



ANTI-PESTPROTOCOL



Basisschool WereldKidz Mozaïek Petenbos

Margaretha Turnorlaan 7

3903WK Veenendaal

T: 0318-513558

Inhoud

1. Missie Mozaïek Petenbos en doelstellingen protocol.
 - 1.1 Uitgangspunten
2. Definitie plagen en pesten
 - 2.1 Plagen
 - 2.2 Pesten
3. Pesten op school: Kenmerken, signalen en gevolgen
 - 3.1 Rol 1 - Pesters
 - 3.2 Rol 2 - Slachtoffers
 - 3.3 Rol 3 - Omstanders
4. Activiteiten in het kader van preventie
5. Curatieve aanpak
6. Sanctiebeleid
7. Adviezen aan ouders/verzorgers

BIJLAGE 1: Handreiking gespreksvoering

BIJLAGE 2: Digitaal pesten

BIJLAGE 3: De petten van de Kanjertraining



1. Missie Mozaïek Petenbos en doelstellingen protocol

WereldKidz Mozaïek Petenbos is een school waar kinderen, leerkrachten en ouders zich veilig en gerespecteerd voelen, waar kinderen met veel plezier naar toe komen om te leren en waar structuur zit in de organisatie en het leerstofaanbod. WereldKidz Mozaïek Petenbos wil zich samen met ouders inzetten om een omgeving te waarborgen 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. Het pedagogisch klimaat moet er dan ook op gericht zijn 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.

Hiertoe zijn de volgende vier doelstellingen van dit anti-pestprotocol opgesteld:

- Het voorkomen van pestgedrag
- Het tijdig signaleren van pestgedrag
- Het remediëren/bespreekbaar maken van pestgedrag
- De samenwerking met ouders optimaliseren en inzetten om pestgedrag te voorkomen/aan te pakken

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. School is bedoeld om te leren. Dit kan alleen als leerlingen zich veilig voelen op school. De visie en levenshouding van de Kanjertraining vormen het uitgangspunt van ons veiligheidsbeleid. We hebben een duidelijke visie op hoe we met elkaar omgaan en willen graag samen met ouders en kinderen zorgen voor een veilige school.

1.1 Uitgangspunten

1. We willen te vertrouwen zijn. De meeste mensen willen te vertrouwen zijn. Op die manier willen we gezien, gehoord en begrepen worden. We gaan daarom uit van elkaars goede bedoelingen en kijken met vertrouwen naar elkaar en de kinderen. Ons uitgangspunt is daarbij dat je jezelf mag zijn. Doe je niet anders voor dan wie je werkelijk bent, zoals je bent is het goed. En daarmee ben je te vertrouwen.
2. Wij, leerkrachten en ouders, zijn samen het gezag van het fatsoen. We zijn gezamenlijk verantwoordelijk voor de opvoeding van de kinderen. Een goede opvoeding richt zich op fundamentele menselijke waarden zoals: liefde, vertrouwen, mededogen, toewijding, verantwoordelijkheid en betrokkenheid in de breedste zin van het woord. Daarom moeten wij, ouders en leerkrachten, duidelijke leiders zijn voor kinderen: wij vertegenwoordigen het gezag van het fatsoen. We laten ons daarbij niet bepalen door negatieve gevoelens zoals angst, onmacht en ergernis. We zorgen voor een veilige sfeer door grensoverschrijdend gedrag op een nette manier zorgvuldig aan te pakken. Daarin werken we samen met elkaar.
3. We geven het goede voorbeeld. De kinderen voelen zich veilig als wij het goede voorbeeld geven:
 - a. We gaan respectvol met elkaar om.
 - b. We spreken respectvol over elkaar en de kinderen, ook op sociale media
 - c. Indien zich een probleem voordoet of als we ons zorgen maken, dan overleggen we met elkaar. We zoeken een oplossing die goed is voor alle betrokkenen en die recht doet aan de situatie.

2. Definitie plagen en pesten

Voor alle leerlingen is het zeer belangrijk, wil men pestgedrag adequaat aan kunnen pakken, het verschil te (h)erkennen tussen plagen en pesten. Ons handelen is gestoeld op de volgende definities.

2.1 Plagen

Plagen is onschuldig, onbezonnen en gebeurt vaak spontaan. Er is geen sprake van een slachtoffer en pester; beide partijen zijn even sterk/gelijkwaardig. Plagen gaat vaak gepaard met humor. Plagen gebeurt over en weer en vergroot de sociale weerbaarheid van kinderen. Kinderen leren spelenderwijs hun eigen grenzen en die van de ander (her)kennen. Dit draagt bij aan hun sociaal-emotionele ontwikkeling. Plagen kwetst de ander (meestal) niet en de ander plaagt terug, omdat er geen machtsverschil bestaat. De rollen wisselen continu (plagen-geplaagd worden). Wel moeten leerkrachten en ouders erop bedacht zijn dat kinderen met een laag zelfbeeld/weinig zelfvertrouwen/(ex-)pestslachtoffers plagen kunnen opvatten als pesten.

2.2 Pesten

Pesten is een stelselmatige vorm van agressie waarbij één of meer personen proberen een andere persoon fysiek, verbaal of psychologisch schade toe te brengen. Bij pesten is de macht ongelijk verdeeld. Daaronder valt ook het digitaal/online pesten: Kinderen of jongeren gebruiken het internet (pesten via chatboxen, WhatsApp, Facebook, Tik Tok) of pesten elkaar door vervelende berichten via devices te sturen.

3. Pesten op school: Kenmerken, signalen en gevolgen

Het is normaal dat kinderen af en toe 'last' hebben van elkaar. Dit gebeurt thuis en op school. Ze willen spelen met hetzelfde speelgoed, ze willen rustig werken terwijl een ander door de klas roept. Ze willen met hetzelfde kind spelen maar niet met elkaar. Kortom: er ontstaat gedoe. Dit zijn voor kinderen allemaal leermomenten. In het volwassen leven moeten wij immers ook leren omgaan met onze behoeftes en die van anderen. We zullen onze grenzen en wensen moeten aangeven.



Als we het over pesten hebben, gaat dit verder dan af en toe 'last' hebben van elkaar. Wanneer er gepest wordt, kan dit worden uitgesplitst naar drie rollen, te weten slachtoffers, pesters en omstanders. Belangrijk voor leerkrachten en ouders/verzorgers is te weten wat de kenmerken, signalen en gevolgen zijn van pestgedrag voor alle drie de rollen zodat pestgedrag tijdig kan wordenesignaleerd en er kan worden ingegrepen. In het navolgende zullen de kenmerken van pester/slachtoffer/omstander worden beschreven. Hierbij moet worden opgemerkt dat uit de literatuur blijkt dat er geen eenduidig beeld is van een pester/slachtoffer/omstander, maar dat onderstaande beschreven kenmerken relatief vaak voorkomen.

3.1 Rol 1 - Pesters

Kenmerken pester:

- Dominante persoonlijkheid, staat graag in middelpunt van de belangstelling;
- Impulsief, snel gefrustreerd;
- Weinig empathisch vermogen. In het bijzonder gericht op eigen 'ik';
- Overziet gevolgen eigen gedrag niet tot nauwelijks. Schat eigen gedrag positiever in. Legt schuld buiten zichzelf;
- Grens opzoekend/overschrijdend gedrag. Moeite met opvolgen van regels;
- Moeite met samenwerken - Staat (vrij) positief ten aanzien van gebruiken van geweld.

Signalen pester:

- Verdraagt nauwelijks kritiek en kan moeilijk grenzen aanvaarden die zijn opgelegd;
- Wordt snel boos, is ongeduldig (wil veelal eigen wensen ingewilligd zien);
- Heeft moeite zich te uiten en emoties te bespreken;
- Vertoont agressief gedrag;
- Wil baas spelen en 'vrienden' zijn meelopers;
- Scheldt uit via sociale media;
- Wil wachtwoord niet bekend maken bij ouders;
- Ouders mogen niet meekijken wanneer wordt gecomputerd;
- Maakt foto's in pauze van kinderen waarmee geen vriendschap is opgebouwd.

Gevolgen pesters:

Ontwikkelen van onaangepaste gedragspatronen (op langere termijn). Dit houdt in dat pesters bijvoorbeeld geen hechte vriendschappen kunnen ontwikkelen en vier keer meer kans hebben om in de criminaliteit te belanden. Ook alcohol/ drugsgebruik komen relatief vaker voor op latere leeftijd

3.2 Rol 2 - Slachtoffers

Kenmerken slachtoffer:

- Onzeker in sociale contacten, teruggetrokken, weinig vriendschappen;
- Geneigd zich onderdanig op te stellen;
- Durft niet op te komen voor zichzelf, weinig assertief;
- Missen van sociale vaardigheden;
- Fysiek zwakker dan leeftijdgenoten (in bijzonder bij jongens);
- Reageert niet op gepaste manier op druk van buitenaf: onderdanig, huilen;
- Zoekt vaak aansluiting bij volwassenen;
- Moeite om te gaan met agressie;
- Voelt niet goed aan welke normen, regels binnen een groep gelden;

- Krijgt regelmatig (negatieve) berichtjes op sociale media die niet van vrienden zijn.

Signalen slachtoffer:

- Het kind heeft vaak blauwe plekken, schrammen, gescheurde kleren, beschadigde boeken, verliest eigendommen;
- Vaak verdrietig, neerslachtig of er is sprake van onverwachte stemmingswisselingen/driftbuien;
- Weigert om te zeggen wat er aan de hand is;
- Somatische klachten (buikpijn, weinig eetlust, hoofdpijn). Wordt vaak ziek gemeld;
- Het kind verliest interesse in school, onderpresteren;
- Het kind vertoont verdrietig, chagrijnig of depressief gedrag wanneer het kind thuis komt;
- Laag gevoel van eigenwaarde;
- Krijgt zogenaamde hatemail, verandert voortdurend van account;
- Krijgt producten thuisgestuurd die zij zelf aangeven niet te hebben gekocht.

Gevolgen slachtoffer:

- Psychosomatische klachten (hoofdpijn, buikpijn, bedplassen, slaapproblemen, eetproblemen);
- Eenzaamheid en depressie;
- Negatief zelfbeeld tot op latere leeftijd.



3.3 Rol 3 - Omstanders

Kenmerken omstanders:

- Meelopers, doen mee aan het pesten maar starten het niet. Nemen deel aan chatsessies met verschillende kinderen waarin gescholden wordt kopiëren (chat)gedrag;
- Supporters: lachen om pestgedrag, maar nemen niet actief deel;
- Passieve supporters: vinden het pesten leuk, maar ondersteunen het niet;
- Neutralen: zijn niet betrokken bij het pesten en voelen zich niet verantwoordelijk het te stoppen;
- Mogelijke verdedigers: vinden het pesten niet leuk en willen actie ondernemen, maar doen het niet;
- Verdedigers: vinden het pesten niet leuk en helpen het slachtoffer.

Gevolgen omstanders:

- De groep lijdt onder een dreigend en onveilig klimaat; iedereen is angstig en men wantrouwt elkaar;
- Men is weinig open of spontaan; men telt weinig of geen echte vrienden binnen de groep;
- Pesten hindert het leerproces;
- Leerlingen ervaren dat toeschouwers niet ingrijpen, slachtoffers verdienen wat ze krijgen, macht is belangrijker dan rechtvaardigheid en dat volwassenen niet goed voor kinderen zorgen (bij dagelijkse confrontatie met pestgedrag).



4. Activiteiten in het kader van preventie.

Met interactie, instructie en klassenmanagement scheppen we de voorwaarden voor een pedagogisch klimaat waarin elk kind tot zijn recht komt. Als we daar stap voor stap verbeteringen in aanbrengen, werken we aan het bieden van geborgenheid, veiligheid en structuur.

Ter voorkoming van pestgedrag zijn in onze school de volgende maatregelen structureel genomen en wordt in onze school de volgende werkwijze gehanteerd:

- Inzet KANVAS sociogram (2x per schooljaar van groep 3 t/m 8)
- Inzet Leerlingtevredenheidsonderzoek via Vensters PO (eenmaal per jaar)
- De afname van het KANVAS sociaal-emotioneel LVS. Twee keer per jaar vullen de leerlingen KANVAS leerlingenvragenlijst in. De leerkrachten vullen vanaf groep 3 twee keer per jaar de leerkrachtvragenlijst in. Deze lijst worden "samengevoegd" en door de leerkracht gescreend. Waar nodig onderneemt de leerkracht actie en zo nodig gaat hij/zij in gesprek met IB'er en schoolleider over te nemen maatregelen en er kan besloten worden ouders er bij te betrekken.
- De sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen in groep 1 en 2 wordt bijgehouden via KIJK.
- In alle klassen wordt gewerkt met de methode 'Kanjertaining'
- Bevorderen samenwerken
- Voeren kringgesprekken (leren luisteren naar de ander/interesse tonen in de ander)
- Positief gedrag wordt gecompimenteerd (bijvoorbeeld de dikke duimenkaarten bij de onderbouw)
- Inzet prentenboeken (kleuters)
- In elke groep hangen Kanjerposter over gedrag en omgang. Deze worden regelmatig besproken en komen terug tijdens de Kanjerlessen. Ook worden regels en afspraken zo nodig bijgesteld.
- Regelmatig contact met ouders aangezien wij werken vanuit het totaalbeeld van het kind waarbij de communicatie met ouders/verzorgers van belang is.
- Preventieve gesprekken ten aanzien van pesten
- Pesten moet worden gemeld, dat is niet klikken. Vanaf groep 1 wordt dit besproken met kinderen. Hulp vragen van leerkrachten moet je doen als er ruzie is/ gepest wordt.
- Inzet groepsbesprekingen waarin pestgedrag wordt besproken en acties op worden gezet.
- Aanbod Nationaal Mediapaspoort in groep 1 t/m 8 (online gedrag).
- Ieder schooljaar starten we in de eerste weken met de daarvoor bestemde "Kanjertaining voor de start van het schooljaar".

De volgende zaken kunnen worden ingezet wanneer er pestgedrag plaatsvindt:

- Leerlingbesprekingen waarbij de intern begeleider en het team worden ingezet
- Contact met externe (zorg)instanties en betrokken hulpverleners (bijv. inzet ambulante begeleiding, afstemming GGD/GGZ). Dit verloopt altijd via de intern begeleider.
- Buiten spelen wordt voorgestructureerd
- Oefenen rollenspellen (hoe kom ik samen bij een ruzie/probleem tot een oplossing)
- Inzet SOVA-training (afstemming ouders-school)
- Inzet orthopedagoog (altijd in overleg met intern begeleider en schoolleider)
- Inzet pedagogisch groepsplan
- Nogmaals afnemen sociogram



5. Curatieve aanpak

Het kan natuurlijk voorkomen dat er ondanks alle maatregelen in de preventieve sfeer, toch nog gepest wordt of ruzie wordt gemaakt die kan uitmonden in pesten. Hierbij is de samenwerking met ouders/verzorgers van essentieel belang. Bij de aanpak van ruzies en pestgedrag zullen op school de stappen 1 t/m 3 altijd worden ingezet en zo nodig zullen ook de stappen 4 en 5 worden ingezet.

Stap 1

Probeer eerst zelf (en samen) tot een oplossing te komen door te praten (dit zal preventief worden geoefend tijdens de Kanjertrainingslessen).

Stap 2 (of – of)

Op het moment dat een van de leerlingen er niet uitkomt en er geen oplossing wordt gevonden voor het probleem, moet een volwassene (tijdens de pauze een volwassene die buiten loopt) worden ingeschakeld door de leerling.

Wordt leerling digitaal gepest: Eerst zelf melden bij (groeps)leerkracht (in bijlage 2 staan tips beschreven m.b.t. digitaal pesten). Lukt dat niet? Dat nemen ouders/verzorgers contact op met de leerkracht en/of schoolleiding.

Omstanders signaleren pesten en melden dit altijd bij een volwassene.

Stap 3

Volwassene schat in of het probleem direct kan worden opgelost of (één van) beide partijen een time-out moet krijgen. Wanneer het probleem direct kan worden opgelost, zal een kort oplossingsgericht gesprek plaatsvinden. Als er een time-out nodig is, zal de betrokken volwassene dit melden bij de groepsleerkracht die de stappen 4 en 5 zal gaan inzetten.

N.b. Op het schoolplein/in de klas of op het leerplein is een vaste time-out plek. Later zal er een gesprek over het gedrag plaatsvinden met de leerling/leerlingen.

Stap 4

De groepsleerkracht gaat eerst in gesprek met de pester en slachtoffer apart en voert daarna gezamenlijk als mediator een gesprek met alle partijen (zie bijlage 1: handreiking gespreksvoering). Er zal worden gekomen tot oplossingen en er zullen (nieuwe) afspraken worden gemaakt (eventueel welke vaardigheid moet het kind aanleren). De afspraken zullen worden vastgelegd in het leerlingvolgsysteem door de groepsleerkracht.

Wanneer omstanders betrokken zijn, worden ook zij aangesproken op hun gedrag. Bij de omstanders wordt aangegeven wat zij kunnen doen wanneer zij pesten signaleren (melden bij de volwassene). Hierbij zal worden uitgegaan van de stelregel: Pesten moet worden gemeld en is niet klikken

Stap 5

Er wordt contact opgenomen met de ouders/verzorgers door groepsleerkracht. Ook de oplossingen (vaardigheden die het kind moet aanleren, gemaakte afspraken) worden besproken en vastgelegd. Belangrijk is bij continuerend pestgedrag de oorzaak van het pesten te achterhalen om de juiste aanpak in te kunnen zetten. Hiertoe worden gerichte vervolgacties opgesteld (bijvoorbeeld het aanpassen van het groepsplan) waarbij eventueel gepaste hulpverlening (bijv. SOVA-training) wordt ingezet. Het beoogde doel wordt regelmatig geëvalueerd (groepsleerkracht en intern begeleider) in samenspraak met ouders/ verzorgers. Zeer belangrijk is hierbij de eenduidige aanpak tussen ouders en school.

Bij fysiek geweld zullen gepaste maatregelen worden getroffen in overleg met MT/directie. Dit zal in contractvorm worden vastgelegd en geëvalueerd. Bij een dergelijke (voortdurende) bedreigende situatie zal het schorsingsprotocol worden gehanteerd.

Gekeken naar bovenstaande kan het ook zijn dat kinderen het pestgedrag niet melden op school en pas thuis vertellen wat er aan de hand is. Hiertoe roepen wij u als ouders/verzorgers op met de groepsleerkracht contact op te nemen zodat bovenstaande acties kunnen worden ingezet.



Meer weten?
Kijk dan op onze website www.kanjertraining.nl
e-mail: info@kanjertraining.nl • telefoon: (036) 548 94 05

Kanjer trainingen



6. Sanctiebeleid

Bij anti-pestbeleid hoort ook een sanctiebeleid. Het moet voor iedereen duidelijk zijn welke maatregel bij welk gedrag genomen wordt. Het moet ook duidelijk zijn wie in welke situatie een sanctie kan opleggen.

Gedrag	Actie	Door wie
Eenmalig geconstateerd pestgedrag	Gesprek over omgangsregels. Mondelinge afspraken. Leerling staat periode onder meer toezicht.	Groepsleerkracht heeft gesprek met leerling(en)
Pesten blijft doorgaan	2e gesprek over omgangsregels en pesten. Er wordt gezocht naar mogelijke oorzaak gedrag. Ouders worden ingelicht en mededeling welke afspraken er zijn gemaakt/maatregelen zijn genomen. Aantal malen terugkoppelen naar thuis. Afspraken worden gemaakt en vastgelegd in Parnassys	Groepsleerkracht heft gesprek met leerling(en) Overleg met (of aanwezigheid van) IB'er of schoolleider
Pesten blijft toch doorgaan Pesten= fysiek	3e gesprek over omgangsregels en pesten. Oorzaak pesten wordt achterhaald. Ouders/verzorgers worden uitgenodigd aanwezig te zijn. Afspraken worden gemaakt en vastgelegd in Parnassys. Afspraken over te verwachten gedrag worden vastgelegd en ondertekend (contract). Regelmatige evaluatie met leerling en ouders. Mogelijke inzet van SOVA-training. Vervolgacties worden bepaald afhankelijk van de situatie.	Groepsleerkracht Leerling(en) Aanwezigheid van IB'er of schoolleider Ouders
Negatief gedrag blijft (geen verbetering)	Schorsing/verwijdering	Schoolleider met clusterdirecteur en bestuur WereldKidz.

Wanneer ouders/verzorgers menen dat de school in gebreke is gebleven bij het oplossen van een pestprobleem volgens dit protocol, dan kunnen zij ook onze vertrouwenspersoon inschakelen. Deze maakt melding bij de klachtencommissie die het probleem onderzoekt, deskundigen raadpleegt en het bevoegd gezag adviseert.

7. Adviezen aan de ouders/verzorgers

In navolgende zullen enkele adviezen weer worden gegeven hoe ouders/verzorgers kunnen omgaan met pestgedrag.

Ouders van gepeste kinderen

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de groepsleerkracht bespreken.
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
- Onderneem activiteiten met uw kind waardoor hij/ zij zich gewaardeerd voelt

Ouders van pesters

- Neem het probleem van uw kind serieus
- Raak niet in paniek: Elk kind loopt kans pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van de school staat.

Alle andere ouders

- Neem ouders van het gepeste kind serieus
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw kind voor anderen op te komen.
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen.

Dit doen we wel



Dit doen we niet



BIJLAGE 1: Handreiking gespreksvoering

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

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

Voorwaarden voor een individueel gesprek

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

Gesprek met een slachtoffer

Doelen van het gesprek

Het kind de kans geven om zijn of haar hart te luchten, als hij of zij dat zelf tenminste wil. Met kind nagaan hoe problemen in de omgang met leeftijdgenoten opgelost kunnen worden en hoe dit in de toekomst voorkomen kan worden.

Begin van het gesprek

Maak in het begin duidelijk waarom je dit gesprek wilt voeren (bijv.: "Ik wil eens met je praten. Ik merk de laatste tijd dat jij nogal eens gepest wordt. Ik maak me daar zorgen over. Het lijkt mij voor jou heel vervelend....."). Vraag vervolgens -heel nadrukkelijk- of het kind zelf er ook over wil praten. Het kind mag niet het gevoel krijgen "op de pijnbank" gelegd te worden, uitgehoord te worden of wat dan ook. Als een kind er echt niet over wil praten, respecteer dat dan. Beëindig het gesprek zonder verwijt en voeg hieraan toe dat het kind altijd bij je terecht kan als hij wel wil praten.

Handige zinnen om het gesprek aan te gaan

Als volwassene zal je in het gesprek de deur zelf moeten openzetten. Dat kan heel goed door open vragen te stellen, zoals: "Wat vind jij er zelf van?". "Heb jij misschien een idee waarom ze jou pesten?". "Hoe reageer je als het gebeurt?". Probeer eerst vast te stellen wat het kind precies als probleem ervaart. Dat alleen al kan tijd vergen. Neem die tijd. Let erop niet zelf allerlei oplossingen aan te dragen. Formuleer deze samen met het kind: "Hoe zou je daar nou een oplossing voor kunnen vinden? Heb je misschien zelf een idee?" Het belangrijkste in zo'n gesprek is: luisteren.

Actief luisteren met name. Dat betekent: je inleven in de leerling en mee/inleven. Dat kan heel goed door zinnestelsels te gebruiken, zoals: "Je bedoelt dat je.....?" "Je hebt het gevoel dat.....?" "Je probeert me duidelijk te maken dat.....?" "Je zou het liefst willen.....?"

Aandachtspunten

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

Gesprek met een pester

Doelen van het gesprek

Aan het kind duidelijk maken dat het tentoongespreide gedrag voor jou onacceptabel is, een duidelijke grens stellen. Maar ook: het kind de kans geven om zijn verhaal te vertellen en samen te zoeken naar oplossingen.

Begin van het gesprek

Maak het kind duidelijk dat je dit gesprek beslist met hem wilt voeren en welke bedoeling je daarbij hebt. Anders dan bij het gesprek met de gepeste geldt hier: Als het kind geen zin heeft om te praten: geef noodzaak aan en geef bij het kind aan dat het gesprek moet plaatsvinden. Het kind mag in dit geval niet zelf kiezen. N.b. Je hebt als volwassene behoefte om aan het kind duidelijk te maken waar de grenzen (in dit geval: met betrekking tot plagen/pesten) liggen en dus wil jij dit gesprek voeren.

Stappen in het gesprek

Stap 1:

Doel gesprek weergeven

Stap 2:

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

Stap 3:

De kans is groot dat kind na zo'n confrontatie in verzet gaat en zegt: “Ja, maar....”. Dat zijn momenten om over te schakelen op actief luisteren. Luister naar het verzet, de verklaringen van het kind. Maar blijf bij je (in stap 2) aangegeven grens: dat kan bijvoorbeeld door, na het verzet van het kind te zeggen: ‘Je bedoelt.....?, Maar wat kan jij nu beter doen?’ (wanneer kind oorzaken buiten zichzelf zoekt). Vervolgens kan worden herhaald: “En toch vind ik het heel erg dat (benoem gevolgen van pestgedrag)’. Soms zal het kind tijdens het gesprek laat merken dat zijn gedrag voortkomt uit een onderliggend probleem. Hiervoor zal samen met het kind naar een oplossing moeten worden gezocht. Geef ook aan dat je dit samen met andere betrokken volwassenen zal oppakken. Geef duidelijk aan waar je grenzen liggen en geef aan wanneer je informatie die het kind geeft niet voor jezelf kan houden, maar moet delen met anderen.

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

Veel pesters beschouwen hun eigen gedrag als heel normaal. Ze zullen nogal eens hun schouders ophalen en mompelen “Nou ja, dat je je daar druk over maakt.....”. Vaak is dat geen onwil, maar eerder een uiting van onvermogen: veel pesters weten bijna niet hoe ze zich anders moeten gedragen. Daarom zijn twee dingen aan

te bevelen: heel duidelijk zijn in de grens die je aangeeft; oppassen dat je niet het kind afwijst, maar alleen zijn gedrag.

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

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

Een gesprek met pester en slachtoffer (samen)

Stap 1

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

Stap 2

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

Stap 3

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

Stap 4

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

Stap 5

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

BIJLAGE 2: Digitaal pesten

In onderstaande staat de wijze waarop digitaal pesten plaatsvindt uitgebreid beschreven. Ook staan in navolgende tips beschreven die door ouders/verzorgers kunnen worden gehanteerd om digitaal pesten zoveel mogelijk te voorkomen en er adequaat mee om te gaan. Deze handreikingen gelden uiteraard niet alleen voor ouders/verzorgers, maar ook voor het onderwijzend personeel (lees ouder = onderwijzend personeel).

Veel kinderen vinden internetten net zo gewoon als televisie kijken. 98% van de kinderen in Nederland is dan ook regelmatig te vinden op het internet. Om iets op te zoeken, om spelletjes te spelen of om met iemand te e-mailen of te chatten. Ze vinden dit meestal heel leuk om te doen. Daar staat tegenover dat internetten niet alleen leuk is. Het komt regelmatig voor dat kinderen vervelende berichtjes ontvangen of zelfs gepest en bedreigd worden. Eén op de acht kinderen wordt wel eens gepest op het internet. Het gemak en de anonimiteit van internet veroorzaken onder kinderen ongeremder online pestgedrag en het is anoniem.

Online schelden wordt door tieners vaker als een geintje gezien dan schelden in de echte wereld. Bijna een vijfde van de tieners vindt het grappig om online te pesten omdat het anoniem kan. Ook de grenzen van het taalgebruik worden verlegd: tieners durven meer via internet. Bij online pesten wordt tevens minder vaak ingegrepen (door ouders/ verzorgers of leraren) dan in het werkelijke leven.

Hoe zorg je dat kinderen zorgeloos, veilig op internet kunnen vertoeven? Door betrokken te zijn bij wat ze doen. Geen enkele ouder stuurt zijn kinderen zomaar de straat op, de grote stad in. Je vertelt ze wat ze daar kunnen verwachten, wat leuk is en wat niet, wat wel mag en wat niet. En in het begin blijf je er een beetje bij. Hetzelfde zou eigenlijk voor internet moeten gelden. Maar dan moet je natuurlijk wel weten waar het over gaat.

Tips (N.b. Onderstaande tips gelden ook voor het gebruik van de mobiele telefoon)

Internet hoort bij het dagelijks leven van de kinderen. Verbieden heeft dan ook geen zin. Belangrijk is wel om goede afspraken te maken.

- Plaats de computer op een centrale plaats in huis. Op deze manier kunt u zicht houden op de computer en kunt u enigszins zicht houden op de activiteiten waarmee uw kind zich bezighoudt op internet. Wanneer u op de hoogte wilt blijven van het surfgedrag van uw kind (welke websites uw kind bezoekt) kunt u de 'geschiedenis' bekijken (hiervoor is een aparte knop).
Let wel: dit biedt geen garantie, want kinderen kunnen deze geschiedenisknop wissen.
- Houd er rekening mee dat er geen veilige chatboxen zijn. Echt goede chatsites, speciaal voor kinderen, is er eigenlijk niet. Wijs uw kind op de risico's.
- Breng uw kind het besef bij dat je op internet nooit weet wie je voor je hebt. Kleine kinderen chatten het liefst met vriendjes en vriendinnetjes, maar naarmate ze ouder worden gaan ze ook met onbekenden chatten. Voorzichtigheid is dan op zijn plaats, want X van 11 is in werkelijkheid misschien wel Y van 40. En wie weet of Z echt een meisje is? Internet is een anoniem medium, je kunt er zijn wie je wilt. Zorg dat uw kinderen dit goed beseffen. Vertel ook dat uw kind veilig is zolang het zich aan de afspraken houdt.
- Spreek af om nooit persoonlijke informatie te geven. Als kinderen persoonlijke informatie doorgeven kan dat vervelend of zelfs gevaarlijk zijn. Anderen kunnen dan immers achterhalen wie je bent of waar je woont. Vertel uw kinderen daarom dat ze nooit persoonlijke informatie geven, ook al lijkt iemand nog zo aardig en betrouwbaar.
- Onder persoonlijke gegevens verstaan we o.a.:
 - Je eigen naam
 - De namen van familieleden, vrienden, etc.
 - Telefoonnummers
 - Huisadres
 - Je e-mailadres
 - Naam van de school
 - Creditcard informatie
 - Foto's
 - Wachtwoorden

- Laat uw kind beloven nooit stiekeme afspraken te maken. Kinderen die elkaar via het chatten hebben leren kennen, krijgen soms de behoefte om elkaar te gaan bellen of te ontmoeten. Vertel dat u zich dat kunt voorstellen, maar vertel er ook bij waarom ze dat niet zomaar kunnen doen zonder medeweten van u als ouder/verzorger. Eerst eens telefoneren kan al veel duidelijk maken. U kunt zelf een indruk krijgen van het chatvriendje of vriendinnetje en een ontmoeting kan plaatsvinden onder leiding van de wederzijdse ouders/ verzorgers.
- Leer uw kind om te gaan met vervelende berichten. Hatelijke scheldberichten, discriminerende opmerkingen en seksuele toespelingen komen vaak voor, zeker in openbare chatrooms. Leer uw kinderen de volgende basisregels:
 - o Verlaat de chat als er iets vervelends gebeurt
 - o Vat het niet persoonlijk op
 - o Reageer niet op vervelende berichten
 - o Ga naar je ouders als je je ongemakkelijk of bedreigd voelt
 - o Voel je niet schuldig als er iets vervelends gebeurt

Vaak kun je het adres van een afzender blokkeren. In de handleiding van het mailprogramma kunt u lezen hoe dit werkt. Weet u waar de e-mail vandaan komt, neem dan contact op met de provider. Die kan zo nodig optreden tegen de afzender. Lukt het niet om van iemand af te komen, of is de afzender onbekend, neem dan een ander e-mail adres.

Zorg dat uw kind het e-mail adres beschermt

Mailen is bij kinderen een van de populairste bezigheden. Mailen is veiliger dan chatten, maar ook hier kleven risico's aan. Als een kwaadwillende het e-mailadres in handen krijgt (via een chatroom, nieuwsgroep of website) kan uw kind via de e-mail lastiggevalen worden. Pestmail komt steeds vaker voor. Het belangrijkste advies is dus dat ze hun e-mail adres zo veel mogelijk voor zichzelf houden.

Leer uw kind geen onbekende e-mail en bijlagen te openen

De beste manier om met vreemde mailtjes om te gaan is: negeren. Leer je kind om nooit e-mail van onbekenden te openen. Net zoals je geen snoepjes van vreemden aanneemt, open je ook geen e-mail van vreemden.

Bewaar pestmail

Wanneer het niet lukt om een einde te maken aan de ongewenste berichtjes is het goed om deze mails of chats te bewaren, zeker wanneer u de indruk heeft wanneer ze telkens van dezelfde afzender afkomstig zijn. De mail is namelijk bewijsmateriaal en kan een hulpmiddel zijn bij het traceren van de dader.

Praat met uw kind over online-contacten

Blijf geïnteresseerd in het surfgedrag van uw kind en wijs uw kind regelmatig op de minder leuke kanten, zoals pedofielen in chatboxen, pornosites, scheld e-mails en nog veel meer. Laat uw kind weten dat het bij u terecht kan als het vervelende berichtjes ontvangt. Praat met uw kind over online vrienden, en leer ze op die manier beter kennen. Net zoals u benieuwd bent naar de vriendjes en vriendinnetjes van school of van paardrijden wil je ook graag weten met wie uw kinderen omgaan als ze online zijn. Praat met uw kind ook over de leuke kanten van internet, of ga eens samen surfen op internet.

Neem uw kind serieus, maar leer het ook te relativeren

Een kind denkt al snel dat het zijn eigen schuld is dat hij gepest wordt. Probeer dat schuldgevoel te voorkomen en neem alles waarmee uw kind zich tot u wendt serieus. Je hebt het dus niet in de hand dat iemand zulke mail naar je stuurt, maar je kunt wel zelf bepalen in hoeverre je jezelf erdoor laat beïnvloeden. Wimpel het probleem niet weg, maar probeer het wel te relativeren.

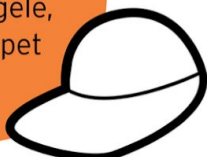
Leer uw kind de gedragsregels op internet

Online gelden dezelfde omgangsvormen als offline. Leer uw kind altijd vriendelijk, eerlijk en beleefd te blijven, en niet (terug) te gaan schelden als iemand vervelend doet. Woorden / zinnen die alleen met hoofdletters geschreven worden, worden bijvoorbeeld vaak als schreeuwen geïnterpreteerd Maar: wat anderen kunnen, kan uw eigen kind meestal ook. Denk niet dat uw eigen kind het nooit verkeerd doet. Ook uw kind kan andere

kinderen uitdagen, pesten of lastigvallen. Ze kunnen zich anders voordoen dan ze zijn. Zorg dat ze zelf geen vervelende berichtjes posten. Wie zich bij het chatten en mailen aan dit soort fatsoensregels houdt, zal zelf ook minder snel in de problemen komen.

BIJLAGE 3: De petten van de Kanjertraining

Om in gesprek te gaan over gedrag maken we vanuit de Kanjertraining gebruik van petjes met vier verschillende kleuren. Wanneer zich een probleem of stressvolle situatie voordoet hebben we een keuze om verschillend te reageren. We maken kinderen bewust van hun gedrag en oefenen met nieuw gedrag. Kinderen kunnen zo leren kiezen voor gedrag dat bij hen past en dat prettig is voor henzelf en de ander.

Wanneer je doet als een kanjer, of als de witte pet, dan doe je als jezelf, je bent te vertrouwen en durft ook anderen te vertrouwen. Je toont respect voor jezelf en de ander. Jezelf zijn betekent ook: vervul de rol die bij je past. Dus moeder: wees moeder. Leerkracht: wees leerkracht. Je bent geen vriendje van het kind. En laat het kind ook kind zijn. Als we allemaal als onszelf doen, vanuit vertrouwen, kunnen we toch heel verschillend doen, ook in verschillende situaties.	De witte pet is de pet van vertrouwen en jezelf zijn. Samen met de gele, rode en zwarte pet zie je dan... 
Je kunt jezelf zijn in combinatie met de zwarte pet. De zwarte pet staat voor kracht. Dan reageer je op een prettig stoere manier. Je durft ruimte in te nemen. Je vertoont leiderschapsgedrag. Je geeft je grenzen aan. Je maakt plannetjes, toont initiatief. Zolang naast	
de zwarte pet ook de witte pet van het vertrouwen aanwezig is, is het gedrag prettig voor jezelf en de ander. Ouders en leerkrachten laten met de wit-zwarte pet positief leiderschap zien. Ze durven grenzen te stellen en duidelijk te zijn vanuit het vertrouwen dat de meeste mensen het goed bedoelen.	Wit en zwart • vertrouwen • duidelijk • doorzetter • leiderschap 
De rode pet in combinatie met de witte pet staat voor humor. Je maakt grapjes die leuk zijn voor iedereen. Je doet optimistisch, vrolijk, relaterend, luchtig, handelt met levensvreugd. Voor ouders en leerkrachten betekent dit dat je humor gebruikt in je opvoeding en speels kunt zijn: je kunt spelen met kinderen en je kunt relateren. Je toont optimisme en vrolijkheid.	Wit en rood • vertrouwen • vrolijk • humor • positief denken 
Handelen we met de wit-gele pet, dan geven we ruimte aan de ander. We luisteren, zorgen, tonen interesse, zijn rustig en vriendelijk, bescheiden. Voor ouders en leerkrachten betekent dit dat we betrokkenheid tonen, luisteren naar kinderen en willen weten wat hun behoefte is. We tonen empathie.	Wit en geel • vertrouwen • vriendelijk • bescheiden • behulpzaam 

Alle kleuren petten hebben hun valkuil wanneer de witte pet van vertrouwen wegvalt. Als we niet meer met vertrouwen naar elkaar of naar onszelf kijken, komen we terecht in wantrouwen. Bij de ene persoon of in de ene situatie uit dit zich in te krachtig gedrag (zwarte pet), bij een ander in te onderdanig angstig gedrag (gele pet) en bij een ander in clownesk meeloopgedrag (rode pet).

In klassen waar het vertrouwen wegvalt, ontstaat dit gedrag. De basis van vertrouwen moet dan weer worden teruggezet. Gelukkig blijken de meeste mensen dit graag te willen: we willen ons liever gedragen met witte pet dan zonder. We zijn 'de weg even kwijtgeraakt'.