

(anti-)Pestbeleid



Protocol

PROTOCOL VOOR OPLOSSINGSGERICHT EN PLANMATIG WERKEN

Vooraf.....	3
Visie	4
Schoolafspraken	5
Waarom kiezen wij voor een pestbeleid?	7
De sociaal-emotionele ontwikkeling bij kinderen op 't Praathuis.	8
Jenaplan: De stamgroep.....	8
Groepsvorming: De Gouden en Zilveren weken	8
Gesprek	9
De klassenvergadering	10
De kinderraad	10
Oplossen van ruzies, problemen of ergernissen.	11
Sociaal- en emotionele ontwikkeling	13
Rots en Water.....	13
Maar wat als dit niet werkt?	13
Hulp van interne en externe	14
Achtergrondinformatie	14
Informatiebronnen en hulpmiddelen	19
Boeken en methodes	19
Telefonisch contact:	19
Websites.....	21

Vooraf

Allereerst willen wij in dit stuk verwijzen naar de 20 basisprincipes van het Jenaplanonderwijs. Deze (pedagogische) uitgangspunten hebben betrekking op een visie op de mens, samenleving en de school. Zoals o.a.:

Elk mens is uniek; zo is er maar één. Daarom heeft ieder kind en elke volwassene een onvervangbare waarde.

Elk mens heeft het recht een eigen identiteit te ontwikkelen. Deze wordt zoveel mogelijk gekenmerkt door: zelfstandigheid, kritisch bewustzijn, creativiteit en gerichtheid op sociale rechtvaardigheid. Daarbij mogen ras, nationaliteit, geslacht, seksuele aard, sociaal milieu, religie, levensbeschouwing of handicap geen verschil uitmaken.

Mensen moeten werken aan een samenleving waarin rechtvaardig, vreedzaam en constructief met verschillen en veranderingen wordt omgegaan.

In de school worden verandering en verbeteringen gezien als een nooit eindigend proces. Dit proces wordt gestuurd door een consequente wisselwerking tussen doen en denken.

Het pedagogisch beleid op een Jenaplanschool is expliciet gericht op het werken aan een goed en gezond pedagogisch klimaat. Een sfeer waarin pesten niet past en men preventief handelt om dit te voorkomen. Desondanks weten wij dat pesten helaas op iedere school voorkomt, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en serieus aan willen pakken wanneer het zich voordoet.

Daarnaast erkennen wij dat 'ruzie maken' een functie heeft in de ontwikkeling van kinderen. Door af en toe ruzie te maken leren kinderen zichzelf en elkaar goed kennen. Ze leren daarbij een aantal belangrijke sociale vaardigheden zoals: opkomen voor jezelf, je verplaatsen in de ander, geven en nemen, omgaan met emoties, oplossingen zoeken. Als je als kind leert om op een goede manier met conflicten om te gaan, kan je daar voor de rest van je leven veel aan hebben.

Er moet dus een helder onderscheid gemaakt worden tussen ruzie en pesten. Dat geldt ook voor plagen en pesten. De grens tussen plagen en pesten is dun, maar achter plagen zit in principe een liefhebbende geest ("Meisjes plagen, kusjes vragen!"), terwijl er achter pesten een machtsstrijd zit. De pester voelt zich meer, hoger en beter dan het slachtoffer. Waar bij plagen een toestand van gelijkwaardigheid is, is er bij pesten een toestand van meer- en minderwaardigheid in het spel.

In dit document gaat het over pesten. Wat verstaan we daaronder, welke maatregelen hanteren we ter voorkoming en wat doen we bij constatering?

Er wordt ingegaan op mogelijke aanpakken. Welke maatregelen worden genomen wanneer alles faalt? Er wordt verwezen naar aanvullende informatie voor ouders en groepsleiding en de functie van een kinderraad wordt besproken.

We hopen van harte dat dit pestbeleid helpt bij het (verder) terugdringen van pestgedrag op onze school. Voor aanvullingen en op- en aanmerkingen houden we ons aanbevolen.

Visie

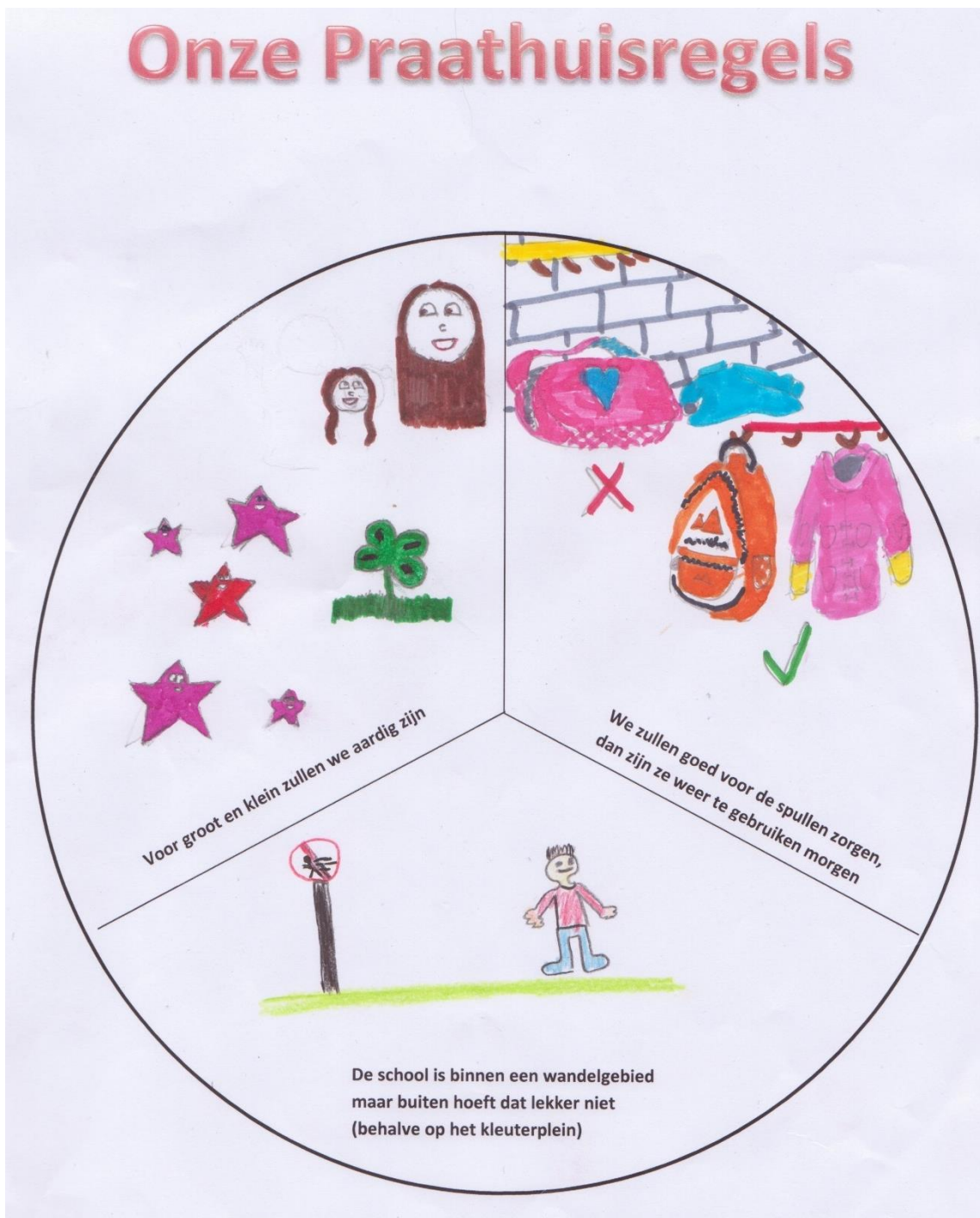
Er wordt op onze school zoveel mogelijk aandacht besteed aan de ontwikkeling van sociale vaardigheden en aan expressie. Daardoor en door het feit dat kinderen vanuit hun eigenheid benaderd worden, kunnen alle kinderen zich op hun gemak voelen op school.

Natuurlijk loopt er wel eens iets niet lekker, wordt er wel eens gemopperd en er wordt wel eens iemand boos, maar wanneer een bepaalde handelwijze of bepaald gedrag wordt afgewezen, proberen we heel bewust te voorkomen dat de indruk ontstaat dat het kind zelf wordt afgewezen. Een band van vertrouwen moet blijven bestaan en is voorwaarde voor optimaal functioneren. Wanneer kinderen zich veilig en gewaardeerd voelen, is de kans op pestgedrag kleiner.

Kortom alle kinderen mogen zich in hun basisschoolperiode veilig voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen.

Schoolafspraken

Op 't Praathuis hebben wij vier grote schoolafspraken waar wij waarde aan hechten. In de gouden en zilveren weken besteden de stamgroepen aandacht aan deze schoolafspraken.



Om onze school leefbaar te maken zijn drie regels genoeg

Op onze school zijn regels en afspraken zeer belangrijk omdat we dagelijks zelfstandig bezig zijn en we zelf verantwoordelijk zijn voor de dingen die we doen.

Regels en afspraken bieden een structuur voor de kinderen en onszelf. Ze scheppen duidelijkheid omdat iedereen weet wat er van hem verwacht wordt.

Het is belangrijk dat we consequent optreden tegenover alle kinderen en niet alleen tegenover de

kinderen van onze eigen stamgroep. Ook de kinderen kunnen en mogen elkaar onderling aanspreken over het al dan niet naleven van de afspraken.

We hebben met het team en de kinderen van de kinderraad bewust gekozen voor drie regels. Deze drie regels maken alle andere regels overbodig. Ze dragen (als een kapstok) alle afspraken die structureel noodzakelijk zijn. Deze hanteren we dan ook overal in en rondom de school. Je komt de pictogrammen overal tegen.

De eerste regel gaat over het omgaan met elkaar:

Voor groot en klein zullen we aardig zijn

De tweede regel gaat over het omgaan met materialen:

We zullen goed voor de spullen zorgen, dan zijn ze weer te gebruiken morgen.

De derde regel gaat over het bewegen binnen en buiten de school:

De school is van binnen een wandelgebied en buiten hoeft dat lekker niet (behalve op het kleuterplein)

We introduceren de regels aan het begin van het schooljaar tijdens de jaaropening. We stellen ze visueel voor. In elke stamgroep werken we tot aan het kamp rond de drie Praathuisregels. Daarna staat iedere maand één regel centraal.

In de praktijk ziet dat er zo uit:

Augustus/September: de drie regels gezamenlijk

Oktober: We zullen goed voor de spullen zorgen, dan zijn ze weer te gebruiken morgen

November: Voor groot en klein zullen we aardig zijn

December: Binnen is het een wandelgebied maar buiten hoeft dat lekker niet (behalve op het kleuterplein)

Januari: We zullen goed voor de spullen zorgen, dan zijn ze weer te gebruiken morgen

Februari: Voor groot en klein zullen we aardig zijn

Maart: Binnen is het een wandelgebied, buiten hoeft dat lekker niet (behalve op het kleuterplein)

April: We zullen goed voor de spullen zorgen, dan zijn ze weer te gebruiken morgen

Mei: Voor groot en klein zullen we aardig zijn

Juni: Binnen is het een wandelgebied, buiten hoeft dat lekker niet (behalve op het kleuterplein)

Juli: We zullen goed voor de spullen zorgen, dan zijn ze weer te gebruiken morgen

De Praathuisregels vind je overal terug: in de stamgroepen, in de gangen, in het keukentje,...

Natuurlijk prijzen of belonen we de kinderen die zich aan de regels houden. Kinderen die zich niet aan de regels houden laten we verwoorden wat ze verkeerd hebben gedaan en uitleggen waarom zoiets niet hoort.

De kinderen die regelmatig de regels overtreden proberen we te helpen met een persoonlijke kaart. Op die kaart noteren we het ongewenste gedrag onder de afbeelding. Bij het invullen formuleren de kinderen zelf de zin die er bij hoort. Daarbij maken ze gebruik van de ik-vorm. Bijvoorbeeld: *Ik trapte bewust op de boekentas van Tim maar ik moet juist goed voor de spullen zorgen.*

Als kinderen hardnekkig ongewenst gedrag blijven vertonen of als anderen (kinderen, ouders en collega's) last ondervinden van het ongewenste gedrag moeten we overgaan tot straffen. Bij het straffen zoeken we naar een gepaste straf.

Vrijheid betekent tegelijkertijd een vorm van beperktheid. Leren omgaan met vrijheid, in het belang van jezelf maar ook in het belang van de ander is een proces van aftasten. Daarin zul je moeten experimenteren om te ervaren hoe de nuances liggen tussen ruimte en krappe vrijheid. In een Jenaplanschool willen we kinderen laten ervaren hoe regels kunnen ontstaan, hoe zinvol ze kunnen zijn en bovenal hoe bevrijdend ze kunnen werken!

Jenaplanschool de Fenix

Waarom kiezen wij voor een pestbeleid?

Onze school is een *openbare* Jenaplanschool. Het beginsel van ‘**actieve pluriformiteit**’ wordt beschouwd als één van de hoofdkenmerken van het openbaar onderwijs. Dit impliceert dat van de openbare school mag worden verwacht actief en bewust aandacht te schenken aan de verscheidenheid (o.a. in levensbeschouwelijke en maatschappelijke waarden) in de Nederlandse samenleving en op de school. Niet de confrontatie, maar de ontmoeting en de dialoog vormen de wezenlijke kenmerken van de openbare school. Kortom op de openbare school ziet men het als een opdracht en uitdaging om op actieve wijze aandacht te besteden aan de enorme diversiteit tussen mensen.

Jenaplanscholen proberen het onderwijs zo in te richten dat kinderen komen tot écht leren, écht omdat het als zinvol wordt beschouwd. Samen leren en leven lukt alleen als iedereen zichzelf kan zijn. Pas dan kunnen ieders mogelijkheden volledig ontplooid worden. Het is daarom belangrijk dat kinderen zich in onze school veilig voelen. Wij streven naar een prettige, ontspannen en open sfeer, waarin het kinderen zich gerespecteerd voelen en ervaren dat er voor iedereen, ongeacht capaciteiten en vaardigheden, de nodige belangstelling en aandacht is.

In school doen zich buitengewoon veel situaties voor, waarin kinderen zich heel kwetsbaar opstellen, zowel in de stamgroep als tijdens het buitenspelen. Situaties die gemakkelijk kunnen leiden tot gevoelens van ontevredenheid, jaloezie en je achtergesteld of genegeerd voelen. Dergelijke situaties kunnen ook tot pestgedrag leiden. Pestgedrag is een fenomeen dat zich regelmatig voordoet, zowel bij kinderen als bij volwassenen. Een verschijnsel dat zich niet alleen op school of binnen het gezin voordoet, maar ook op bredere schaal binnen de samenleving.

Pestgedrag heeft ingrijpende gevolgen voor kinderen, de ouders en de groep.

Een kind dat gepest wordt voelt zich onveilig. Hierdoor kan het zich niet optimaal ontwikkelen. Het kan zich bijvoorbeeld niet goed concentreren, het leren stagneert, het omgaan met andere kinderen verloopt moeizaam, etc. Ook in de thuissituatie kan het kind zich anders gaan gedragen. Het kind kan opstandig gedrag gaan vertonen, teruggetrokken gedrag, niet naar school willen, lichamelijke klachten krijgen, slaapproblemen ontwikkelen, etc. Ouders kunnen zich machteloos voelen doordat ze het gevoel hebben weinig grip te hebben op de situatie. Bij pestgedrag ontstaat bovendien een onveilige sfeer in de groep. Gesprekken zijn minder open en er kan een rollenpatroon ontstaan waarbij steeds dezelfde kinderen de boventoon voeren.

Met behulp van dit pestbeleid willen wij het pestgedrag binnen onze school niet alleen aanpakken nadat een peestsituatie is gesignaleerd, maar eerst en vooral door preventief beleid pesten zien te voorkomen. Bijvoorbeeld door pestgedrag met al zijn aspecten, gevolgen en de bijbehorende rollen van pester, meeloper en gepeste bespreekbaar te maken. Naast de nodige basisinformatie voor kinderen, team en ouders is een plan van aanpak beschreven voor situaties waarin pestgedrag wordt gesignaleerd. Ook het belang van anti-pest/schoolregels is opgenomen.

Dit pestbeleid is een middel om de volgende doelstellingen te bereiken:

- Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: kinderen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), stamgroepstamgroepleerkrachten en de ouders/ verzorgers (hierna genoemd: ouders).
- Het team kan pestgedrag signaleren en onderkennen.
- Het protocol vormt een plan van aanpak voor ouders en school om samen pestgedrag te voorkomen, pestgedrag tijdig te signaleren en pestgedrag te remediëren.

De sociaal-emotionele ontwikkeling bij kinderen op 't Praathuis.

Op 't Praathuis leren de kinderen niet alleen rekenen, lezen en schrijven. We stimuleren de kinderen deel te laten nemen aan de samenleving. Om dit te bewerkstelligen, laten we de kinderen dit veel ervaren en leren we ze hoe dit mogelijk is. We gaan uit vanuit het positieve, we werken oplossingsgericht en indien nodig met beloningssystemen.

Beter voorkomen, dan genezen.

Jenaplan: De stamgroep

De stamgroep is op 't Praathuis een belangrijk onderdeel van de school. Dit is de veilige omgeving waar kinderen tot spelen, leren, werken, gesprek en vieren komen. Op verschillende manieren wordt er gewerkt aan de sociale- en emotionele vorming bij de kinderen.

Groepsvorming: De Gouden en Zilveren weken

Binnen de stamgroep is er veel aandacht voor de groepsvorming. Na de zomervakantie investeren we in de Gouden weken. Deze weken zijn bij uitstek geschikt om een fundament neer te zetten voor een goede groepsvorming en fijne sfeer. Na deze Gouden weken zijn de rollen, normen en waarden grotendeels bepaald voor de rest van het schooljaar. Elk kind krijgt zijn eigen plekje binnen de stamgroep. Het is aftasten wat je aan elkaar hebt, met wie kan ik gezellig spelen of met wie kan ik goed samenwerken?

Tijdens de Gouden weken zijn er meerdere activiteiten die de groepsvorming stimuleren.

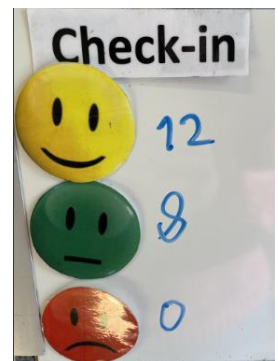
De stamgroep doorloopt de volgende fases:

- Forming: oriënteren
Kinderen leren elkaar kennen, de groep zoekt naar veiligheid en structuur.
- Storming: presenteren
De verhouding tussen kinderen wordt duidelijker, wie is er een leider, wie een volger?
- Norming: normeren
De regels, waarden en normen van de groep worden bepaald. Iedereen krijgt een eigen taak in de samenwerking.
- Performing: presteren
De groep wordt een team en is klaar voor samenwerking. Er zijn ongeschreven regels waar iedereen zich aan houdt.
- Reforming: evalueren
Het einde van het jaar of periode is in zicht. Dit afscheid geeft weer een nieuwe groepsdynamiek, denk bijvoorbeeld aan het afscheid in groep 8, groep 5 of groep 2.

Naast de Gouden weken zijn er ook de Zilveren weken. Na elke vakantie doorloopt de stamgroep weer de verschillende fasen in het proces van groepsvorming. De stamgroep doorlopen de verschillende fases voor groepsvorming binnen de Zilveren weken vlotter dan tijdens de Gouden weken. Toch is het belangrijk om je, als stamgroepleider, hiervan bewust te zijn en hierop in te spelen.

Gesprek

De pijlers waarop ons onderwijs gebaseerd is zijn voor ons van groot belang. Uit de gesprekken met de teamleden, de stamgroep, kleine groepjes kinderen of individuele kinderen halen de teamleden veel informatie. Bij de bovenbouw starten ze de ochtend altijd met een check-in. Even samen kijken hoe iedereen die ochtend is opgestaan. Heb je een goede dag? Zit je ergens mee? Binnen dit gesprek is er ruimte om te vertellen maar wanneer een kind niet die behoefte heeft om dit niet met de hele groep te delen dan is dit ook prima. Het is fijn om van elkaar te weten of het goed gaat of wanneer je even niet lekker in je vel zit. Wanneer je dit van elkaar weet kunnen de kinderen en stamgroepleider hierop inspelen.



Aan het einde van de dag bespreekt men in de stamgroep hoe de dag is geweest. Wat is jouw top? Wat is jouw tip? Wat ga je morgen anders doen?

De klassenvergadering

Tijdens de klassenvergaderingen bespreekt de stamgroep hoe het in de stamgroep gaat. Wanneer er zaken zijn die met andere stamgroepen besproken moeten worden dan kunnen deze punten meegenomen worden naar de Kinderraad.

De kinderen leren met elkaar om te gaan in een vergadersetting, maar ook om besluiten te nemen over zaken in hun belevingswereld. Dit gebeurt op democratische wijze, zodat ze ervaren dat overleg nodig is voor een besluit.



Hoe ziet een klassenvergadering eruit?

- De vergadering vindt plaats op een vast tijdstip en heeft een vaste duur.
- Er zijn drie rollen (die per week wisselen): voorzitter, notulist, penningmeester en tijdbewaker.
- Aan de hand van een agenda legt de notulist de actiepunten en besluiten vast in een actielijst.
- Iedere kind kan tips en tops voor de agenda inbrengen, bijvoorbeeld tijdens de rondvraag of met briefjes in een onderwerpenkastje.
- Aan het einde van de klassenvergadering is er een evaluatie: de stamgroepenleider stelt daarbij vragen zoals wat ging goed en wat kan beter?

Het zorgt voor sociale integratie, leert de stamgroep omgaan met inspraak en zorgt ervoor dat kinderen kunnen oefenen met burgerschap. Bovendien draagt het bij aan de ontwikkeling van een democratische en open schoolcultuur. De klassenvergadering is een instrument dat de stamgroepenleider de kinderen meegeeft als bagage voor later, in de maatschappij. Ze leren dat je alleen iets kunt bereiken als je samen overlegt en dat je door te luisteren naar elkaar tot een gezamenlijk besluit kunt komen. De kinderen worden door de klassenvergadering eigenaar van de verschillende onderwerpen; hun mening telt mee. Daarnaast stimuleert het hun taalontwikkeling en leren ze omgaan met weerstand.

De kinderraad

De Kinderraad bestaat uit een afvaardiging vertegenwoordigers van kinderen die ieder een stamgroep vertegenwoordigen. De raad denkt, praat en beslist mee over zaken die 't Praathuis aangaan en vergadert minimaal 4 x per jaar met de directeur. Zowel de kinderen als het team/directeur kunnen onderwerpen aandragen, waarover zij met elkaar van gedachten kunnen wisselen. Het kan gaan over de omgang met elkaar, de zorg voor onze school, de inrichting van het schoolplein, activiteiten die georganiseerd worden, etc.

Vanuit ons pedagogisch beleid vinden wij het essentieel dat er naar kinderen wordt geluisterd en dat kinderen actief meedenken, meepraten en meebeslissen over belangrijke zaken op

school. Wij willen kinderen leren dat zij via goede, open communicatie iets kunnen bereiken en hen laten ervaren dat hun mening ertoe doet. De directeur zit de vergaderingen voor.

De Kinderraad heeft een vaste, herkenbare structuur:

- waar ging het de vorige keer ook weer over (verslag)
- agenda voor vandaag (keuze van onderwerpen)
- vaststellen notulist
- vaststellen tijdbewaker
- reacties anderen (eventueel coöperatieve structuur, zodat iedereen meedoet)
- samenvatting (door directeur)
- informatie over belangrijke schoolzaken vanuit school (door directeur)
- afsluiting: wat vertellen we in de stamgroepen?

Mochten er situaties zijn die door de stamgroep als onveilig zijn of als niet prettig ervaren worden dan kunnen deze in de Kinderraad besproken worden.

Oplossen van ruzies, problemen of ergernissen.

De school is een samenleving in het klein. Ook hier zien we dat kinderen het soms niet met elkaar eens zijn of ruzie hebben. Door middel van gesprek proberen we hier samen uit te komen. We stimuleren de zelfstandigheid bij kinderen en moedigen de kinderen aan om een ruzie zelf uit te praten, al dan niet onder begeleiding van een volwassene.

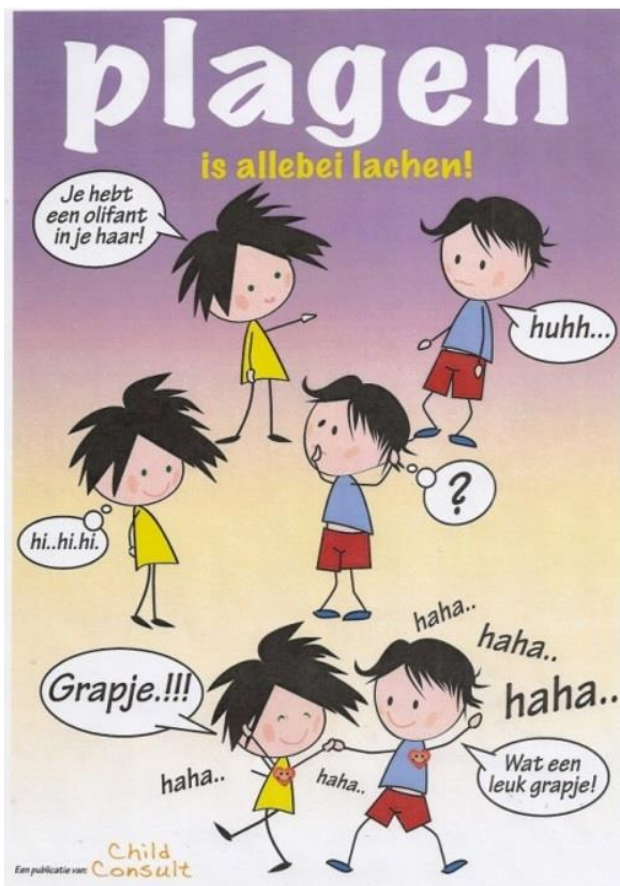
Soms hebben de kinderen meer begeleiding nodig en doorlopen de kinderen samen met de stamgroepleider het proces. Hierbij vinden we het belangrijk om oplossingsgericht te werken en ervoor te zorgen dat elke betrokkene zich gehoord en gezien voelt.

Op zich is ruzie maken niet slecht. Kinderen leren ervan hoe ver ze kunnen gaan in hun communicatie. Wat zorgt ervoor dat iemand boos wordt? Hoe leg je het weer bij?

Er zijn allerlei vaardigheden die je kind oefent door ruzie te maken, maar vooral door de ruzie weer op te lossen:

- discussiëren
- argumenteren
- je gevoelens uiten naar iemand anders
- je inleven in de gevoelens van iemand anders
- voor jezelf opkomen
- onderhandelen
- samen een oplossing bedenken of een compromis sluiten

Daarnaast helpt ruziën bij het vinden van je eigen individualiteit. Het kind leert dat er verschillen zijn tussen hem en andere kinderen, waardoor er conflicten of discussies kunnen ontstaan. Maar het kind leert ook dat je ondanks die verschillen toch met elkaar kunt spelen, als je de ruzie weer op een goede manier oplost.



Sociaal- en emotionele ontwikkeling

Op school werken we voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van de kinderen met de methodiek 'Rots en Water' voor de ontwikkeling op het sociaal- en emotionele gebied.

Rots en Water

Rots en Water richt zich op het bevorderen van een positieve ontwikkeling van sociale en emotionele competenties. Daarnaast richt de methode zich op het voorkomen en/of verminderen van problemen op het intrapersonlijke domein (hoe zien kinderen zichzelf) en het interpersoonlijke domein (hoe gaan de kinderen met elkaar om).

Dit gebeurt door het aanleren van sociale vaardigheden samen met leeftijdgenoten, veelal in een schoolse setting waarbij in het algemeen alle kinderen worden betrokken. De motivatie en betrokkenheid van kinderen is groot door de fysieke oefeningen, spellen en reële situaties (scenario training) en veilige sfeer waarin deze worden geoefend. In elke les worden oefeningen en spellen regelmatig afgewisseld met momenten van psycho-educatie, zelfreflectie en kringgesprekken. Het leren hanteren van het Rots en Waterconcept geeft kinderen meer inzicht in sociale situaties en de impact van hun eigen gedrag. Rots staat voor eigen grenzen aan kunnen geven, zelfstandig beslissingen kunnen nemen, een eigen weg kunnen gaan. Water staat voor communicatie, kunnen luisteren, samen naar oplossingen kunnen zoeken en de grenzen van anderen leren respecteren. Gaandeweg dit proces leren zij, o.a. in sociale situaties, weloverwogen beslissingen te nemen en ontwikkelen zij meer en veelzijdigere gedragsalternatieven.

Maar wat als dit niet werkt?

De hierboven beschreven visie en handelingswijze van onze school moet ertoe leiden dat er een veilig leer-, leef- en groepsklimaat heerst op 't Praathuis. In enkele gevallen zijn de interventies die de school inzet niet toereikend. Wanneer dit gewenste klimaat in het geding komt zijn wij genoodzaakt het protocol 'Gedrag' te volgen.

Voordat dit protocol in gaat krijgen de kinderen een waarschuwing en worden de ouders uitgenodigd om het gedrag van het kind te bespreken, het kind is ook bij dit gesprek aanwezig. In dit gesprek stelt de stamgroepleider samen met het kind en de ouders een gedragscontract op. Binnen dit gedragscontract wordt er gewerkt aan gewenst gedrag. Mocht er zich, binnen twee weken, een tweede incident voordoen dan worden de ouders (en het kind) voor een tweede keer uitgenodigd op school en zal het protocol 'Schorsen en verwijderen' in gang gezet gaan worden.

't Praathuis steekt veel energie in een fijn en veilig schoolklimaat, omdat we er grote waarde aan hechten dat iedereen zich gezien, gehoord en veilig voelt. Onze ervaring is dat de interventies die wij bewerkstelligen leiden tot deze gewenste situatie en wij hopen dat dit stuk bijdraagt aan het inzichtelijk maken en bevorderen van ons handelen. Ook vinden het we het belangrijk dat alle betrokken weten hoe wij handelen als onze interventies niet tot dit veilige schoolklimaat leiden. In het protocol Schorsen en verwijderen is dit verder uitgewerkt.

Hulp van interne en externe

Voor kinderen die sociaal- emotionele problemen hebben bestaat er binnen onze school de mogelijkheid voor ouders om een bezoek te brengen aan het spreekuur van een sociaal verpleegkundige (vanuit de GGD). Tijdens dit spreekuur kunnen alle vragen worden gesteld die te maken hebben met de geestelijke gezondheid van het kind of over de opvoeding. Van bedplassen tot pesten. Ook kun je er terecht voor vertrouwelijke zaken die je met een ander wilt bespreken.

Op iedere school is ook een vertrouwenspersoon aangesteld. Op onze school is dat Martijn Schakel (m.schakel@opo-r.nl). Daarnaast is er ook een bovenschools vertrouwenspersoon; Bapke van Kessel (b.kessel@opo-r.nl).

Soms wordt geadviseerd kinderen deel te laten nemen aan een sociale vaardigheidstraining (SOVA-training). Zowel geremde kinderen (die aan de kant staan, weinig initiatief nemen of niet weerbaar zijn) als ongeremde kinderen (die veel ruzie maken of zich overschreeuwen), kunnen baat hebben bij zo'n training.

Achtergrondinformatie

Wat verstaan wij onder pesten?

Voor ons betekent pesten:

“Gedrag dat min of meer bewust is gericht op één of meer kinderen en dat tot doel en tot gevolg heeft dat degene op wie het gericht is zich gekwetst, geraakt, vernederd, afgewezen en/of buitengesloten voelt.”

Pesten heeft duidelijk andere kenmerken dan plagen. Uit een plaagsituatie kan wel heel makkelijk een peestsituatie voortvloeien. Een overzicht van de kenmerken van plagen en pesten en van de gevolgen van dit gedrag vormen de basis voor het signaleren van pestgedrag.

Pesten en plagen, waar zit het verschil?

Plagen	Pesten
Is onschuldig en gebeurt onbezonnen en spontaan, gaat soms gepaard met humor.	Gebeurt berekend (je weet meestal vooraf wie, hoe en wanneer je gaat pesten). Je wilt iemand bewust kwetsen of kleineren.
Is van korte duur of gebeurt slechts tijdelijk.	Is duurzaam: het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig (stopt niet vanzelf en na korte tijd).
Speelt zich af tussen 'gelijken'.	Ongelijke strijd. Onmachtgevoelens van de gepeste staan tegenover het machtsgevoel 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) tegenover een geïsoleerd slachtoffer.
Wie wie plaagt, ligt niet vast. De partijen wisselen keer op keer.	Er bestaat een neiging tot een vaste structuur. De pester is veelal steeds dezelfde, net als het slachtoffer.

De gevolgen van plagen en pesten

Plagen	Pesten
'Schaafwond' of korte draaglijke pijn (hoort bij het spel), wordt soms ook als prettig ervaren ('plagen is kusjes vragen').	Indien niet tijdig wordt ingegrepen, kunnen de gevolgen zowel lichamelijk als psychisch pijnlijk en ingewikkeld zijn en lang naslepen.
De vroegere relaties worden vlug hersteld. De ruzie of het conflict wordt spoedig bijgelegd.	Het is niet gemakkelijk om tot betere relaties te komen. Het herstel verloopt heel 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 echt 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 echte vrienden binnen de groep.

Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn:

- Een problematische thuissituatie
- Voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen)
- Voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt
- Voortdurend met elkaar de competitie aan gaan
- Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt

Kenmerken van de pester

Alhoewel je niet zomaar iemand het etiket van 'pestkop' kunt opplakken op basis van één of meer van de volgende kenmerken en kinderen onderling verschillen, blijkt in de praktijk dat bij kinderen die pesten, vaak één of meer van de volgende **kenmerken** opvallen:

- Staat vrij positief tegenover geweld, agressie en het gebruik van stoere taal
- Imiteert graag agressief gedrag
- Is vlugger agressief, gebruikt meer geweld
- Lijkt assertief: zegt spontaan wat hij denkt of voelt, komt uit voor zijn mening
- Is vrij impulsief
- Heeft de neiging anderen te overschreeuwen of te domineren om controle te houden, maar is vaak minder zeker dan hij lijkt
- Wil het middelpunt zijn en is vlug jaloers
- Is meestal fysiek sterk of omringd door sterke vrienden die zijn gezag respecteren

- Heeft moeite met regels, grenzen, en eigen of door anderen opgelegde regels
- Schat situaties verkeerd in
- Schat de gevolgen van zijn gedrag verkeerd in
- Heeft het moeilijk met stress of spanning, die van buitenaf wordt opgelegd (proefwerken, agressie van ouders, etc.).
- Lijdt vaak aan faalangst
- Hoe onveiliger hij zich voelt, hoe groter de behoefte aan een zondebok
- Is niet noodzakelijk dommer of slimmer dan de rest
- Geniet respect uit angst en niet uit waardering
- Heeft een zwak inlevingsvermogen, is vooral met zichzelf bezig en houdt geen rekening met anderen

Kenmerken van de gepeste

Alhoewel wij niet zomaar iemand het etiket van 'gepeste' kunnen opplakken op basis van een of meer van de volgende kenmerken en kinderen onderling verschillen, is in de praktijk wel gebleken dat bij kinderen die gepest worden een of meer van de volgende **kenmerken** opvallen:

- Houdt niet van geweld en agressief of onbeschoft taalgebruik
- Weet niet hoe hij met agressie van anderen om moet gaan
- Is meestal fysiek zwakker
- Is eerder in zichzelf gekeerd
- Is geneigd 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 de pestkoppen na te bootsen, maar faalt daarin

Signalen, die wijzen op pestgedrag

Vaak kunnen door middel van een goede observatie al bepaalde signalen van pestgedrag worden opgevangen. Door het goed observeren van kinderen in verschillende situaties (zoals gesprek, spel, werk en viering) kunnen peestsituaties al in een vroeg stadium worden gesignaleerd en kan worden ingegrepen.

Algemene signalen van pesterijen kunnen o.a. zijn:

- iemand bij een bijnaam noemen i.p.v. de eigen naam
- zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- briefjes doorgeven
- beledigen
- opmerkingen maken over kleding
- isoleren
- 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
- digitaal pesten

Deze lijst kan nog veel verder worden uitgebreid. Stamgroepleerkrachten en ouders moeten daarom alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.

Signalen bij de pester:

- 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
- Het kind vindt het moeilijk om samen te spelen of samen te werken, omdat het altijd de baas wil zijn
- Het verdraagt het slecht om afhankelijk te zijn van het toeval of van de bekwaamheid of onbekwaamheid van anderen
- Zijn vriendjes zijn vaak gelijkgezinden. Ze spreken vaak negatief of kleinerend over bepaalde kinderen. Wie niet bij de groep hoort, is een zwakkeling of zelfs een vijand
- Zijn vriendjes zijn meelopers, die wachten op instructies van de pester
- De pester is regelmatig brutaal tegenover een zwakker gezinslid. Dit kan ook een ouder zijn
- Je krijgt de indruk, dat het kind een dubbelleven leidt: thuis of tegenover de groepsleider is het volgbaar en braaf, maar je hoort klachten over het kind op onbewaakte momenten
- Het kind heeft blauwe plekken of schrammen

Mogelijke signalen bij de gepeste:

- Het kind zoekt het veilige gezelschap van de groepsleider
- Het staat dikwijls alleen op de speelplaats; er komen geen vriendjes thuis om te spelen en het wordt ook niet uitgenodigd om te komen spelen, of te komen op feestjes en

logeerpartijen. Als er groepjes worden gekozen, wordt het kind als laatste gekozen, of het blijft over

- Het kind maakt zich het liefst onzichtbaar. Het is vaak verdrietig of neerslachtig, of heeft onverwachte stemmingswisselingen met driftbuien
- In sommige gevallen is het onhandelbaar, agressief en overspannen
- Het kind is vaker zijn spullen kwijt. Let zeker op, als het kind normaliter niet slordig is. Ook als het kind niet weet hoe het komt of excuses zoekt, is er vaak meer aan de hand
- De schoolresultaten worden opeens veel slechter
- Het kind is vaak afwezig, letterlijk of figuurlijk. Het vlucht weg in de fantasie. Het kind komt liever niet te vroeg op school en is meteen na school weer weg en is gestrest als het weer naar school moet, zoekt naar redenen om niet naar school te gaan
- Het kind heeft blauwe plekken en schrammen

Informatiebronnen en hulpmiddelen

Boeken en methodes

- *Een schreeuw om hulp*, G. Robinson en B. Maines
Uitgeverij Bakermat De No-blameaanpak bij pesten
- *Map Inscope Pesten*, P. van Thiel
Uitgeverij Wolters Noordhoff
- *Methode: Beter omgaan met jezelf en de ander.*
Onderwijsprogramma voor sociaal-emotionele vorming voor 4 tot 12-jarigen
- *Nieuwe spelen om problemen op te lossen*, B. Badegruber
Groepsspelen voor kinderen van 9-15 jaar.
Uitgeverij Panta Rhei
- *Schoolbrochure 'Stop het pesten'*, 2005
- *Speels omgaan met agressie*, R. Portmann
134 spelletjes en oefeningen om op creatieve manier conflicten op te lossen
Uitgeverij Panta Rhei
- *Spelen om problemen op te lossen*, B. Badegruber
Groepsspelen voor kinderen van 6-12 jaar om individuele en onderlinge problemen op te lossen
Uitgeverij Panta Rhei

Telefonisch contact:

Kinderen die vragen hebben of die willen praten over hun zorgen en problemen kunnen terecht bij:

De kindertelefoon:

0800 - 0432 (gratis; elke dag van 14.00 tot 20.00)

of met de telefonische hulpdienst:

030 294 33 44 (gewone gesprekskosten)

Het kindertelefoon zit ook op internet: <http://www.kindertelefoon.nl/> met o.m. een discussie over pesten.

Helpwanted:

Voor hulp bij grensoverschrijdend gedrag (online of offline)

[Helpwanted](#) | [Home](#)

Zelfmoordpreventie:

Wanneer kinderen zo erg gepest worden en de problemen en zorgen niet verminderen waardoor het kind zelfmoordneigingen gaat ontwikkelen dan kan het kind terecht bij

[Homepage | 113 Zelfmoordpreventie](#)

Aan **ouders** wordt een luisterend oor, advies en informatie geboden door:

De opvoedtelefoon:

0900 - 821 22 05

Maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur

en maandag t/m woensdag van 19.00 tot 21.30 uur (44 cent per minuut)

Kinderen, ouders en stamgroepleerkrachten die vragen over of problemen hebben met pesten kunnen terecht bij:

De Hulplijn Pestweb

[Home - Pestweb](#)

Websites

www.kidstegengeweld.nl

www.kindertelefoon.nl

www.pestenslaf.nl

www.pestweb.nl

www.schoolenveiligheid.nl

www.zinloosgeweld.nl