Anti-Pestprotocol Kindcentrum De Boog

Koudenhovenseweg-zuid 202, 5641 AC Eindhoven, tel.: 040-2811760.

e-mail: ***deboog@skpo.nl*** ***website:*** ***www.bsdeboog.nl***

Inhoud

1. Het belang van een anti-pestprotocol 3
2. Pesten: achtergrondinformatie en definitie 4
2.1 Wat is pesten? 4
2.2 Direct of indirect pesten 4
2.3 Gevolgen van pesten 5
2.3.1 Gevolgen voor het slachtoffer 5
2.3.2 Gevolgen voor de pester 5
2.3.3 Gevolgen voor de klas 5
2.3.4 Rol van de leerkracht en de school 6
2.4 Waarom pesten kinderen? 6
2.5 Wie zijn de slachtoffers? 7
2.6 Samengevat 7
3. Signaleren van pestgedrag 8
3.1 Pestprobleem herkennen 8
3.2 Signalen van pesten 8
3.3 Online pesten / Cyberpesten 9
4. Voorkomen én aanpakken van pestgedrag 10
4.1 Vijfsporenaanpak 10
4.1.1 Preventie: Algemene verantwoordelijkheid van de school 10
4.1.2 Actie: Steun bieden aan het slachtoffer 10
4.1.3 Reactie: Steun bieden aan de pester 10
4.1.4 De groep betrekken bij het probleem 10
4.1.5 Steun bieden aan de ouders 10
5. Stappenplan 11
Aanspreekpunten op school 13

1. Het belang van een anti-pestprotocol

Opgroeien en groot worden doe je niet alleen op school of alleen thuis. Het gedrag van kinderen op school wordt beïnvloed door huiselijke omstandigheden, het gedrag thuis én door zaken die op school spelen. De zorg voor een evenwichtige sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen is dan ook een verantwoordelijkheid van school en ouders samen. Doelbewust samenwerken met wederzijds respect staat hierbij centraal. Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan.

Dit Anti-Pestprotocol is opgesteld om leerlingen, ouders en leerkrachten duidelijkheid te geven over de definitie van pesten, handvatten te geven om pesten te voorkomen én te laten zien hoe gehandeld dient te worden bij pesten.

Ouders en leerkrachten willen allen dat de kinderen zich in een veilige omgeving kunnen ontwikkelen tot evenwichtige en competente kinderen. Alleen in een veilige omgeving zullen kinderen komen tot ontwikkeling van de noodzakelijke vaardigheden. Als school willen we streven naar een pestvrije school. We vinden dat we er alles aan moeten doen om kinderen die een groot deel van hun tijd op school doorbrengen, een zo veilig mogelijke omgeving te garanderen.

Dit Anti-Pestprotocol wordt onderschreven en ondersteund door directie, leerkrachten én Medezeggenschapsraad.

2. Pesten: achtergrondinformatie en definitie

2.1 Wat is pesten?

Volgens het Nederlands Jeugdinstituut (nji.nl) is pesten een vorm van agressie waarbij geprobeerd wordt om iemand steeds pijn te doen. Dat kan zowel offline als online. Bij pesten zijn verschillende mensen betrokken: de pester, de gepeste en de omstanders. De pester heeft vaak een sterkere sociale positie dan degene die gepest wordt. Pesten veroorzaakt stress, angst, eenzaamheid en gebrek aan zelfvertrouwen. Pesten stopt niet vanzelf. Het is belangrijk om in te grijpen. Pesten kan stoppen als omstanders het afkeuren en de gepeste helpen.

Wanneer we kijken naar de definities die te vinden zijn over pesten, zien we dat bepaalde aspecten in vrijwel alle definities terugkomen. Wanneer we over pesten spreken, spreken we over het systematisch, langdurig en herhaald lastigvallen, met de bedoeling om de ander te kwetsen en/of pijn te doen. Ook het langdurig buitensluiten, negeren én uitschelden, omdat iemand “anders” wordt gevonden én (in uiterste gevallen) fysiek mishandelen, kan onder pesten geschaard worden.

Ook is bij pesten vaak sprake van een duidelijk machtsverschil. Het pestslachtoffer is vaak “zwakker” dan de pester(s) en daardoor niet in staat zichzelf te verdedigen. Vaak wordt de pester beschouwd als iemand met meer zelfvertrouwen, agressiever en fysiek sterk & kiezen zij slachtoffers die fysiek zwakker ogen, rustig zijn en niet-assertief gedrag vertonen.

De termen pesten en plagen worden vaak (ten onrechte) door elkaar gehaald, maar er is een duidelijk verschil aan te duiden. Plagen is van korte duur, iemand roept spontaan iets naar een willekeurige persoon. Deze persoon neemt niet per definitie een lagere positie in en het plagen richt zich niet elke keer op dezelfde persoon. Plagen kan in zekere zin grappig zijn maar ook kwetsend. Omdat er bij plagen geen sprake is van een machtsverschil kan de ander makkelijk terugplagen. Plagen is onschuldig, gebeurt incidenteel en een ander leidt daar niet onder. In tegenstelling tot pesten.

2.2 Direct of indirect pesten

Stichting Stop Pesten Nu!, maakt daarnaast een onderscheid tussen direct en indirect pestgedrag. Direct pesten vindt plaats wanneer iemand fysiek, verbaal of sociaal gedrag gebruikt om iemand anders te kwetsen. Bijvoorbeeld: schelden, slaan, spugen, intimideren, buitensluiten of roddelen over iemand. Indirect pesten daarentegen vindt plaats wanneer iemand op een subtiele manier iemand anders kwetst zonder rechtstreeks contact te maken. Bijvoorbeeld: roddelen over iemand achter zijn rug, iemand negeren, geruchten verspreiden over iemand of iemand belachelijk maken via sociale media. Het verschil tussen deze twee vormen van pesten is dat direct pesten meer zichtbaar en gemakkelijker te identificeren is, terwijl indirect pesten vaak subtieler is en moeilijker te herkennen. Beide vormen van pesten kunnen ernstige emotionele schade veroorzaken bij de persoon die wordt gepest en moeten daarom serieus worden genomen en aangepakt.

2.3 Gevolgen van pesten

Dat pesten negatieve gevolgen kan hebben voor het slachtoffer is algemeen bekend. Echter heeft het pesten ook negatieve gevolgen voor zowel de pester(s) als de overige klasgenoten. In alle situaties geldt dat het pesten zowel op het moment zelf, áls op de langere termijn een negatieve invloed heeft.

2.3.1 Gevolgen voor het slachtoffer

Een eenmalige pestervaring hoeft niet traumatiserend te zijn, ook als die ernstig is. Vooral kinderen die herhaaldelijk en op verschillende manieren zijn gepest, hebben last van sociale en emotionele problemen. Hoe erger en langduriger het pesten, hoe groter de kans op negatieve gevolgen. Uit verschillende onderzoeken blijkt dat gepest worden gevoelens van eenzaamheid en depressie vergroot. Slachtoffers gaan zichzelf door het pesten minder leuk vinden, vertrouwen hun leeftijdsgenoten niet en zijn bang om naar school te gaan. Die gevoelens kunnen leiden tot verder isolement, diepere depressie en nog meer pestgedrag van anderen. Het kan zelfs leiden tot gedachten over zelfmoord.

Aanhoudend en langdurig pestgedrag kan leiden tot:

- Faalangst, wantrouwen, depressie;
- Het verliezen (of niet ontwikkelen van) voldoende zelfvertrouwen;
- Lichamelijke klachten;
- Mindere prestaties (op school, tijdens sport);
- Sociaal isolement.

2.3.2 Gevolgen voor de pester

De gevolgen voor de pester zijn op korte termijn vaak nog niet negatief. Hun schoolprestaties zijn vaak beter dan die van gepeste kinderen en hun populariteit en zelfwaardering zijn ook groter. Meestal is er sprake van zogenaamde schijnpopulariteit: klasgenoten bewonderen de pester, maar zijn tegelijkertijd ook bang voor diegene. Ze lijken populair, maar zijn het niet daadwerkelijk.

Op de lange termijn kan de pester echter sociale problemen krijgen. Een pestend kind leert dat het doelen kan bereiken zonder op een sociaal aangepaste manier met anderen te onderhandelen. Daardoor kan hij uiteindelijk onaangepaste gedragspatronen krijgen.

Kinderen die op school anderen pesten lopen een grotere kans op ernstige problemen in hun adolescentie. Jongens zijn bijvoorbeeld vaker bij vechtpartijen betrokken en meisjes hebben op latere leeftijd een grotere kans op betrokken te raken bij huiselijk geweld en om tienermoeder te worden. Adolescenten die pesten of vroeger gepest hebben komen vaker met justitie in aanraking en drinken meer alcohol. Bovendien komen ook gedachten over zelfmoord vaker voor bij kinderen en jongeren die pesten.

2.3.3 Gevolgen voor de klas

Op school kan een hele klas last hebben van pesten. De verstoring en afleiding die het pesten veroorzaakt, hinderen het leren. Op dagen waarop kinderen iemand gepest zien worden, vinden ze school minder leuk. De sfeer in de klas wordt dan als negatief beleefd, blijkt uit onderzoek naar het ervaren van sociale veiligheid. Dat heeft ook tot gevolg dat de focus op de onderwijsprestaties niet optimaal zal zijn. Het zal ook moeilijk zijn om met de klas groepsopdrachten te maken omdat dit coöperatief gedrag en positieve samenwerking vereist.

Daarbij komt dat klasgenoten vaak voor een keuze worden gezet: ingrijpen of meelopen? Kinderen die meedoen met pesters zijn meestal bang om zelf in de slachtofferrol terecht te komen. Ze vinden het interessant en denken dat ze in de populariteit mee kunnen liften met de pester. Kinderen die meedoen zijn vaak ook bang om vrienden of vriendinnen te verliezen. Ze houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich vaak schuldig omdat ze niet hebben ingegrepen of hulp hebben ingeschakeld.

2.3.4 Rol van de leerkracht en de school

Het pestgedrag kan een negatieve invloed hebben op de sfeer: thuis, in de klas & op school. Dit gaat ten koste van het leerklimaat. Het is belangrijk dat leerkrachten adequaat optreden tegen pestgedrag. Wanneer kinderen zien/voelen/ervaren dat de leerkracht niet (voldoende) optreedt tegen pestgedrag of agressie, kunnen zij ervaren dat het gedrag als “normaal” wordt gezien, hetgeen tot gevolg kan hebben dat zij zelf ook overgaan tot pesten en/of agressie. Pesten is niet normaal en is niet goed te praten!

De leraar heeft als belangrijke taak om ervoor te zorgen dat iedereen zich veilig en geaccepteerd voelt. De leraar besteedt aandacht aan ieder individu, heeft vertrouwen in de leerlingen en geeft de leerlingen zelf verantwoordelijkheid. De leraar geeft duidelijke grenzen en accepteert pestgedrag niet.

Wanneer een school weinig toezicht houdt op leerlingen, wordt het pestgedrag niet gesignaleerd en kunnen de pesters ongestoord hun gang gaan. Daarom is het belangrijk om goed toezicht te houden. Door bijvoorbeeld tijdens het speelkwartier op het plein een pleinwacht te hebben. Hierdoor kan meteen ingegrepen worden bij pesterijen en het gedrag kan in de klas besproken worden. Hierbij is belangrijk dat leerkrachten adequaat en éénduidig optreden en handelen, zodat kinderen zich door alle “surveillanten” serieus genomen voelen. Wanneer kinderen het idee hebben dat hun problemen niet serieus worden genomen en/of worden opgelost, bestaat de kans dat zij zichzelf niet meer melden, omdat “het toch niet opgelost wordt”.

2.4 Waarom pesten kinderen?

Pestgedrag heeft vaak complexe, diepgewortelde oorzaken. Deze oorzaken kunnen gezocht worden in:

- Een problematische thuissituatie (weinig aandacht van ouders/lichamelijke bestraffing door ouders/ouders corrigeren agressief gedrag niet/zelf gepest zijn/slecht voorbeeld van ouders/blootstellen aan geweld op tv of in computerspelletjes).
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet/buitengesloten voelen); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zichzelf belangrijker maken door een ander omlaag te drukken.
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas.
- Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school (autoritaire leerkracht laat op onprettige manier blijken dat hij de baas is. Dergelijke spanningen kunnen op een zondebok worden afgereageerd).
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau).
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid).

2.5 Wie zijn de slachtoffers?

Slachtoffers lokken pestgedrag *nooit* uit!

Pesters hebben een slachtoffer nodig en zullen op zoek gaan naar kinderen die gepest kunnen worden, zodat zij zichzelf in een sterkere positie kunnen brengen. Pesters kiezen vaak slachtoffers uit die voldoen aan bepaalde kenmerken:

- Weinig vrienden, gevoel van eenzaamheid;
- Verlegen, rustig;
- Minder groot en sterk dan de pester zelf;
- Moeite met het herkennen en of volgen van bepaalde regels en normen in de groep;
- Ontbreken van en/of minder ontwikkelde sociale vaardigheden;
- Onzeker;
- Niet assertief, moeite om voor zichzelf op te komen;
- Moeite om met agressie om te gaan;
- Huilt snel, snel emotioneel.

Kinderen worden pas gepest in situaties waarin de pester de kans krijgt om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.

2.6 Samengevat

Pesten is een complex probleem met zeer diverse oorzaken. Deze oorzaken zijn vaak moeilijk te achterhalen én kunnen langere tijd verborgen blijven voor ouders en leerkrachten. Pestgedrag kan zowel op korte áls lange termijn verregaande gevolgen hebben voor het slachtoffer, maar ook voor de pester, de omstanders/klasgenoten en de sfeer in een groep. Pesten mag in geen geval als normaal beschouwd worden en het slachtoffer lokt pestgedrag nooit zelf uit.

3. Signaleren van pestgedrag

3.1 Pestprobleem herkennen

In sommige situaties is pesten direct zichtbaar. Een kind wordt buitengesloten, krijgt een duw, wordt vernederd of wordt vaak uitgescholden. Helaas gebeurt pesten vaak in onveilige situaties en stiekem, bijvoorbeeld in de pauze op het plein, in de kleedkamer, bij de wc, op de gang en ook steeds vaker online. Daar komt bij dat pestslachtoffers, vaak moeite hebben om dit te vertellen tegen ouder(s) en/of leerkracht(en). Kinderen kunnen schaamte ervaren én het gebrek aan populariteit kan gezien worden als een tekortkoming (naar zichzelf of naar ouders toe).

Om bovenstaande redenen is het belangrijk om pestsignalen serieus te nemen en leerkrachten proberen pestgedrag zo snel mogelijk te herkennen. Daarbij is van belang dat ook signalen vanuit ouders en kinderen serieus worden genomen.

3.2 Signalen van pesten

Pestgedrag kan herkend worden aan verschillende signalen, zowel bij het slachtoffer als bij de pester.

Signalen die zichtbaar zijn bij een kind dat pestgedrag ervaart:

- Je kind verandert in gedrag: hij is stil en teruggetrokken of juist agressief. Soms gaat het kind weer duimen of bedplassen;
- Schoolresultaten verslechteren;
- Slecht slapen, nachtmerries, zichzelf in slaap huilen;
- Minder zelfvertrouwen en durft niets alleen;
- Heeft regelmatige kapotte spullen of verwondingen;
- Klachten als buik- of hoofdpijn en misselijkheid;
- Staat letterlijk alleen, neemt geen vrienden mee naar huis en vermijdt feestjes;
- Lijkt ongelukkig of depressief;
- Angst om naar school te gaan of alleen te zijn in weekenden of vakanties, niet meer over school willen vertellen;
- Eet anders dan normaal;
- Het hebben van schrammen, blauwe plekken en/of andere verwondingen;
- Overcompensatie in gedrag: geld geven aan de pester, dingen als snoep of cadeautjes uitdelen om aardig gevonden te worden;
- Zoekt veilige plekken op en vermijdt groepen en speelplaatsen;
- Het vermijden van situaties waarbij de aandacht op hem/haar gericht is, zoals het niet willen vieren van de verjaardag, angst voor presentaties of samenwerken.

Signalen van een kind dat pestgedrag vertoont:

- Weigert om met bepaalde kinderen samen te werken/spelen;
- Kan zich moeilijk inleven in anderen;
- Reageert vaker impulsief en agressief;
- Gedraagt zich in de buurt van autoriteit, maar op andere plekken niet;
- Zet zich af tegen de groep en speelt de baas;
- Vindt het lastig om regels en grenzen te accepteren.
- Vertellen hoe stoer hij zichzelf vindt;
- Moeite om zijn gevoelens te verwoorden.

3.3 Online pesten/Cyberpesten

De opkomst van telefoons, tablets en sociale media heeft een nieuwe vorm van pesten met zich meegebracht: het cyberpesten. Deze vorm van pesten is erg ingrijpend om verschillende redenen:

- Het pesten stopt nooit: het kan dag en nacht doorgaan, ook wanneer een kind zichzelf in een veilige omgeving (zoals thuis op de bank) bevindt. Hierdoor is de impact extra zwaar;
- Het is openbaar: Pesters kunnen een groot publiek bereiken via sociale media, wat de vernedering van het slachtoffer versterkt;
- Het is anoniem: Dankzij nepaccounts kunnen daders vaak anoniem blijven, waardoor het lastig wordt om hen te confronteren.

Cyberpesten komt in verschillende vormen voor:

- Uitsluiting: bijvoorbeeld het blokkeren of ongevraagd verwijderen op/van sociale media, chatgroepen of WhatsApp, of het negeren van berichten (ghosting);
- Beledigen en roddelen: bijvoorbeeld het plaatsen van kwetsende opmerkingen onder berichten of foto's en het verspreiden van geruchten en discriminerende opmerkingen;
- Belachelijk maken: bijvoorbeeld het versturen/delen van beschamende foto's of video's, het aanmaken van nepaccounts op naam van het slachtoffer en het zonder toestemming verspreiden van vertrouwelijke informatie;
- Bedreigen en intimideren: bijvoorbeeld het sturen van dreigende berichten via sociale media en berichtenapps en het overmatig spammen (of stalken, lastigvallen) via verschillende kanalen;
- Subtiele vormen: negeren en buitensluiten in digitale omgevingen.

Net als bij "niet digitaal pesten", kan cyberpesten verregaande gevolgen hebben. Slachtoffers kunnen mentale én fysieke klachten krijgen, raken in een isolement, hetgeen uiteindelijk kan leiden tot suïcidale gedachten.

4. Voorkomen én aanpakken van pestgedrag

Pesten dient aangepakt te worden. Om te zorgen voor structurele aanpak van pestgedrag is het belangrijk dat ouders en school in samenwerking naar een oplossing zoeken. Wanneer je opmerkt dat je kind gepest wordt wil je als ouder zo snel mogelijk handelen, zodat je kind zo snel mogelijk weer op een prettige manier naar school kan gaan. Je kan daarbij de volgende stappen doorlopen.

4.1 Vijfsporenaanpak

Uit onderzoek (Nationaal Onderwijsprotocol) is gebleken dat de vijfsporenaanpak één van de weinige effectieve manieren is om pesten aan te pakken. Op Kindcentrum de Boog passen we deze aanpak toe.

4.1.1 Preventie: Algemene verantwoordelijkheid van de school

- De school zorgt ervoor dat de directie en alle medewerkers voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en over de aanpak van pestgedrag. Als zij pestgedrag signaleren maken zij hier direct werk van;
- De school zorgt voor een goed beleid over pesten, om de veiligheid van onze leerlingen te waarborgen.

4.1.2 Actie: Steun bieden aan het slachtoffer

- We nemen het probleem van het kind serieus;
- We zoeken uit wat er precies gebeurt;
- We overleggen met het kind over mogelijke oplossingen;
- We schakelen eventueel deskundige hulp in van buiten;
- We zorgen voor vervolggesprekken.

4.1.3 Reactie: Steun bieden aan de pester

- We confronteren het kind met zijn gedrag en de gevolgen ervan;
- We proberen de achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen;
- We helpen het kind om zijn relaties met andere kinderen te verbeteren;
- We stellen grenzen en handhaven die consequent;
- We informeren het team en de ouders van de pester over het pestgedrag.

4.1.4 De groep betrekken bij het probleem

- De leerkracht bespreekt het pesten met de groep en benoemt de rol van de leerlingen hierin;
- De groep bespreekt mogelijke oplossingen en de leerlingen bedenken wat zij kunnen doen om de situatie te verbeteren. De leerkracht komt hier later weer op terug.

4.1.5 Steun bieden aan de ouders

- We nemen ouders die zich zorgen maken serieus;
- We informeren ouders over pestsituaties, over pesten en over manieren om pesten aan te pakken en te voorkomen;
- We werken samen met ouders om het pesten aan te pakken;
- We verwijzen ouders zo nodig door naar deskundige hulpverleners.

5. Stappenplan

Wat doen we als we pestgedrag signaleren?

Het is belangrijk dat pestgedrag altijd gemeld wordt bij de groepsleerkracht. Wanneer dit het geval is, hanteren we het volgende stappenplan.

- De leerkracht gaat in gesprek met de pester(s) en informeert de anti-pestcoördinatoren en de directie.
- De leerkracht maakt afspraken met de betrokken leerlingen en noteert dit in het ParnasSys, het leerlingvolgsysteem waar we op Kindcentrum De Boog gebruik van maken.
- Zo nodig maakt de leerkracht afspraken voor vervolggesprekken.
- Als het pestgedrag blijft voortduren worden de ouders van de pester geïnformeerd, in het bijzijn van de pester. Aan het eind van dit gesprek worden de afspraken met de pester uitdrukkelijk besproken en vastgelegd. Ook de sancties bij het overtreden van de afspraken worden gemeld. De leerkracht nodigt ouders en directie uit voor dit gesprek én noteert de afspraken in het leerlingvolgsysteem.
- De leerkracht brengt de anti-pestcoördinatoren én directie op de hoogte van het gesprek.
- Als het probleem zich blijft herhalen meldt de leerkracht dit aan de directie. De leerkracht geeft daarbij een overzicht van de data van de gebeurtenissen, de data en de inhoud van de gevoerde gesprekken en de vastgelegde afspraken.
- De anti-pestcoördinator en/of directie nodigt ouder(s) uit voor een gesprek en noteren de uitkomsten van het gesprek in het leerlingvolgsysteem. Ook het kind wordt bij dit gesprek betrokken.
- Als het gedrag niet verbetert verwijzen we door naar School Maatschappelijk Werk, kindertherapie of laten we de pester deelnemen aan een training sociale vaardigheden. Ook deze maatregelen worden genoteerd in het leerlingvolgsysteem.
- Als het pestgedrag niet verbetert, of de ouders werken onvoldoende mee om het probleem aan te pakken, kan de schoolleiding bijzondere maatregelen nemen, zoals het isoleren van de pester of een tijdelijke schorsing.

6. Omgangsregels op Kindcentrum De Boog

Schoolbreed geven we kinderen bepaalde stel- en omgangsregels mee met betrekking tot pesten.

6.1 Algemene regels

Op Kindcentrum De Boog hanteren we drie stelregels:

1. Hulp vragen mag! Belangrijk is dat het inschakelen van de leerkracht als normaal wordt beschouwd en niet gezien wordt als klikken. Wanneer er sprake is van pestgedrag of wanneer kinderen onderling ruzie hebben en zelf niet tot een oplossing kunnen komen, mogen zij hulp vragen aan de leerkracht.
2. Verantwoordelijkheid. De kinderen zijn samen verantwoordelijk voor een fijne sfeer in de groep én op school. We leren kinderen dat ze verantwoordelijk zijn om pestgedrag aan te kaarten bij de leerkracht.

3. Samenwerking met ouders. School en ouders werken samen aan het oplossen van het probleem, maar binnen de eigen grenzen én in overleg. Het is dus niet de bedoeling dat ouders zélf naar school komen om een probleem voor hun kind op te lossen.

6.2 Omgangsregels

- We zijn aardig voor elkaar;
- We noemen elkaar bij de voornaam;
- We laten elkaar uitpraten;
- We blijven van elkaar én elkaars spullen af;
- We gebruiken geen scheldwoorden;
- We beoordelen elkaar niet op het uiterlijk;
- We lachen elkaar niet uit en roddelen niet over elkaar;
- We bedreigen elkaar niet en doen elkaar geen pijn;
- We vertellen het aan de meester of juf als we zien dat iemand gepest wordt;
- We behandelen elkaar zoals wij zelf behandeld willen worden;
- We sluiten elkaar niet buiten.

7. Adviezen voor ouders

We hebben een aantal adviezen op een rij gezet voor ouders. Wat kunt u doen om mee te helpen pestgedrag te voorkomen of te stoppen?

7.1 Ouders van gepeste kinderen

Het is belangrijk om de communicatie met uw kind open te houden en in gesprek te blijven met elkaar. Als er sprake is van pesten op school, bespreek dit dan met de leerkracht. Wij horen het ook graag als uw zoon of dochter op straat of ergens anders gepest wordt.

Kinderen die gepest worden hebben behoefte aan steun. Dat kan zijn in de vorm van positieve stimulering, een complimentje of een schouderklop bijvoorbeeld. Hierdoor vergroot het zelfrespect. Ook kunt u uw kind steunen in het idee dat er een einde aan het pesten komt, dat het weer voorbij gaat.

7.2 Ouders van pesters

Ook hier geldt dat een open communicatie belangrijk is. Probeer bijvoorbeeld in gesprek met uw kind te achterhalen wat zijn of haar drijfveren zijn. En maak het kind gevoelig voor wat het anderen aandoet. Misschien kan het helpen om wat extra aandacht aan uw kind te besteden en tijd voor hem of haar te nemen. Benoem positieve dingen in het gedrag van uw kind. Maak ook duidelijk dat u het eens bent met de beslissingen van de school rond het pestgedrag.

7.3 Overige ouders

Voor ouders onderling is het van belang dat ze zich begrepen voelen; neem daarom de ouders van het gepeste kind serieus. Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan. En geef zelf het goede voorbeeld! Ook belangrijk: leer uw kind om voor zichzelf én voor anderen op te komen.

8. Aanspreekpunten op school

Op het moment dat uw kind pestgedrag ervaart, uw kind pestgedrag vertoont of uw kind thuis vertelt over pestsituaties van anderen, is het belangrijk dat u contact opneemt met school. Uiteraard is de groepsleerkracht een eerste aanspreekpunt, maar er zijn meerdere opties:

- De groepsleerkracht: de groepsleerkracht heeft uw kind in de klas én kan daardoor vaak snel observeren, handelen en ingrijpen.
- De anti-pestcoördinator: De anti-pestcoördinator is een aanspreekpunt binnen de school waar ouders en kinderen zich kunnen melden, wanneer zij pestgedrag ervaren en/of signaleren. Deze collega's coördineren het anti-pestbeleid op school en zijn aanspreekpunt voor alle betrokkenen. De anti-pestcoördinatoren vindt u in de schoolgids.
- De interne vertrouwenspersoon: Een interne vertrouwenspersoon is iemand die op school werkzaam is, bij wie je terecht kan als je een melding of klacht hebt over zaken die met de school te maken hebben. De interne vertrouwenspersoon handelt vertrouwelijk en zorgvuldig. De interne vertrouwenspersonen vindt u in de schoolgids.
- De externe vertrouwenspersoon
- Directie