



Als plagen
pesten wordt...

Beste ouders/verzorgers,

Op onze school streven wij naar een sfeer van veiligheid, rechtvaardigheid, vertrouwen en geborgenheid voor de kinderen, de leerkrachten en de ouders.

Daarom zijn wij alert op onverdraagzaamheid, discriminatie, onrechtvaardigheid en pesten.

Pesten komt vrijwel op iedere school voor, dus ook op onze school.

Het is een probleem dat wij onder ogen zien en dat we serieus aanpakken.

Door in dit informatieboekje regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen elkaar hierop aanspreken als er zich ongewenste situaties voordoen.

Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen, bieden we samen een veilige omgeving voor iedereen.

Het voorkomen van pesten vinden wij erg belangrijk.

Daarom zijn ook de lessen van "Leefstijl" erop gericht om kinderen op ongedwongen wijze vaardigheden te leren die in de samenleving onmisbaar zijn.

Het gaat daarbij om samenspelen en samenwerken, praten en luisteren, rekening houden met elkaar, omgaan met gevoelens en met verschillen, zelf beslissingen durven nemen en opkomen voor jezelf zonder anderen te kwetsen.

Ons uitgangspunt is:

"We willen met elkaar bevorderen dat onze leerlingen zich ontwikkelen tot sociaalvaardige, betrokken en zelfstandige kinderen op weg naar hun volwassenheid".

Met vriendelijke groet,
Schoolteam Basisschool Eerschot



BASISSCHOOL EERSCHOT

Inhoudsopgave

Voorwoord	Blz.3
Inhoudsopgave	blz. 4
1. Plagen of pesten?	blz. 5
2. Voorkomen van pesten.	blz. 6
Preventieve aanpak	
De STOP-methode	
3. Het signaleren van pestgedrag	blz. 8
Pestgedrag	
Schaamte	
Waarom pesten?	
Signalen	
Gevolgen	
4. Wat doen we als.....?	blz. 11
Steun bieden aan het kind dat gepest wordt	
Steun bieden aan het kind dat zelf pest	
Adviezen aan de medeleerlingen	
Adviezen aan ouders/verzorgers gepeste kinderen	
Adviezen aan ouders/verzorgers pesters	
Adviezen aan alle ouders	
5. Digitaal pesten	blz. 13
Preventieve aanpak	
Mobiele telefoon	
Tips voor kinderen	
6. Afsluiting	Blz. 13

In dit protocol wordt vaak verwezen naar de **methode "Leefstijl"**; daarom de onderstaande toelichting.

Sinds augustus 2011 gebruiken wij op onze school de methode "Leefstijl" voor de begeleiding van onze leerlingen bij hun sociaal-emotionele ontwikkeling. De verschillende lessen van de methode maken de kinderen sociaal en emotioneel vaardiger, vergroot het invoelend vermogen en ondersteunt een gezonde ontwikkeling. Hierdoor helpen wij de kinderen beter om te gaan met frustraties, te leren van fouten en inzicht te krijgen in hun sterke en zwakke kanten. Tijdens de Leefstijllessen ligt de nadruk zowel op de leerlingen zelf als op hun relatie met anderen.



1. Plagen of pesten?

Het verschil tussen plagen en pesten blijft een moeilijke kwestie.

Wat in onze ogen plagen is kan door de betrokkene als pestgedrag worden ervaren.

Plagen:	Pesten:
Spontaan, grappig bedoelt en niet tegen de ander gericht.	Is vaak berekenend. De pester wil iemand kleineren, kwetsen of zijn eigen status verhogen.
Eenmalig of tijdelijk.	Systematisch en langdurig. (steeds opnieuw)
Speelt zich af tussen "gelijken".	Ongelijke strijd tussen "machtige" pestkop en een vaak "vriendelijk" slachtoffer.
Is meestal wel te verdragen, maar kan ook onbedoeld kwetsend zijn.	Pesten doet pijn, is kwetsend en ook als zodanig bedoeld.
Meestal één tegen één.	Meestal een groep (pestkop, meelopers en supporters) tegen 1 geïsoleerd slachtoffer.
Wie plaagt is niet duidelijk. De partijen wisselen.	Vaak een vaste structuur. Wie pest en wie het slachtoffer is, staat meestal van te voren vast. De pester heeft vaak medestanders.

Pesten houdt niet vanzelf op maar wordt erger als er niet wordt ingegrepen.

Meestal hebben de pestende kinderen niet in de gaten hoe afschuwelijk het pesten is voor degene die gepest wordt.

2. Voorkomen van pesten.

Preventieve aanpak

In de eerste plaats geldt het gezegde dat “voorkomen beter is dan genezen”! Door een preventieve aanpak moet worden voorkomen dat pesten een probleem kan gaan worden. Dus los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, wordt regelmatig het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar gemaakt. Daarmee geven wij aan dat wij pesten als een serieus probleem zien.

De preventieve aanpak houdt in:

- dat wij een dagelijks klimaat/omgeving creëren waarbinnen pesten ongewenst gedrag is en waarbinnen wij met behulp van omgangsregels afspreken hoe we ons ten opzichte van elkaar gedragen.
- dat de kinderen een aantal basisvaardigheden oefenen die daarbij van pas komen, zoals luisteren, met gevoelens omgaan, nee durven zeggen, assertief zijn en conflicten hanteren. Op onze school gebruiken wij hierbij o.a. de methode “Leefstijl”.
- dat onze leerkrachten alert zijn op het signaleren en bestrijden van pestgedrag.
- dat de leerkrachten worden ondersteund door het in huis hebben van voldoende lesmateriaal om pestgedrag tegen te gaan.
- dat wij de hieronder beschreven STOP-methode hanteren.

De STOP methode

Als preventief middel tegen pesten hanteren wij op onze school de zogenaamde “STOP-methode”.

“Als je wilt dat een ander stopt met ‘iets wat jij niet wilt, dan zeg je ‘STOP’; de ander moet dan direct stoppen”.

In “Leefstijl” wordt de kinderen geleerd deze methode toe te passen om een eind te maken aan een vervelende situatie of om een dergelijke situatie te voorkomen.

Een kind en ook een leerkracht kan met deze methode duidelijk de grens aangeven.

Tot hier en niet verder. STOP = STOP.



3. Het signaleren van pestgedrag

Pestgedrag

Het is niet eenvoudig pesten te onderscheiden van ander conflictgedrag. Nog moeilijker is het de vaak versluierde of geniepige vormen van pesten te ontdekken. Veel gebeurt er buiten het gezichtsveld om, stiekem. Meestal is datgene wat je ziet op zichzelf nog niet zo dramatisch: een wat dwingende blik in de ogen of een dreigement waarvan je aanneemt dat het wel los zal lopen. Kinderen die het slachtoffer zijn van pesten proberen ook vaak zelf de zaak weg te wuiven. Ook als je iets vermoedt en doorvraagt, blijven slachtoffers zelf vaak ontkennen.

Schaamte

Een kind dat wordt gepest, schaamt zich daar vaak voor. Het wil niemand teleurstellen. Het kan zijn dat een kind thuis niets zegt omdat het pestprobleem onoplosbaar lijkt. Het is misschien bang dat het probleem juist groter wordt. Kinderen die zelf pesten zullen thuis niet gemakkelijk over het pesten praten. Zij kunnen er alleen over beginnen als ze zich bewust zijn van hun gedrag en van de ernstige gevolgen daarvan.

Een belangrijke regel is dat het inschakelen/ informeren van de leerkracht door leerlingen en/of ouders niet wordt opgevat als klikken.

Vanaf groep 1 leren we de kinderen, dat zij niet mogen klikken maar.....

als je wordt gepest of je ziet dat iemand wordt gepest, dan moet je om hulp vragen.

Waarom pesten?

Pesters weten vaak zelf niet waarom ze iemand pesten. Ook dringt het niet tot ze door hoe erg het pesten voor het slachtoffer is. "Ze lokte het toch zelf uit, wie loopt er nou nog met zo'n stomme schooltas?" Daarnaast willen veel pestende kinderen de machtspositie die ze door het pesten verkrijgen, niet verliezen. Toch is het niet waar dat pesters nooit willen dat een volwassene het probleem aanpakt. Misschien willen ze wel anders omgaan met andere kinderen, maar hoe moet dat dan?

Signalen

Signalen van pesterijen kunnen o.a. zijn:

- altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen
- zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- briefjes doorgeven
- buitensluiten/ isoleren
- beledigen
- opmerkingen maken over kleding, uiterlijk
- buiten school opwachten, slaan of schoppen
- op weg naar huis achterna rijden
- naar het huis van het slachtoffer gaan
- bezittingen afpakken
- schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer

Deze lijst kan nog verder worden uitgebreid.

Leerkrachten en ouders moeten daarom alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.

Gevolgen

Niet zelden komt het voor dat gedragsveranderingen die ouders bij hun kinderen constateren, signalen van pestgedrag zijn. Een kind wat 's nachts niet meer kan slapen, wat weer in zijn/haar bed plast of emotioneel labiel en afwijkend reageert. Ook kan het zijn dat zij/hij van de ene op de andere dag met geen mogelijkheid meer naar school wil. Het gepeste kind verkeert in een isolement en is eenzaam.

De gehele groep kan lijden onder een dreigend en onveilig klimaat. Iedereen is angstig en men wantrouwt elkaar, er is weinig openheid en spontaniteit, er zijn weinig echte vrienden binnen de groep.

Om duidelijk op te kunnen treden tegen pestgedrag is o.a. het volgende voor alle betrokkenen van belang:

- ***zicht op de omvang van het probleem***
- ***kennis van de gevolgen voor het gepeste kind***
- ***inzicht in het gedrag van de pester***
- ***invoelend vermogen.***

4. Wat doen we als.....

Wat doen we als..... er gesignaleerd wordt (door het gepeste kind zelf, ouders, andere leerling of leerkracht) dat een kind wordt gepest?

Stap 1

- Kleine plagerijen worden met en door de kinderen zelf afgehandeld; “je probeert er eerst zelf (en samen) uit te komen”.
- Het serieus nemen van een pestprobleem en direct duidelijk stelling nemen tegen het pestgedrag. Wij maken hierin onderscheid in activiteiten gericht op:
 1. Het gepeste kind
 2. De pester
 3. De medeleerlingen
 4. De ouders

Stap 2

- De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken.

Stap 3

- Bij herhaaldelijk pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest.
Consequenties voor de pester kunnen o.a. zijn: in de pauze binnen- blijven, een schriftelijke opdracht maken, nablijven op school, de gele kaart * wordt toegepast.
- Bij pestgedrag worden de ouders (van pester en gepeste) op de hoogte gebracht van het pestgedrag. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing.

In extreme situaties treedt het SKOSO-beleid: “Aanname – schorsing-verwijdering” in werking. (zie website van de school).

**Het doel van de gele kaart:*

Gedurende het buitenspel ziet de surveillance erop toe dat iedereen zich aan de regels houdt. Vertoont een leerling, na herhaaldelijk waarschuwen, toch nog ongewenst gedrag dan volgt er een gele kaart. Op deze kaart kan de leerling aangeven wat er niet goed ging tijdens het buitenspel en wat hij de volgende keer zal veranderen. Deze kaart wordt thuis ingevuld en voorzien van een handtekening van de ouders.

Wat doen we als.....de leerkracht het idee heeft dat er sprake is van onderhuids pesten?

In zo'n geval stelt de leerkracht een algemeen probleem aan de orde om langs die weg bij het probleem in de groep te komen. Uiteraard bieden wij steun aan alle betrokken partijen.

1. Steun bieden aan het kind dat gepest wordt

- Naar het kind luisteren en haar/zijn probleem serieus nemen.
- Zoeken naar de reden van het pestgedrag.
- Met het kind mogelijke oplossingen bedenken.
- Samen met het kind werken aan oplossingen.
- Indien nodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining.

2. Steun bieden aan het kind dat zelf pest

- Met het kind bespreken wat pesten voor een ander betekent.
- Het kind excuses laten aanbieden.
- Het kind helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.
- Het kind helpen om zich aan regels en afspraken te houden.
- Indien nodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijv. een sociale vaardigheidstraining.

3. De medeleerlingen

- We maken het probleem bespreekbaar in de groep
- We stimuleren dat kinderen een eigen standpunt innemen en eventueel partij trekken voor de gepeste leerling.
- We bespreken met de leerlingen dat "meedoen" met de pester meestal kan leiden tot verergering van het probleem.
- We laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste.
- We laten inzien welke positieve kanten de gepeste heeft
- Zo nodig zorgen wij ervoor dat de hele groep deskundige hulp krijgt, bijv. een sociale vaardigheidstraining.

4. Adviezen aan ouders/verzorgers van gepeste kinderen

- Blijf in gesprek met je kind, houd de communicatie open. Geef adviezen om aan het pesten een einde te maken.
- Neem het probleem van uw kind serieus.
Pesten op school kun je het beste direct met de leerkracht bespreken. Ook kun je contact opnemen met "de contactpersonen Preventie machtsmisbruik" Belinda Kester en Yvonne van Nimwegen.
- 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.
- Door positieve stimulering en zogenaamde schouderklopjes beloon je het kind en help je het zijn zelfrespect terug te krijgen.
- Steun je kind in het idee dat er een einde aan komt.
- Laat je kind opschrijven/vertellen wat het heeft meegemaakt en help het kind om emoties te uiten en te verwerken.

5. Adviezen aan ouders/verzorgers van pesters

- Neem ook hier het probleem serieus.
- Raak niet in paniek; elk kind loopt kans pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak van het pesten te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed extra aandacht aan uw kind.
- Benoem het goede gedrag van uw kind en corrigeer ongewenst gedrag.

6. Adviezen aan alle ouders/verzorgers

- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Neem het probleem serieus; het kan ook uw kind overkomen.
- Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- Maak het tot een gemeenschappelijk probleem.
- Praat met uw kind over school, over relaties in de groep.
- Geef af en toe informatie over pesten.
- Corrigeer uw kind als het voortdurend anderen buitensluit.
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
- Leer uw kind voor zichzelf en voor anderen op te komen.

5. Digitaal pesten

Pesten in de dagelijkse omgeving is al vreselijk, maar bij digitaal pesten komt de pester ook nog eens de voorheen veilige omgeving binnen via computer of telefoon. Voor de pester is deze vorm van pesten makkelijker, hij/zij heeft minder kans op afkeuring van de groep en blijft anoniem.

De effecten van digitaal pesten kunnen langduriger en breder verspreid zijn dan bij traditioneel pesten. Opnames die via de webcam worden gemaakt, worden vastgelegd door een ander. Deze opnames verdwijnen nooit meer. Over de hele wereld kan een foto op een site staan.

Foto's die eenmaal op internet staan zijn soms niet meer te verwijderen.

Preventieve aanpak

De leerkrachten zijn op de hoogte van de verschillende manieren waarop digitaal pesten plaatsvindt.

In het kader van Leefstijl wordt ook digitaal pesten aan de orde gesteld. De gevolgen ervan worden bespreekbaar gemaakt. In de dagelijkse omgeving kun je zien hoe je opmerkingen vallen. Je kunt dan stoppen en je excuses maken. Bij digitaal pesten kan de verzender de tekst als geintje bedoeld hebben, terwijl het bij de ontvanger hard aankomt.

De kinderen worden op momenten, die zich daarvoor lenen, gevraagd of ze wel eens vervelende teksten krijgen toegestuurd.

De kinderen krijgen klassikaal ook tips over hoe digitaal pesten zoveel mogelijk voorkomen kan worden.

Er zijn regels opgesteld voor het gebruik van Internet door kinderen.

Door middel van gerichte opdrachten probeert de school te voorkomen dat kinderen op ongewenste sites en/of e-mail- programma's terecht komen.

De groepen 5 t/m 8 volgen het project Mediawijsheid.

Mobiele telefoon

Binnen de school en op het terrein van de school is het gebruik van mobiele telefoons onder schooltijd door de leerlingen niet toegestaan. Alleen met toestemming van de school kan op deze regel in incidentele gevallen een uitzondering worden gemaakt.

Het maken van foto's en filmpjes met een mobiele telefoon is in en om de school niet toegestaan.

Tips voor kinderen

- Gebruik alleen je voornaam, geef anderen geen persoonlijke gegevens van jezelf of van bekenden van jou.
- Maak nooit een afspraak met iemand die je op het internet bent tegengekomen als hij/zij je vraagt om je in het echt te ontmoeten.
- Stuur Internet personen geen foto's van jezelf toe, voordat je dat met je ouders hebt besproken.
- Geef nooit je wachtwoord en inlognaam aan anderen.
- Zorg dat ze niet gemakkelijk te raden zijn.
- Dingen die je voor de webcam doet, kunnen later op internet gezet worden.
- Let daarom op met wat je doet voor de webcam, ook als je denkt dat je vriend of vriendin dit nooit zal doen. Als je later ruzie krijgt, dan kan je vriend of vriendin de foto's en/of opnames op internet zetten en kan de hele school het zien.
- Meld vervelende e-mailtjes, berichtjes, bedreigingen en alle overige vervelende informatie aan je ouders/verzorgers.
- Bewaar en print alle vervelende berichten.
Het zijn bewijzen die tegen de pester gebruikt kunnen worden.
Aan het IP-adres van de mail kan afgeleid worden van welke computer de e-mail verzonden is.
- Print vervelende berichten uit als bewijs.
- Reageer niet op valse, vervelende berichten. Als het hele gemene dingen zijn, waarschuw dan je ouders; die kunnen contact opnemen met de politie.
- Geef nooit zomaar privé-gegevens aan een ander, zoals je naam, adres, telefoonnummer, naam/adres van je school, sportclub ed..
Overleg dit altijd eerst met je ouders.
- Meld bedreigingen bij je ouders
- Ook bij de contactpersonen op school kun je je verhaal kwijt.
Bij ons op school zijn dat juffrouw Yvonne en juffrouw Belinda.
- Blokkeer personen die vervelend doen.
- Vertel meteen aan je ouders als je hele vervelende informatie tegenkomt.
- Blokkeer de afzender bij pest-e-mails of sms'jes.

PRAAT EROVER!!!!

**Blijf er niet alleen mee zitten, zoek iemand met wie je erover kan praten.
Meer informatie over dit onderwerp kun je vinden op: www.pestweb.nl**

Afsluiting

Dit boekje “Als pesten plagen wordt” hebben wij samengesteld voor onszelf en voor u als ouders van onze leerlingen. Hiermee willen wij een zinvol hulpmiddel aanreiken om zowel op school als thuis alert te zijn op het voorkomen van pestgedrag. Daarom vinden wij het van belang dat u dit boekje goed bewaard, zodat u het kunt raadplegen in situaties waarin dit nodig is.

Wij hopen dat dit boekje zo weinig mogelijk gebruikt hoeft te worden, maar als dat wel zo is, geeft het de noodzakelijke duidelijkheid die op dat moment belangrijk is.

Met vriendelijke groet,
Schoolteam basisschool Eerschot.

