wordt opgetreden, des te beter kunnen de gevolgen worden beperkt.

### 6.1 Signalement van pesters

Kinderen die zelf pesten of aan de zijlijn meedoen met pesten zijn te herkennen aan de volgende houding, gedragingen en eigenschappen die afzonderlijk of in combinatie met elkaar voor kunnen komen (immers iedere leerling is uniek, ook een leerling die pest). Leerlingen met autisme vormen hierin geen uitzondering.

#### Signalement van pesters

- Wil zich machtig voelen.
- Wil controle uitoefenen.
- Vind het leuk/interessant om andere kinderen pijn te doen.
- Heeft charisma en charme.
- Weet het juiste moment te kiezen om ongezien te kunnen pesten.
- Vind het leuk om anderen te laten lijden door plagen, bedreigen, intimideren of psychisch mishandelen.
- Is heetgebakerd.
- Is impulsief.
- Kan zich moeilijk houden aan regels en afspraken.
- Onaangepast gedrag: aanvallend, oppositioneel of agressief naar medeleerlingen, ouders en leerkrachten.
- Voelen weinig medeleven voor de kinderen die zij pesten.
- Kunnen zich slecht verplaatsen in (de situatie van) een ander.
- Hebben een lage frustratiedrempel.
- Hebben een stoer voorkomen.



- Zijn betrokken bij ander asociaal of crimineel gedrag (stelen of vandalisme).

Het zal duidelijk zijn dat naarmate een signalement van een leerling meer van de signalen uit deze lijst bevat, de kans dat deze leerling behoort tot de groep van daders van pestgedrag groter is.

## **6.2 Signalement van slachtoffers van pesten**

Kinderen die de kans lopen om een potentieel slachtoffer te worden van pesten zijn te herkennen aan de volgende houding, gedragingen of eigenschappen die doorgaans in combinatie met elkaar voorkomen.

### **Signalement van slachtoffers van pesten**

- Zijn stil, gevoelig of passief.
- Zijn ongelukkig, onzeker en verward.
- Lijken verdrietig, depressief of wisselvallig.
- Zijn op hun hoede.
- Hebben een lage eigenwaarde.
- Hebben lichamelijke klachten: bijvoorbeeld hoofdpijn, buikpijn, tics of angstzweet.
- Hebben angst, stress of twijfel om naar school te gaan.
- Zijn minder gemotiveerd om te werken voor school.
- Komen gehavend uit school: vuile of kapotte kleding; beschadigde boeken.
- Vertonen kenmerken van lichamelijke mishandeling: blauwe plekken, krabbels of sneeën.
- Slapen niet goed, hebben nachtmerries of huilen in hun slaap.
- Doen letterlijk 'alles' om erbij te horen: gevaarlijk, ongewenst, onderdanig of ongepast gedrag.
- Schrikken van plotselinge uitingen van boosheid van anderen.
- Zijn sociaal geïsoleerd (weinig (boezem)vrienden).
- Denken dat alles wat een ander doet pestgedrag is.

Kinderen brengen een belangrijk deel van hun tijd op school door, doorgaans 1040 uur. Verspreid over 40 weken onderwijs is dat overdag 65% van hun tijd. De resterende tijd brengen ze thuis, bij vrienden of slapend door. Concreet betekent dit dat de kans dat signalen van pesten op school worden opgevangen groter is dan de kans dat dit thuis wordt ontdekt.

## 7. Gevolgen van pesten

*Ach joh stel je niet aan, hij plaagt je een beetje! Iedereen wordt wel eens gepest! Dingen gaan nu eenmaal niet altijd zoals jij wilt! Pesten hoort er gewoon bij! Daar word je hard van! Wen er maar aan want als je straks de maatschappij in gaat ...dan gaat het er nog veel harder aan toe! Je kunt op je werk ook niet voor elk wissewasje naar je baas rennen!*

Deze en andere uitspraken horen we maar al te vaak als een slachtoffer van pestgedrag zijn beklag komt doen. Een van de redenen hiervoor is dat degene die om hulp gevraagd wordt niet altijd de tijd en het geduld heeft om het incident goed te onderzoeken en de schuldige(n) hierop aan te spreken of van mening is dat optreden tegen pestgedrag averecht werkt. Soms ook wordt het herhaaldelijk klagen over pestgedrag gezien als aandacht vragen of zeuren en wordt het daarom, bewust of onbewust, genegeerd.

Niet- ingrijpen bij pesten, kan rampzalige gevolgen hebben. Pesten levert gevoelens op van angst, stress en minderwaardigheid. Pesten op school kan leiden tot slechtere schoolprestaties, ziekte en verzuim en kan als niet adequaat wordt ingegrepen leiden tot posttraumatische stressstoornis, depressie en kan uiteindelijk zelfs aanleiding zijn voor zelfmoord. Naar schatting heeft een op de tien zelfmoorden te maken met pesten

## 8. Niet pesten maar aanpakken!

De ernst van de problematiek rond pesten vraagt om pro-actief beleid, beleid dat integraal in de school op alle niveaus is ingevoerd en in de interne zorgstructuur is verankerd. In de uitvoering van het beleid is een pestprotocol nodig, waarin alle maatregelen om pesten te voorkomen en aan te pakken schriftelijk zijn vastgelegd. In deze paragraaf zijn de ingrediënten voor een pro-actief pestbeleid neergelegd. Deze ingrediënten zijn voor een belangrijk deel ontleend aan reeds bestaande methodieken, voor een deel gebaseerd op methodieken die hun effect in het Nederlandse onderwijsveld nog moeten bewijzen en voor een deel gebaseerd op methodieken die nog verder moeten worden ontwikkeld.

‘Niet pesten maar aanpakken!’ heeft niet de pretentie een volledige of sluitende aanpak te zijn. Immers, elke school die zich pro-actief bezig houdt met de problematiek rond pesten, levert weer andere uitdagingen, ervaringen, protocollen en methodieken op. ‘Niet pesten maar aanpakken!’ is in die zin dan ook geen pasklaar ‘recept’ en zal door scholen die ermee gaan werken verder moeten worden verfijnd en ‘op smaak’ worden gebracht.

- Eenduidige gedragsregels en afspraken.
- Toezicht, altijd en overall!
- Een ‘lik op stuk’ aanpak van pestgedrag
- Een graadmeter om pesten te ‘meten’.
- Pesters worden helpers; invoeren van een buddysysteem.
- Interventieaanpak, gericht op verbeteren van de perceptie van pestgedrag.

## 8.1 Eenduidige gedragsregels en afspraken

Belangrijk is dat deze regels en afspraken in het beleid van de school zijn verankerd en dat de leerkrachten op school deze kent en handhaaft. Dit geldt niet alleen voor het onderwijskundig personeel, maar ook voor de conciërge, de administratie en de directie van de school.

Consequent zijn is voor leerlingen belangrijk

### Tips voor regels en afspraken

- Regels moeten concreet en expliciet zijn, in termen van gewenst gedrag.
- Visualiseer regels en afspraken en hang ze overal op
- Wees consequent in het handhaven van vaste regels en afspraken.
- Zorg dat de consequenties van het niet naleven van de regels en afspraken voor iedereen duidelijk zijn.
- Bespreek afwijkingen van een afspraak of regel.
- Zorg dat persoonlijke afspraken bij het hele team bekend zijn.
- Stem de regels af met de ouders.

Belangrijker nog dan het verankeren van eenduidige regels en afspraken in het schoolbeleid en het 'eigen maken' van de regels en afspraken door het personeel van de school is het consequent handhaven van de afspraken en regels. In het basisonderwijs zijn afspraken en regels nog sterk gekoppeld aan de groepsleerkracht en weten de leerlingen in een groep precies waar ze zich bij hun leerkracht aan te houden hebben.

### Leerlingen betrekken bij het opstellen van regels

Schoolregels hangen doorgaans al in het gebouw als leerlingen voor het eerst binnenkomen. Om ervoor te zorgen dat leerlingen zich de regels 'eigen maken' is het belangrijk om aan het begin van elk schooljaar de schoolregels ten aanzien van de omgang met elkaar in de groep te bespreken en zo nodig aan te passen. Een hoofdregel op elke school zou moeten zijn 'Op onze school wordt niet gepest!' Deze hoofdregel is concreet en expliciet gesteld, in termen van gewenst gedrag. Omdat pesten een breed begrip is en het onderscheid tussen plagen en pesten vaak marginaal is, is het echter belangrijk dat deze hoofdregel tijdens leefstijl of kringgesprekken door de leerlingen zelf verder wordt uitgewerkt.

Zo wordt niet van bovenaf opgelegd wat de normen en waarden zijn, hetgeen de kans op verzet vergroot, maar bepalen de leerlingen op democratische wijze zelf wat hun eigen groepsregels zijn en krijgen zij daarmee een stuk verantwoordelijkheid voor hun eigen veiligheid en welzijn op school. Vervolgens kunnen deze groepsregels als een soort contract met elkaar worden ondertekend. Wanneer leerlingen met elkaar groepsregels opstellen en deze onderschrijven, dan vergroot dit de kans dat de regels daadwerkelijk worden nageleefd. Door de groepsregels regelmatig aan de orde te stellen en op grond van eigen waarnemingen van leerlingen, ouders en leerkrachten

regelmatig bij te stellen en aan te scherpen, groeit het besef van normen en waarden binnen de groep en wordt het fundament van de veilige school van binnenuit gelegd.

## **8.2 Toezicht, altijd en overal!**

Op school en daarbuiten zijn genoeg situaties te vinden waar daders van pestgedrag in de gelegenheid zijn om te pesten. Voorbeelden zijn:

- In de klas tijdens de les
- Tijdens pauzemomenten
- Tijdens het naar buiten gaan
- Op het schoolplein
- Op het toilet
- In de fietsenstalling
- Tijdens de gymles
- In de kleedruimte
- Tijdens schooluitjes
- In de thuissituatie
- In (cyber)space

Het is belangrijk dat wordt onderzocht waar leerlingen zich niet veilig voelen en dat samen met de leerlingen afspraken worden gemaakt en maatregelen worden getroffen om onveilige situaties te voorkomen en aan te pakken.

Door het onderwerp veiligheid regelmatig aan de orde te stellen komen die situaties aan het licht die in het kader van de veiligheid op school nader onder de loep moeten worden genomen en kunnen in samenspraak met leerlingen, ouders en leerkrachten passende maatregelen worden getroffen om de situatie te verbeteren.

'Toezicht altijd en overal!' is vaak makkelijker te realiseren dan wordt gedacht.

Bijvoorbeeld:

- door bij de deuropening te staan wanneer de kinderen binnen komen en wanneer de kinderen weer naar buiten gaan, om erop toe te zien dat zich hierbij geen ongeregelheden voordoen.
- Door de toegangsdeur naar toiletten altijd open te houden wordt de kans op onverkwikkelijke situaties aldaar aanzienlijk verkleind.
- Door allen te surveilleren wordt het moeilijk gemaakt om ongemerkt te pesten.
- Door computertafels op zodanige wijze te positioneren dat de leerkracht altijd zicht heeft op de beeldschermen kan er enerzijds op worden toegezien dat de leerlingen daadwerkelijk met schoolse zaken bezig zijn en kan anderzijds in de gaten worden gehouden of er niet wordt gepest.
- Regelmatig checken van de historie op internet(welke sites zijn recent bezocht) en MSN en inname c.q. uitzetten van de mobiletelefoons gedurende schooltijden vermindert in elk geval de mogelijkheden omtijdens schooluren te pesten in (cyber)space.

### 8.3 'Liek op stuk beleid'

Een belangrijke vraag die speelt bij de problematiek van pesten is of de school zich voldoende heeft ingespannen om de leerling zo goed mogelijk te begeleiden.

'Preventie in de vorm van een gedegen en in alle geledingen van de school breed gedragen anti-pestbeleid met vaste regels en afspraken, die zijn vastgelegd in een pestprotocol, lijkt de meest voor de hand liggende methode om pesten zoveel mogelijk te bestrijden. Dit is zo in de gebruikelijke context van 'een dadergroep' en 'een slachtoffer' binnen een groep leerlingen die geacht worden 'normaal' te kunnen functioneren. Anders wordt het wanneer er sprake is van een gemêleerde groep leerlingen met leer-, aandachts-, informatieverwerkings- of gedragsstoornissen voor wie het extra moeilijk is om op een sociaal aanvaardbare manier met elkaar om te gaan en zich aan algemeen geldende normen en waarden te conformeren.

Concreet betekent dit dat elke vorm van pesten meteen moet worden aangepakt zodra dit wordt geconstateerd of wordt gemeld aan een leerkracht of vertrouwenspersoon van de school, niet de volgende dag of een week later, maar meteen!

De boodschap van de school moet helder en consequent in alle geledingen van de school worden verkondigd: **Pesten wordt hier op school niet getolereerd, nu niet en nooit!**

Er is een pestprotocol maar belangrijker nog is het 'liek op stuk' beleid dat ten aanzien van pesten wordt gevoerd

### 8.4 Een graadmeter om pesten te meten

Mensen zijn van nature 'kuddedieren'. Zij hebben altijd in groepen geleefd en hebben sterk de behoefte om ergens bij te horen. Zij ontleen er voor een belangrijk deel hun sociale status en eigenwaarde aan. (Sociale) afwijzing doet fysiek pijn en leidt tot antisociaal gedrag. Dit geldt niet alleen voor kinderen die gepest worden maar ook voor de pesters. Pesters zijn niet zelden zelf ook slachtoffer, zij worden binnen het gezin of in de wijk onderdrukt door oudere kinderen of volwassenen, en reageren zich af op kinderen die jonger of sociaal minder vaardig zijn. Kinderen die gepest worden kunnen een lage eigenwaarde ontwikkelen die tot in de volwassenheid voortduurt. In de schooltijd kan dit leiden tot psychologische problemen, een schoolfobie, leerproblemen en depressiviteit. Ook kunnen de schoolresultaten achteruit gaan. Mensen zijn in het algemeen erg gemotiveerd om hun eigenwaarde te beschermen en door middel van hun handelen te vergroten. De sociometertheorie, ontwikkeld door Leary en zijn collega's, is een graadmeter die aangeeft hoe iemand overkomt bij andere mensen en hoe dit door eigenwaarde wordt beïnvloed. Leary veronderstelt dat eigenwaarde een katalysator is die de interactie tussen mensen stuurt en signalen afgeeft die mensen in staat stellen om zichzelf te evalueren in termen van sociaal wenselijk gedrag. Maar de sociometertheorie verklaart ook dat de werkelijke functie van eigenwaarde is het minimaliseren van de kans op afstoting in de maatschappij. Eigenwaarde wordt beïnvloed (i.c. groeit of vermindert) op basis van positieve of negatieve feedback van de omgeving. Leary heeft aangetoond dat sociale acceptatie en persoonlijke relaties

belangrijke factoren zijn om het zelfbeeld en het welbevinden van mensen te beïnvloeden. Zelfwaardering is een graadmeter of je bij de groep hoort of niet en wanneer de meter laag staat, dan ben je meer gericht op het vergaren van positieve waardering door anderen. Dit betekent dat wanneer in een klas door middel van vragenlijsten kan worden gemeten en aangetoond dat pesten laag gewaardeerd wordt, dan zal dit voor een leerling die pest een belangrijke drijfveer zijn om zijn gedrag bij te sturen en weer bij de groep te horen.

Onder het motto 'meten is weten' zijn twee instrumenten ontwikkeld die het mogelijk maken om de omvang van pesten in de klas/groep, over klassen/groepen heen en zelfs over scholen heen zichtbaar te maken.

Door regelmatig (bijvoorbeeld twee maal per jaar, voor de kerstvakantie en voor de meivakantie) alle leerlingen en leerkrachten hierop te bevragen en de resultaten in de vorm van een 'pestbrief' terug te koppelen naar het team wordt pesten een structureel onderwerp dat schoolbreed de aandacht krijgt die het verdient.

#### **8.4.1 Pestmeter**

Om scholen de mogelijkheid te bieden om per klas of groep objectief vast te stellen of er gepest wordt en in welke mate, is een pestmeter ontwikkeld voor het voortgezet (speciaal) onderwijs (bijlage I).

Naast algemene vragen over geslacht, leeftijd en het aantal vrienden/vriendinnen, worden

ook persoonlijke vragen gesteld over gepest worden en zelf pesten of meedoen met pesten op school. In de vragenlijst komen de verschillende vormen en situaties van pesten

terug, zodat het beantwoorden van de vragenlijst ook inzicht biedt in de meest voorkomende vorm(en) en situatie(s) van pesten op de betreffende school.

Belangrijke randvoorwaarden voor het gebruiken en invullen van de pestmeter zijn:

- Omdat het een momentopname betreft vullen de leerlingen uit een klas/groep bij voorkeur op één dag de pestmeter in.
- Alle leerlingen uit de klas/groep vullen de vragenlijst in.
- De vragenlijst wordt anoniem ingevuld waardoor discussies over klikken en verraad bij voorbaat uitgesloten zijn.

#### **8.4.2 Maatjesmeter**

Leerlingen die hierop expliciet worden bevraagd kunnen doorgaans precies aangeven wie

zij aardig vinden en wie niet. Ook leerkrachten kennen 'hun pappenheimers' en weten wie in de groep populair zijn en welke leerlingen niet goed liggen in de groep. Met een zogenaamde 'sociometer' kan een sociale rangorde in kaart worden gebracht die aangeeft welke leerlingen weinig aansluiting vinden in de klas/niet aardig worden gevonden en daarmee potentiële slachtoffers zijn voor pestgedrag. De 'maatjesmeter' is een simpel en doeltreffend instrument om vast te stellen en te

verifiëren welke leerlingen goed liggen in de groep en welke niet enerzijds en welke leerlingen zelf pesten en worden gepest anderzijds. De randvoorwaarden voor het gebruiken en invullen van de maatjesmeter zijn gelijk aan die van de pestmeter. De werking is als volgt. In een tabel zijn de namen van alle leerlingen van de groep onder elkaar gezet. Om sociaal wenselijke antwoorden te voorkomen is het aantal leerlingen dat mag worden aangekruist beperkt. Aan elke leerling van de groep wordt gevraagd om achtereenvolgens aan te kruisen welke drie leerlingen hij het leukst/aardigst vindt en welke drie hij het minst leuk/aardig vindt. Voorts wordt gevraagd om aan te kruisen welke leerlingen worden gepest en welke leerlingen zelf andere leerlingen pesten. Daarbij is het aantal niet beperkt. De maatjesmeter voor de leerling is opgenomen in bijlage II. Ook de leerkrachten en mentor van de groep vullen de maatjesmeter in (bijlage III). Aan hen wordt gevraagd welke leerlingen respectievelijk het meest en minst leuk/aardig worden gevonden en welke leerlingen worden gepest en zelf pesten. Door de gegevens met elkaar te vergelijken ontstaat een helder beeld over de sociale rangorde binnen de groep.

Bij deze subjectieve meting gaat het altijd om de zelfbeleving die wordt getoetst aan de beleving van de omgeving (i.c. de beleving van medeleerlingen en leerkrachten). Opvallend is dat hier grote verschillen tussen bestaan. De zelfbeleving is daarbij wel het uitgangspunt. Met betrekking tot slachtoffer zijn van pestgedrag zijn er de volgende uitkomsten mogelijk:

- Leerlingen geven aan dat zij niet worden gepest, terwijl medeleerlingen en leerkrachten aangeven dat zij wel worden gepest. Dit is de groep van de 'ontkenners', waarbij mogelijk sprake is van een verstoorde perceptie, angst voor represailles of negeren van pestgedrag als overlevingsstrategie.
- Leerlingen geven aan dat zij wel worden gepest, terwijl medeleerlingen en leerkrachten aangeven dat zij niet worden gepest. Dit is de groep van 'sociaal onopvallende leerlingen' waarbij vaak sprake is van innerlijke problemen.
- Leerlingen geven aan dat zij wel worden gepest en medeleerlingen en leerkrachten bevestigen dit. Dit is de groep van 'echte' slachtoffers van pestgedrag, vaak in combinatie met innerlijke en sociale problematiek. Een goede analyse van de problematiek op basis van gesprekken met deze leerlingen, hun ouders en de leerkrachten/mentor, een directe interventieaanpak en een 'lik op stuk' beleid is nodig om het pesten te stoppen.
- Leerlingen geven aan dat zij niet worden gepest en medeleerlingen en leerkrachten/mentor bevestigen dit. Dit is de groep leerlingen die niet wordt gepest. Indien deze leerlingen zelf ook niet pesten, kan deze groep mogelijk direct worden ingezet om pesten in de groep aan te pakken. Ook voor daders van pestgedrag is een dergelijke typologie te omschrijven:
- Leerlingen geven aan dat zij niet pesten, terwijl medeleerlingen en leerkrachten aangeven dat zij wel pesten. Dit is een groep van 'ontkenners' wiens gedrag op verschillende manieren verklaard kan worden. Ten eerste is het mogelijk dat jongvolwassenen die pesten problemen hebben in de sociale informatieverwerking, waardoor ze hun gedrag daadwerkelijk niet herkennen als

pestgedrag. Ten tweede is het mogelijk dat deze jongvolwassenen hun pestgedrag ontkennen omdat ze weten dat pesten niet geoorloofd is. Ten derde is het mogelijk dat deze jongvolwassenen hun gedrag niet zien als pestgedrag, omdat zij andere opvattingen hanteren over pestgedrag.

- Leerlingen geven aan dat zij wel pesten, terwijl medeleerlingen en leerkrachten/mentor aangeven dat zij niet pesten. Vanuit theoretisch oogpunt zou dit type leerlingen ook voor kunnen komen. Echter, vanuit wetenschappelijk onderzoek is deze groep tot op heden nog niet naar voren gekomen.
- Leerlingen geven aan dat zij wel pesten en medeleerlingen en leerkrachten/mentor bevestigen dit. Dit is de groep van 'echte' daders van pestgedrag. Over de redenen waarom jongvolwassenen pesten bestaat nog veel onduidelijkheid. Resultaten van onderzoek naar verschillende gerelateerde factoren zijn vaak tegenstrijdig (o.a. relatie tussen pestgedrag en laag zelfbeeld, persoonlijkheidskenmerken het bereiken van instrumentele doelen). Meer onderzoek op dit gebied is dus noodzakelijk. Voor de aanpak van dit gedrag is een goede analyse van de problematiek nodig, in combinatie met een directe interventieaanpak en 'lik op stuk' beleid.
- Leerlingen geven aan dat zij niet pesten en medeleerlingen en leerkrachten bevestigen dit. Dit is de groep leerlingen die niet pest. Als deze leerlingen tot de groep behoren die gepest wordt, kan deze groep mogelijk direct worden ingezet om pesten in de groep aan te pakken.



## **9. Indien er toch sprake is van pestgedrag?**

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

We gaan uit van de aanbevelingen uit de hier achter beschreven vijfsporen aanpak.

Deze is ontwikkeld door de landelijke organisaties voor ouders in het onderwijs.

Wil je pesten effectief bestrijden dan zul je de volgende vijf groepen moeten meenemen.

## **10. Vijf sporen aanpak:**

### **10.1 De leraar (signaleren en aanpakken)**

#### **Groepsniveau**

Leraren hebben een sleutelrol in de aanpak van het pesten. Zij zijn de eerst verantwoordelijken voor de aanpak van het pesten. Het is belangrijk dat zij pesten vroegtijdig signaleren en effectief bestrijden. De leraren worden ondersteund door de Intern Begeleider die, als het nodig is, ook buiten de klas met individuele kinderen of met groepjes kinderen aan de slag gaat.

#### **De ouders**

In deze fase zal de leerkracht of de intern begeleider, afhankelijk van de ernst van de zorg, de ouders op de hoogte stellen. Desnoods zal er een door school georganiseerd gesprek plaatsvinden met alle ouders uit de groep om te praten over de oplossing. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing. De leerkracht biedt altijd hulp aan het gepeste kind en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.

### **10.2 Hulp aan de pester**

Algemeen:

Er wordt uiteraard met de pester gesproken. Dit kan een probleemoplossend gesprek zijn (op zoek naar de oorzaak) om vervolgens de gevoeligheid voor wat hij met het slachtoffer uithaalt te vergroten, gekoppeld aan afspraken met evaluatiemomenten. Het advies is om de pester even de gelegenheid te bieden om zijn leven te beteren alvorens zijn ouders bij zijn wangedrag te betrekken. Natuurlijk is dit wel afhankelijk van de ernst van het pestgedrag.

#### **Begeleiding van de pester**

- Met het kind bespreken wat pesten voor de ander betekent.
- Het kind helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.
- Het kind helpen om zich aan de regels en afspraken te houden.

- Zorgen dat het kind zich veilig voelt; uitleggen wat jij als leerkracht gaat doen om het pesten te stoppen. Stel grenzen en verbind daar consequenties aan. Zorgen voor vervolg gesprekken.

### **Begeleiding van de gepeste leerling**

- Medeleven tonen en luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten
- Huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken.
- De leerling in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren.
- Zoeken en oefenen van een andere reactie bijvoorbeeld je niet afzonderen
- Het gepeste kind in laten zien waarom een kind pest.
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil
- Sterke kanten van de leerling benadrukken
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders/beter opstelt
- Zo nodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sova-training om weerbaarder te worden.
- Praten met de ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester(s)
- Zorgen voor vervolg gesprekken.

Het gepeste kind niet over-beschermen bijvoorbeeld naar school brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen'. Hiermee plaats je het gepeste kind in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.

### **10.3 Hulp aan het gepeste kind**

Uiteraard moet ook hulp aan het slachtoffer worden geboden. Kinderen die voortdurend worden gepest, kunnen op verschillende manieren reageren. De meeste kinderen worden passief en zitten er duidelijk mee. Een enkel gepest kind gaat zelf uitdagen. Beide vormen van gedrag zijn 'aangeleerd', in de zin van 'reacties op uitstoting'. Dit gedrag kan ook weer afgeleerd worden.

In dit geval zijn bijvoorbeeld sociale vaardigheidstraining, op zelfverdediging, kanjertraining

### **10.4 Hulp aan de zwijgende middengroep**

Om de zwijgende middengroep tot bondgenoot in de strijd tegen het pesten te maken zijn de

volgende acties mogelijk:

- Pesten aan de orde stellen in de klas bijvoorbeeld door aandacht voor dit pestprotocol en het onderwerp regelmatig terug te laten komen. Telkens in andere bewoordingen en ook gebruikmakend van verschillende werkvormen.
- Als een leraar met de klas spreekt over pesten, is het raadzaam geen peestsituatie in de klas als uitgangspunt te nemen, maar het onderwerp daar bovenuit te tillen. Gebeurt dit niet dan kan de klas het probleem ontkennen, bagatelliseren, het

slachtoffer de schuld geven of zeggen dat het maar een grapje is. Of de pesters gaan het slachtoffer voor zijn klikken bestraffen.

- Via rollenspel het buitengesloten zijn aan den lijve ondervinden.
- Samen met de kinderen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.

## **10.5 Hulp aan de ouders**

In de brochure 'Pesten op school, hoe ga je er mee om?' staan de volgende adviezen:

### **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.
- 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.

## 11. Stappenplan

### Stappenplan anti pestprotocol

*Vooraf: Iedere melding van pestgedrag dient serieus genomen te worden en te worden geverifieerd.*

Op het moment dat een leerling, een ouder of een collega melding maakt van pestgedrag worden de volgende stappen ondernomen. Deze stappen zijn erop gericht om het pestgedrag zo snel mogelijk te stoppen.

#### Stap 1

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

#### Stap 2

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

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

Binnen één week vindt eerste evaluatie plaats. Leerkracht zal nauwkeurig observeren.

#### Stap 3

In geval dat ouders melding hebben gemaakt van pestgedrag wordt teruggekoppeld naar de ouders. Er worden mededelingen gedaan m.b.t. de afspraken. Met de ouders wordt afgesproken dat er na de eerste evaluatie weer contact opgenomen zal worden. Deze stap zal ook worden genomen als de leerkracht de situatie als 'ernstig' inschat, zonder dat ouders melding hebben gemaakt.

#### Stap 4

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

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

Zo nee: analyse opstellen, waardoor het mis is gegaan.

Leerkracht overlegt met ib-er. Er wordt een handelingsplan opgesteld voor de komende twee weken. Team wordt hiervan op de hoogte gebracht.

Dit wordt met de ouders gecommuniceerd.

### **Stap 5**

Na twee weken is er opnieuw een gesprek tussen leerkracht en leerlingen. Verslag wordt uitgebracht aan ib-er. Zijn de effecten positief: dan langzamerhand afbouwen. Zo niet: nieuw handelingsplan opstellen, waarbij eventueel ook externe deskundigheid ingeschakeld kan worden.

#### **Opmerkingen:**

- Alle concrete acties en afspraken worden door de leerkracht vastgelegd in ParnasSys.
- Acties en afspraken dienen erop gericht te zijn het pesten onmiddellijk te stoppen en het gedrag te veranderen.
- Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals de Schoolbegeleidingsdienst, de schoolarts van de GGD of schoolmaatschappelijk werk. Eventueel kan er besloten worden om een stap 6 te ondernemen:

### **Stap 6**

Gesprek met alle ouders uit de groep over het pestprobleem in de groep. Dit met name als er sprake is van een grote zwijgende groep onder de klasgenoten die niet op het pestgedrag reageert of durft te reageren.

Dit gesprek wordt geleid door een directielid of intern begeleider. De leerkracht(en) van de groep zijn op deze avond aanwezig..

Doel: informatieverstrekking en wat kunnen ouders doen om het gedrag te beïnvloeden? Er zal ook gestimuleerd worden dat ouders onderling contact zoeken.

In het uiterste geval kunnen in goed overleg met alle partijen (leerkracht, team, ouders, ib-er en directie) nog twee stappen gezet worden:

### **Stap 7**

Een leerling (pester of gepeste) wordt tijdelijk in een andere groep geplaatst. Ook het (tijdelijk) plaatsen op een andere school behoort tot de mogelijkheden.

### **Stap 8**

De pester wordt geschorst voor maximaal vijf dagen. Mocht dit meerdere keren noodzakelijk zijn dan zal er met het Bevoegd Gezag worden overlegd of er een verwijderingprocedure voor de pester(s) in gang kan worden gezet.

## 12. Evaluatie

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

## 13. Aanbevolen boeken films en websites

### Boeken en materialen

- Dubin, N., (2008), *Het Aspergersyndroom en pesten, Gids voor ouders, leerkrachten en professionals*, Uitgeverij Pica, ISBN 9789077671290.
- Van der Meer, B. (2006), *Normen en waarden, een concrete aanpak*, Europees Expertisecentrum voor Veiligheid/E2V2, ISBN 90809190 2 0.
- Hendrikse, E. (2006), *Zwartboek over pesten op school*, Uitgeverij Free Musketeers, ISBN 90 8539 430 9.
- Baeten, M., Van Hest, J, Van Veen, L., *Wat je pest ben je zelf*, Stinafo. Dit materiaal bestaat uit een PEST DVD met beeldmateriaal, een handleiding met pesttest, een pestschrift basisonderwijs en een pestschrift voortgezet onderwijs.
- De Bleeckere, S., *BENX, psychologisch drama over anders zijn*, Filmdossier deel leerkracht en deel leerling werkbladen.

### Films

- Wat je pest ben je zelf ....., een DVD over pesten in het onderwijs, Stinafo, 2007.
- Ben X, Eyeworks, 2007.

### Websites

<http://www.pestweb.nl>

<http://www.pestten.net>

<http://prima.nigz.nl>

<http://www.socialecompetenties.nl>

<http://www.kinderconsument.nl>

<http://www.pdf-search-engine.com/dan-olweus-pdf.html>

<http://www.schoolenveiligheid.nl>

<http://video.google.nl> (zoekfunctie: pesten op school)

<http://www.pestmeter.nl> (nog niet toegankelijk: landelijke database in ontwikkeling)

## Bijlages

### ➤ Bijlage I Pestmeter

## ***Jouw school is tegen geweld en pesten!***

---

Pesten komt op alle scholen en daarbuiten voor. Leerlingen die worden gepest worden hier erg ongelukkig van en hun resultaten gaan achteruit. Sommige leerlingen hebben er nog jarenlang last van dat zij zijn gepest. Daarom is het belangrijk om pesten aan te pakken. Jij kunt helpen door deze vragenlijst in te vullen.

Er zijn verschillende manieren van pesten:

- mondeling (uitschelden of uitlachen)
- psychologisch (negeren of belachelijk maken)
- fysiek (slaan of spullen afpakken/kapot maken)
- digitaal (pesten via msn, sms, Hives of Youtube)

Je kunt hier op een verschillende manier mee omgaan. Je ziet het, je doet mee, je negeert het of je wordt misschien zelf ook gepest.

Je gaat zo een vragenlijst invullen die gaat over pesten in jouw klas/groep en op jouw school. Alle leerlingen uit jouw klas/groep gaan deze vragen invullen. Je naam wordt nergens gevraagd, dus weet ook niemand wat jij hebt ingevuld. Het is wel belangrijk dat je de vragen eerlijk beantwoordt.

Onder alle vragen staan meer antwoorden. Bij de meeste vragen kun je maar één antwoord invullen, bij sommige meer. Als je niet zeker weet welk antwoord je moet kiezen, neem dan het antwoord dat het dichtste bij jouw eigen mening in de buurt komt. Kruis dit antwoord aan en ga dan naar de volgende vraag.

### ***Hierna volgen eerst wat algemene vragen***

#### **Wat ben jij?**

Kruis 1 antwoord aan:

- een jongen
- een meisje

#### **Hoe oud ben je?**

Kruis 1 antwoord aan:

- 9 jaar
- 10 jaar
- 11 jaar
- 12 jaar
- 13 jaar
- 14 jaar

**Hoeveel goede vrienden/vriendinnen heb jij?**

Kruis 1 antwoord aan:

geen

1

2

3

4

5

meer dan 5

***Word jij gepest op school? Daarover gaan de volgende vragen.***

**Hoe vaak word jij op school gepest?**

Kruis 1 antwoord aan:

ledere les

ledere dag

ledere week

ledere maand

(bijna) nooit

**Hoe word jij meestal gepest?**

Kruis 1 antwoord aan:

verbaal/mondeling

psychologisch

fysiek

digitaal

**Op welke manieren word jij gepest?**

Kruis hieronder alles aan wat op jou van toepassing is:

mij doodzwijgen

mij niet bij mijn naam noemen maar een bijnaam gebruiken

zogenaamd 'leuke opmerkingen' over mij maken

mij uitschelden

mij steeds de schuld geven, ook als ik niets heb gedaan

opmerkingen over mijn kleding

beledigende opmerkingen maken

mij expres negeren

mij overslaan bij het uitdelen van snoep of uitnodigingen tijdens verjaardagen

mij laten geloven dat ik dom of lelijk ben

mij laten geloven dat ik 'mislukt' ben en beter niet geboren had kunnen worden

mij isoleren van de rest van de groep

mij niet kiezen waardoor ik steeds over blijf (tijdens gym, pauzes of opdrachten)

stiekem briefjes doorgeven over mij

geen werkafspraken met mij maken zodat ik niet weet wat ik moet doen

mij fysiek of seksueel mishandelen

bij herhaling mijn lichaam of kleding aanraken of tegen de stoel tikken

mij buiten school opwachten, slaan of schoppen

mij op weg van en naar school achterna rijden

mij bewust de verkeerde kant uitsturen



mij als slaaf behandelen  
mijn bezittingen (tas, lunch, boeken, fiets, kleding) aanraken of afpakken  
cadeaus eisen of geld afpersen  
jennen  
mij SMS berichten sturen, al dan niet met nummerherkenning  
mij belachelijk maken in chat-rooms  
MSN berichten sturen met dreigementen of privé informatie over mij  
privé opnames van mij via GSM op YouTube zetten

**Word je alleen gepest buiten de lesuren (tijdens leswisselingen, op de gang, tijdens pauzes, voor en na school)?**

Kruis 1 antwoord aan:

ja  
nee

**Word je ook gepest waar de docent of mentor bij is?**

Kruis 1 antwoord aan:

ja  
nee

**In welke klas/groep zit de leerling of zitten de leerlingen die jou pesten?**

Kruis 1 antwoord aan:

in mijn klas/groep  
in een hogere klas/groep  
in een lagere klas/groep  
in verschillende klassen/groepen

**Door hoeveel leerlingen word je gepest?**

Kruis 1 antwoord aan:

meestal door 1 leerling  
door een groep van 2-3 leerlingen  
door een groep van 4-9 leerlingen  
door een groep van meer dan 9 leerlingen  
door verschillende leerlingen of groepen leerlingen

**Weten je ouders dat je wordt gepest?**

Kruis 1 antwoord aan:

ja, ik heb het verteld  
ja, ze weten het van school  
nee, ik praat er niet over

**Weet je juf of meneer dat je wordt gepest?**

Kruis 1 antwoord aan:

ja, ik heb het verteld  
ja, ze hebben het zelf gezien  
ja, medeleerlingen hebben het verteld  
nee, ik praat er niet over

***Pest jij andere kinderen op school of doe je mee met pesten? Daarover gaan de volgende vragen.***

**Hoe vaak pest jij op school of doe je mee met het pesten van een of meer andere kinderen?**

Kruis 1 antwoord aan:

- leder lesuur
- ledere dag
- ledere week
- ledere maand
- (bijna) nooit

**Kruis hieronder alles aan waarmee jij een of meer kinderen pest:**

Kruis hieronder alles aan wat jij doet:

- doodzwijgen
- niet bij de naam noemen maar een bijnaam gebruiken
- zogenaamd 'leuke opmerkingen' maken
- uitschelden
- de ander steeds de schuld geven, ook als het niet waar is
- opmerkingen maken over de kleding
- beledigende opmerkingen maken
- expres negeren
- overslaan bij het uitdelen van snoep of uitnodigingen tijdens verjaardagen
- laten geloven dat ze dom of lelijk zijn
- laten geloven dat ze 'mislukt' zijn en beter niet geboren hadden kunnen worden
- isoleren van de rest van de groep
- niet kiezen waardoor ze steeds over blijven (tijdens gym, pauzes of opdrachten)
- stiekem briefjes doorgeven
- geen werkafspraken maken zodat ze niet weten wat ze moeten doen
- fysiek of seksueel mishandelen
- bij herhaling lichaam of kleding aanraken of tegen de stoel tikken
- buiten school opwachten, slaan of schoppen
- op weg van en naar school achterna rijden
- bewust de verkeerde kant uitsturen
- als slaaf behandelen
- bezittingen (tas, lunch, boeken, fiets, kleding) aanraken of afpakken
- cadeaus eisen of geld afpersen
- jennen
- SMS berichten sturen, al dan niet met nummerherkenning
- belachelijk maken in chat-rooms
- MSN berichten sturen met dreigementen of privé informatie
- privé opnames via GSM op YouTube zetten

**Pest je alleen buiten de uren (tijdens leswisselingen, op de gang, tijdens pauzes, voor en na school)?**

Kruis 1 antwoord aan:

- ja
- nee

**Pest je ook waar de juf of meneer bij is?**

Kruis 1 antwoord aan:

- ja
- nee

***De volgende vragen gaan over wat er op jouw school gedaan wordt tegen pesten.***

**Zitten er bij jou in de klas/groep leerlingen die vaak gepest worden?**

Kruis 1 antwoord aan:

- ja, 1 leerling wordt gepest
- ja, meer leerlingen worden gepest
- nee

**Als je ziet dat iemand gepest wordt, wat doe je dan meestal?**

Kruis 1 antwoord aan:

- ik doe net of ik het niet zie en ga door met wat ik aan het doen ben
- ik sta erbij, kijk ernaar en vind het wel grappig om te zien
- ik vertel het aan de pleinwacht, docent of mentor
- ik ga mee helpen met pesten
- ik probeer om het pesten te stoppen door de pester aan te spreken op zijn gedrag
- ik zou willen dat het stopt maar ik durf niet te klikken of de pester aan te spreken

**Als er gepest wordt gaan andere kinderen dan de gepeste leerling helpen?**

Kruis 1 antwoord aan:

- (bijna) nooit
- soms
- meestal
- altijd

**Als er gepest wordt gaan leerkrachten dan de gepeste leerling helpen?**

Kruis 1 antwoord aan:

- (bijna) nooit
- soms
- meestal
- altijd

**Hebben jullie dit schooljaar in de klas regels of afspraken gemaakt over pesten?**

Kruis 1 antwoord aan:

- ja
- nee
- weet ik niet

**Is er een pestprotocol bij jou op school?**

Kruis 1 antwoord aan:

- ja
- nee
- weet ik niet

***Dit is het einde van de vragenlijst. Bedankt voor je medewerking!***

Een volgende leerling kan nu beginnen met het invullen van de vragenlijst. Zijn alle leerlingen geweest, dan is de meting voltooid en kunnen de gegevens worden geanalyseerd.

➤ **Bijlage II Maatjesmeter voor de leerling!**

*Hieronder staan alle namen van de leerlingen uit jouw klas/groep. Welke drie klasgenoten vind jij het leukst of aardigst en welke drie het minst?*

**Klas/groep:**  
.....

**Opdracht:**

**Kruis hieronder de drie klasgenoten aan die jij het leukst of aardigst vindt.**

**Opdracht:**

**Kruis hieronder de drie klasgenoten aan die jij het minst leuk of aardig vindt.**

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- ...

*Hieronder staan weer alle namen van de leerlingen uit jouw klas/groep. Nu gaat het erom welke leerlingen er gepest worden en welke zelf pesten. Hier mag je bij zoveel leerlingen een kruisje zetten als je wilt. Je mag ook jezelf aankruisen.*

**Klas/groep:**  
.....

**Opdracht:**

**Kruis hieronder alle leerlingen aan die worden gepest.**

**Opdracht:**

**Kruis hieronder alle leerlingen aan die medeleerlingen pesten.**

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- ...

➤ **Bijlage III Maatjesmeter voor de docent/mentor!**

*Hieronder staan alle namen van de leerlingen uit uw klas/groep. Welke leerlingen worden naar uw mening het leukst of aardigst gevonden en welke het minst?*

**Klas/groep:**  
.....

**Verzoek:**

**Kruis hieronder de leerlingen aan die het leukst of aardigst worden gevonden.**

**Verzoek:**

**Kruis hieronder de leerlingen aan die het minst leuk of aardig worden gevonden.**

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

*Hieronder staan wederom alle namen van de leerlingen uit uw klas/groep. Welke leerlingen worden naar uw mening gepest en welke leerlingen pesten zelf?*

**Klas/groep:**  
.....

**Verzoek:**

**Kruis hieronder de leerlingen aan die worden gepest.**

**Verzoek:**

**Kruis hieronder de leerlingen aan die zelf pesten.**

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6