



Gedragsprotocol (anti-pestprotocol)



Koningin Emmaschool
Haarlem

2020/2021

Inhoud

• Doel van het pestprotocol	3
• Wenselijk gedrag	4
• Preventie	5
• Verschil plagen en pesten	6
• Signaleren en reageren	7
• Aanvullende regels	8
• Aanpak bij ruzie of pestgedrag	9
• Consequenties	10
• Begeleiding van een gepeste leerling en de pester	11
• Advies aan volwassenen	12
• Digitaal pesten	13
Bijlagen:	
I. In gesprek met de gepeste leerling	14
II. In gesprek met de leerling die pest	15
III. Tips voor leerlingen	16

Doel pestprotocol

- “ Alle kinderen voelen zich veilig tijdens hun basisschoolperiode, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen”.
- Door regels en afspraken zichtbaar te maken, kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken.
- Door elkaar te steunen en door wederzijds respect te tonen, stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met plezier naar school te gaan.
- Leerkrachten, ouders en de medezeggenschapsraad onderschrijven gezamenlijk dit pestprotocol. Zij spreken hierdoor dezelfde taal.



Onze school wil, samen met de ouders, elk kind alle kansen bieden zichzelf te ontwikkelen tot een mens met zelfvertrouwen, met respect voor zichzelf en de ander, en met een open vizier naar de samenleving. Wij willen onze leerlingen mede-opvoeden tot volwaardige en respectvolle burgers.

Dit alles kan alleen gerealiseerd worden binnen een schoolklimaat dat veiligheid en vertrouwen biedt en dat kindvriendelijk is.

Ons motto is Vasthouden door los te laten.

elk kind is een uniek schepsel en een eigen wezen, dat zich mag ontwikkelen naar eigen capaciteiten. In die ontwikkeling willen wij de kinderen vasthouden en begeleiden door de bindende factor te zijn, maar willen wij hen ook loslaten door hen te leren in hun eigen ontwikkeling op zichzelf en hun omgeving te vertrouwen.

Uitgangspunten t.a.v. onze visie:

- We zien ieder mens als waardevol en uniek schepsel van God.
- Iedere leerling is welkom op de Koningin Emmaschool, ongeacht zijn/haar achtergrond of levensovertuiging. Maar ook wij hebben onze beperkingen. Lichamelijk gehandicapte kinderen, kinderen met een ernstige gedragsstoornis of kinderen met ernstige leerproblemen kunnen wij niet plaatsen (zie hiervoor ook ons aannamebeleid m.b.t. kinderen met een rugzak, beschreven in onze schoolgids).
- In de praktijk van ons onderwijs willen we aansluiten bij de grondslag van de stichting. Dit betekent dat de leerkrachten die op onze school werken, dit doen vanuit een christelijk levensovertuiging. De essentie hiervan hoort duidelijk zichtbaar te zijn in de praktijk van alledag.
- Alleen een gezamenlijke aanpak en een goede samenwerking tussen ouders en leerkrachten zullen leiden tot een veilig pedagogisch klimaat voor onze kinderen.

Ieder mens heeft behoefte aan relatie.

Ons pedagogisch antwoord hierop is: het bieden van gelegenheid tot verbondenheid tussen leerkracht en kind, tussen kinderen onderling en tussen leerkrachten onderling. Onze basis is ons vertrouwen in de ontwikkeling van het kind, zodat wij adequaat kunnen reageren op de behoeften van het kind binnen de groep. Hierdoor groeit het zelfvertrouwen van het kind, ervaart het de eigen competentie en accepteert het verantwoordelijkheid.

In de dagelijkse omgang thuis worden normen en waarden overgedragen en tot ontwikkeling gebracht. Gewoonlijk gaat dat vanzelf. Voor het kind is het belangrijk dat het zich een aantal vaardigheden eigen maakt:

- een positief zelfbeeld, het kind weet dat het bepaalde dingen goed kan;
- oog voor de relatie met anderen: het erkennen en herkennen van gevoelens van anderen;
- het zich kunnen verplaatsen in de ander;
- oog hebben voor negatieve en positieve gevolgen van het eigen gedrag;
- zijn of haar eigen mening durven geven en die van een ander respecteren;
- complimenten kunnen geven en ontvangen.

Kanjertraining

Op onze school werken wij in alle groepen met de methode 'Kanjertraining'. Het team is hierin geschoold en volgt regelmatig nascholing, verzorgd door het Kanjertraining Instituut. De school streeft een positieve, opbouwende sfeer na en doet dat enerzijds binnen de kaders van de wet en anderzijds binnen het kader van de Kanjerafspraken. De school zet middels de Kanjerlessen in op het versterken van het onderling vertrouwen en het besef dat het goed is elkaar te helpen. Binnen dat kader speelt vertrouwen we elkaar, helpen we elkaar, werken we samen, hebben we plezier en doen we mee. Duidelijk wordt gesteld dat de leerlingen ten opzichte van elkaar niet de baas zijn. De leerkracht daarentegen is op school "de baas / het gezag" en de ouders zijn dat thuis. Als een conflict zich tussen kinderen afspeelt, dan zal de school kiezen voor een oplossingsgerichte aanpak. Dat wil zeggen: de school zoekt een oplossing die alle partijen (zo veel mogelijk) recht doet en waarborgt gemaakte afspraken.

Binnen de Kanjertraining werken we aan verschillende onderwerpen. Veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in een groep, aanpak van ruzies etc. komen aan de orde.

Verschillende werkvormen spelen hierbij een rol, zoals: spreekbeurten, rollenspelen, regels met elkaar afspreken over omgaan met elkaar, kanjerspelletjes, groepsopdrachten en ook het geven van feedback en het daarvan in ontvangst nemen.



Wij leren kinderen om het eerst zelf op te lossen; hierbij zijn drie stappen belangrijk:

1. Je geeft aan dat je het niet leuk vindt;
2. Gaat het door? Loop weg naar iemand die je vertrouwt (vriend of vriendin).;
3. Blijft de pester doorgaan? Loop samen met de vriend of vriendin naar de juf of meester.

Wij gebruiken posters uit de les om dit inzichtelijk te maken. Deze posters kunnen wij laten zien op het digibord (zie een voorbeeld van een dergelijke poster op pagina 8).

Op onze school doen wij zoveel mogelijk preventief om het pesten te minimaliseren. Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aan willen pakken.

Hier zijn enkele voorwaarden aan verbonden:

- Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders/verzorgers (hierna genoemd: ouders);
- School moet proberen pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld;
- Als pesten optreedt, moeten leerkrachten, in samenwerking met de ouders, dat signaleren en overleggen, en er duidelijk stelling in nemen;
- Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet school beschikken over een directe aanpak;
- Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert, dan is de inschakeling van een vertrouwenspersoon of kindercoach nodig. De vertrouwenspersoon of kindercoach kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren;
- Op onze school zijn gedragspecialisten, vertrouwenspersonen en een kindercoach aangesteld.

Pesten of plagen?



Pesten is iets anders dan plagen. Wanneer is er nu sprake van plagen en wanneer is er sprake van pestgedrag?

Het is belangrijk om het verschil duidelijk te hebben; ook voor de kinderen zelf. Het meest eenvoudig onderscheid is: *Plagen gebeurt in het zicht van de leerkrachten. Pesten gebeurt achter de rug van leerkrachten om.* Daarom weet een leerkracht zelden uit zichzelf wat er zich precies afspeelt tussen de kinderen onderling. De leerkracht moet hierover worden geïnformeerd door de leerlingen zelf.

Onze definitie van pesten:

Een kind wordt gepest wanneer het herhaaldelijk last heeft van negatieve acties van een ander (fysiek, verbaal of psychologisch, direct of via internet of mobiel) die op hem of haar zijn gericht en waarbij de macht ongelijk is verdeeld.

Pesten gebeurt per definitie achter de rug van degene die kan ingrijpen om, zoals een vader/moeder, juf of meester. Dat betekent dat er goed moet worden samengewerkt tussen school en ouders anderzijds en dat kinderen moet worden geleerd hoe zij kunnen aangeven dat zij zich gepest voelen, of merken dat er in hun omgeving wordt gepest.

Plagen	Pesten
<p>Niet gemeen Kun je om lachen Komt geen ruzie van Stopt op tijd Vaak 1 tegen 1</p> 	<p>Gemeen Niet om te lachen Komt ruzie van Gaat te lang door Vaak een groepje tegen 1</p> 

Er zijn verschillende signalen met betrekking tot pesten:

- Bijnamen geven, hij/zij wordt nooit bij zijn eigen naam genoemd;
- 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 fietsen;
- Naar het huis van het klasgenoot gaan;
- Bezittingen afpakken;
- Schelden of schreeuwen tegen de klasgenoot.

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

REGEL 1:

Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken. Vanaf de kleutergroep brengen we kinderen dit al bij:

- je mag niet klikken, maar.....
als je wordt gepest of als je ruzie met een ander hebt en je komt er zelf niet uit, dan mag je hulp aan de leerkracht vragen. Dit wordt niet gezien als klikken.

REGEL 2:

Een tweede stelregel is dat een medeleerling ook de verantwoordelijkheid heeft om het pestprobleem bij de leerkracht aan te kaarten. Alle leerlingen zijn immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.

REGEL 3:

Samenwerken zonder bemoeienissen:

School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Dit neemt niet weg dat iedere partij moet waken over haar eigen grenzen. Het is bijvoorbeeld niet de bedoeling dat ouders naar school komen om eigenhandig een probleem voor hun kind op te komen lossen. Bij problemen van pesten zullen de directie en de leerkrachten hun verantwoordelijkheid (moeten) nemen en indien nodig overleg voeren met de ouders. De inbreng van de ouders blijft bij voorkeur beperkt tot het aanreiken van informatie, tot het geven van suggesties en tot het ondersteunen van de aanpak van de school.

Aanvullende regels

(naast de gedragsregels die in alle klassen hangen)

1. Doe niets bij een ander kind, wat jezelf ook niet prettig zou vinden.
2. Kom niet aan een ander als de ander dat niet wil.
3. We noemen elkaar bij de voornaam en gebruiken geen scheldwoorden.
4. Als je kwaad bent, probeer een ruzie dan met praten op te lossen, lukt dit niet, ga dan naar de meester of juf.
5. Niet: zomaar klikken. Wel: aan de juf of meester vertellen als er iets gebeurt, wat je niet prettig of gevaarlijk vindt.
6. Vertel de meester of de juf wanneer jezelf of iemand anders wordt gepest.
7. Blijft de pester doorgaan, dan aan de meester of juf vertellen.
8. Kinderen die pesten zitten zelf in de nesten!
9. Word je gepest, praat er thuis ook over. Je moet het niet geheim houden.
10. Uitlachen, roddelen en dingen afpakken of kinderen buitensluiten vinden we niet goed.
11. Niet aan spullen van een ander zitten.
12. Luisteren naar elkaar.
13. Iemand niet op het uiterlijk beoordelen.
14. Nieuwe kinderen willen we goed ontvangen en opvangen. Zij zijn welkom op onze school.
15. Opzettelijk iemand pijn doen, opwachten buiten school of achterna zitten om te pesten is beslist niet toegestaan.

Leerkrachten maken daarnaast aan het begin van het jaar afspraken samen met de kinderen. Op deze manier voelen de leerlingen zich mede verantwoordelijk voor de gemaakte afspraken en de sfeer in de groep. Dit zijn de groepsregels.

Leerkrachten herhalen deze regels regelmatig. Ze komen bij de kanjerlessen naar voren en zitten bij elke leerkracht in de klassenmap.

Aanpak bij ruzie of pestgedrag

Als een leerling het gevoel heeft dat hij/zij gepest wordt, dan zijn er drie stappen die de leerling zelf kan doorlopen:

Stap 1:

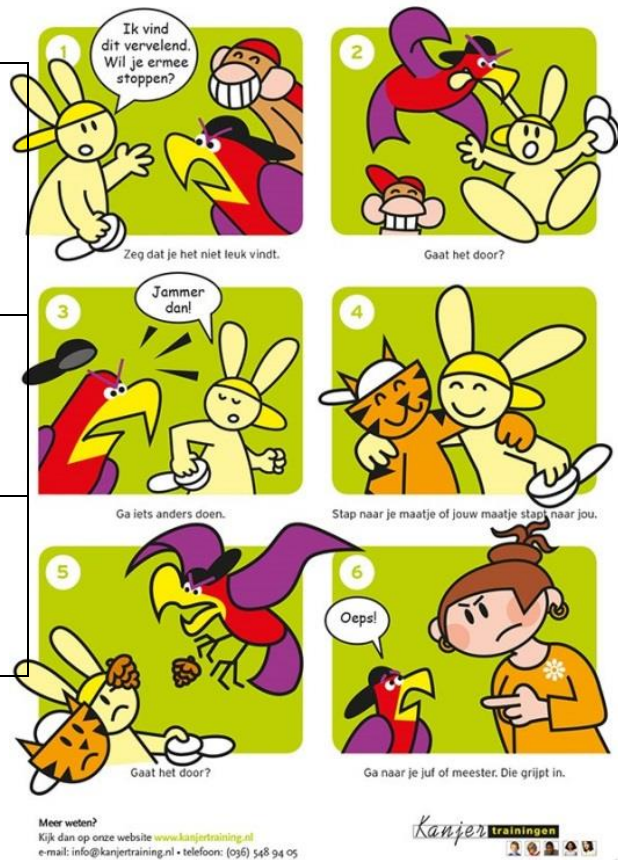
Probeer er eerst zelf (en samen) uit te komen. Zeg tegen de pester dat je het nu niet meer leuk vindt. Praat hierbij duidelijk, sta stevig en trek een neutraal gezicht.

Stap 2:

Gaat het door? Loop weg naar iemand die je vertrouwt (maatje).

Stap 3:

Gaat het door? Loop met je maatje naar de meester of juf, die grijpt in.



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

Bij herhaling van pesterijen/ruzies tussen dezelfde leerlingen volgen sancties (zie consequenties).

De leerkracht biedt altijd hulp aan de gepeste en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.

Door middel van platen op het digibord kunnen wij deze stappen inzichtelijk maken. De stappen komen regelmatig terug bij kanjerlessen en kunnen de leerkrachten kort herhalen als de kinderen buiten gaan spelen. Leerkrachten vragen of de leerling stap 1 en 2 uitgevoerd heeft op het moment dat een leerling bij hen komt.

Als de leerkracht het gevoel heeft dat er sprake is van pesterijen in de klas, dan stelt de leerkracht een algemeen probleem aan de orde om er, via deze weg, in de klas over te praten. Hopelijk is het nu opgelost. Mocht het pesten door blijven gaan, en leveren de stappen één, twee en drie geen positief resultaat op, dan neemt de leerkracht een duidelijke stelling in. De straf is opgebouwd in vier fases. Afhankelijk van hoelang de pester(s) door blijven gaan met het pestgedrag en hier geen verbetering in zit.

Fase 1:

- Eén of meerdere pauzes binnen blijven (alleen onder toezicht)
- Nablijven om een schriftelijke opdracht te maken. Denk aan stelopdracht over je rol in pestgedrag.
- In gesprek gaan met de pester. Bewustwording voor wat hij met het gepeste kind uithaalt.
- Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komt regelmatig terug in een kort gesprek (eventueel een contract opstellen).
- Pester verantwoordelijk maken voor zijn/haar gedrag; wij gaan er samen voor zorgen dat ... (naam leerling) het weer fijn vindt op school.
- De ouders worden hierbij telefonisch op de hoogte gebracht.

Fase 2:

Een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd, zodat we gezamenlijk tot een oplossing voor het probleem kunnen komen om een einde aan het probleem te maken. School heeft alle activiteiten vastgelegd (follow up) en school heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem. In deze fase kunnen ook de Kindercoach of vertrouwenspersoon ingeschakeld worden. Er kan binnen deze fase ook voor worden gekozen om de leerling tijdelijk in een andere groep te plaatsen.

Fase 3:

Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld, zoals de Schoolbegeleidingsdienst, de schoolarts van de GGD of Jeugdzorg.

Fase 4:

In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden.

Begeleiding van de gepeste leerling en de pester

Om een gepeste leerling te helpen kun je als leerkracht meerdere dingen doen. Hieronder een aantal voorbeelden:

- Overleg plegen met de gedragspecialist.
- Medeleven tonen, luisteren en (door)vragen: hoe en door wie wordt er gepest.
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor, tijdens en na het pesten.
- Huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken. De leerling in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren.
- Zoeken en oefenen van een andere reactie, bijvoorbeeld je niet afzonderen.
- Het gepeste kind in laten zien waarom een kind pest (gedragmatig).
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil.
- Sterke kanten van de leerling benadrukken.
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders/beter opstelt (gedragmatig).
- Koppelen aan een maatje bij wie hij of zij zich prettig voelt. Hij/zij weet op deze manier van te voren naar wie hij kan toelopen als het probleem zich voordoet en hij/zij stap 1 doorlopen heeft.
- Inschakelen hulp van bijvoorbeeld: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts of GGD.
- Zoeken van een sport of club, waar het kind kan ervaren dat contact met andere kinderen wel leuk kan zijn.

Niet alleen de gepeste leerling moet begeleidt worden. Even belangrijk is om de pester te begeleiden. Hieronder een aantal voorbeelden:

- Praten, zoeken naar de reden van het ruzie maken/ pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen);
- Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste leerling;
- Excuses laten aanbieden;
- In laten zien welke sterke (leuke) kanten de gepeste heeft;
- Pesten is verboden. Wij houden ons aan deze regel: straffen als het kind wel pest – belonen (schouderklopje) als kind zich aan de regels houdt;
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de ‘stop-denk-doe’ of een andere manier van gedrag aanleren;
- Zoeken van een sport of club, waar het kind kan ervaren dat contact met andere kinderen wel leuk kan zijn;
- Inschakelen hulp van bijvoorbeeld: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts of GGD.

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.

Het voorbeeld van de leerkrachten (en thuis de ouders/verzorgers) is van groot belang. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar verschillen worden aanvaard en waar ruzies niet met geweld worden opgelost, maar worden uitgesproken. Agressief gedrag van leerkrachten, ouders/verzorgers en de leerlingen wordt niet geaccepteerd. Leerkrachten horen duidelijk stelling te nemen tegen dergelijke gedragingen.

Ouders/verzorgers van gepeste kinderen

1. Houd de communicatie met het kind open, blijf in gesprek met het kind.
2. Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de Ouders/verzorgers van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
3. Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.
4. Door positieve stimulering kan het zelfrespect vergroot worden of weer terugkomen.
5. Stimuleer het kind tot het beoefenen van een sport.
6. Steun het kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.

Ouders/verzorgers van pesters

1. Neem het probleem van het kind serieus.
2. Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
3. Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
4. Maak het kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
5. Besteed extra aandacht aan het kind.
6. Stimuleer het kind tot het beoefenen van een sport.
7. Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van het kind.
8. Maak het kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.

Alle volwassenen

1. Neem de ouders/verzorgers van het gepeste kind serieus
2. Stimuleer het kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
3. Corrigeer het kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
4. Geef zelf het goede voorbeeld.
5. Leer het kind voor anderen op te komen.
6. Leer het kind voor zichzelf op te komen.
7. Houd het kind ook digitaal goed in de gaten. Beveilig de computer op de juiste manier en bekijk regelmatig de zoekgeschiedenis van de computer.

Wat is Cyberpesten of digitaal pesten?

Cyberpesten (of digitaal pesten) is het pesten of misbruiken van personen via het internet en via de mobiele telefoon. Cyberpesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

Hoe wordt er digitaal gepest?

- ✓ pest mail (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- ✓ stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van haat mail of het dreigen met geweld in chatrooms
- ✓ het tegenkomen van ongewenst materiaal, zoals porno en kinderporno
- ✓ gewelddadig materiaal etc.
- ✓ ongewenst contact met vreemden
- ✓ via de sociale media, zoals Facebook, Whatsapp en Instagram.
- ✓ hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pest mail.

Het stappenplan na een melding van cyberpesten

1. **Bewaar de berichten.** Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen doen (afdrukken, selecteren en kopiëren, gesprekken opslaan).
2. **Blokkeren van de afzender.** Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de afzender kan blokkeren.
3. **Probeer de dader op te sporen.** Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer op school het bericht is verzonden. Neem contact op met de ICT-coördinator. Het is mogelijk om van het IP adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden. Ook is er van alles mogelijk via de helpdesk.
4. **Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling.** Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
5. **Verwijs de ouders zo nodig door.** Op www.stoppesten.nl worden ouders/kinderen doorverwezen naar verschillende websites. Hier kan ook meer informatie vandaan gehaald worden.
6. **Adviseer aangifte.** In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl, tel: 0900-0101).
7. **De vertrouwenspersonen of kindercoach.** Verwijs de pester en/of de gepeste door naar de vertrouwenspersonen, gedragsspecialist of kindercoach wanneer verdere begeleiding nodig is.



In groep 7 en 8 wordt er binnen de Kanjertraining ook aandacht besteedt aan de digitale wereld en de gevaren die daar schuilen.

Bijlage I

Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem.
- Door wie word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak word je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Zijn er kinderen die jou wel eens proberen te helpen?
- Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?

Aanpak

Bespreek samen met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:

- Hoe communiceert de leerling met anderen?
- Welke lichaamstaal speelt een rol?
- Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
- Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?

Gepeste kinderen lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Ergens is er iets in zichzelf dat de pester gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan, want niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.

Bijlage II

Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Het doel van dit gesprek is driedig:

- De leerling confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan
- Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
- Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt

Confronteren

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde. Confronteren is:

- Probleemgericht en richt zich op gedrag wat waar te nemen is. Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht en dat mag niet.
- Relatiegericht. Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt, maar met behoud van de relatie, bijvoorbeeld: Ik vind dat je heel erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt.
- Specifiek blijven. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
- Veranderingsgericht. Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

Achterliggende oorzaken

Nadat het probleem benoemd is, richt jij je op de reden. Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Wat kan je veranderen? Etc. Biedt zo nodig hulp aan van de vertrouwenspersoon of kindercoach (op vrijwillige basis).

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie richtlijnen pesten).

Bijlage III

Wat kun je doen om digitaal pesten en misbruik te voorkomen? Hieronder staan 10 tips:

1. Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt.
2. Gebruik een apart e-mailadres om jezelf te registreren op websites. Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
3. Zorg dat je wachtwoorden geheim blijven en niet makkelijk te raden zijn. Als anderen wel binnen zijn gekomen, neem dan contact op met de beheerder van de site.
4. Als je een vervelend gevoel hebt over iets wat je hebt gezien of meegemaakt, vertrouw dan op je gevoel en vertel het aan iemand die je vertrouwt.
5. Blijf zelf respectvol naar anderen, scheld niet terug.
6. Ga weg uit een chatroom als er iets vervelends gebeurt.
7. Bel of mail niet zomaar met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders dit weten.
8. Verstuur zelf geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
9. Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. Let vooral op bij foto's van jezelf. Als je een foto op internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden.
10. Wees zeer voorzichtig met het gebruik van je webcam. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan andere personen te laten zien of voor doeleinden gebruikt worden die jij niet wilt.