

# Pestprotocol OBS De Droomboom

## 1 Inhoudsopgave

1	Inhoudsopgave .....	1
2	Wat is pesten.....	2
2.1	Pesten kan een aantal oorzaken hebben: .....	3
3	De aanpak van het pestprobleem .....	4
3.1	Voorwaarden .....	4
3.2	De preventieve aanpak .....	4
3.2.1	De kring.....	4
3.2.2	Regels .....	4
3.2.3	Rol van de ouders .....	4
3.2.4	Rol van de leerkrachten .....	5
3.2.5	Rol van de schoolleiding.....	5
3.3	Curatieve aanpak .....	5
3.3.1	Inleiding .....	5
3.3.2	Methoden .....	7
3.3.2.1	Hulp aan de pester.....	7
3.3.2.2	Hulp aan het gepeste kind.....	8
3.3.2.3	De zwijgende middengroep/meelopers.....	10
3.3.2.4	Hulp aan de leerkrachten .....	11
3.3.2.5	Hulp aan de ouders .....	12
4	Regels en voorbeeld pestcontract .....	14
5	Klachtenregeling & vertrouwenspersoon.....	16
6	Literatuurlijsten .....	17
6.1	Ideeënlijst op het gebied van straffen. ....	17

## 2 Wat is pesten

Pesten is gedrag dat min of meer bewust gericht is op één of meer kinderen en dat tot doel en gevolg heeft, dat degene die gepest wordt, zich gekwetst, geraakt, vernederd, afgewezen en/of buitengesloten voelt.

Pesten is een vorm van agressie. Pesten is vaak een ongelijke strijd van een groep tegen een éénling, of van een sterke tegen een zwakke. Meestal gebeurt het stiekem. Als men er achter komt is het soms al weken en in het ergste geval al maanden of jaren aan de gang.

Pesten gaat verder dan plagen.

Het is belangrijk pesten niet te verwarren met plagen. De negatieve opzet die bij pesten hoort, is bij plagen niet aanwezig. Ook is een plagerij een meer tijdelijk iets. Bij pesten is er echt sprake van een zich voortdurend herhalende, kwetsende machtsuitoefening over andere kinderen. Het kan bijvoorbeeld gaan om minachtende opmerkingen over iemands uiterlijk, hobby's, of interesses. Het kan ook uitlopen op lichamelijk geweld tegen die persoon: duwen, aan de haren trekken, schoppen en slaan. Doen alsof het slachtoffer gewoon helemaal niet bestaat kan echter ook een vorm van pesten zijn.

Kort gezegd is pesten:

- uitlachen
- schelden
- schoppen
- slaan
- roddelen (lelijke dingen over de ander zeggen)
- iemand negeren (doen of hij niet bestaat)
- bedreigen
- spullen van de ander vernielen
- diefstal of verstoppen van andermans spullen
- er zijn specifieke slachtoffers

plagen:

- niet gemeen, maar lollig, je kunt er wel om lachen
- er is geen winnaar of verliezer
- je bent in staat om je te verdedigen, en dit wordt ook geaccepteerd
- je loopt je geen (blijvende) schade op
- het gebeurt bij iedereen

## 2.1 Pesten kan een aantal oorzaken hebben:

- Voortdurend met elkaar de competitie moeten aangaan.  
Leerlingen leren hun eigenwaarde af te meten aan de mate waarin ze hun klasgenoten kunnen overtreffen. Ze kunnen anderen omlaag proberen te drukken omdat ze denken zo zelf beter naar voren te komen.
- Een voortdurende strijd om de macht in de groep.  
Als leerlingen hun eigenwaarde afmeten aan hun plaats in een hoog-laag structuur veroorzaakt dit spanningen die afgereageerd kunnen worden op een zondebok.
- Als de lesstof te moeilijk is, kan een kind uit gevoel van onmacht gaan pesten (onmacht in sociale situaties), compensatiegedrag.
- Lichaamstaal speelt een rol bij het al dan niet gepest worden
- Verveling kan leiden tot pesten
- Een problematische thuissituatie van de pester.  
Als een kind een slechte verhouding met z'n ouders heeft en deze te weinig interesse in het kind hebben, is de kans groot dat het een pester wordt. Als agressief gedrag van het kind niet aan banden gelegd wordt, is de kans dat het kind uitgroeit tot een pester nog groter. Een kind dat *thuis* te weinig aandacht krijgt, gaat die op een gewelddadige manier op *school* proberen te krijgen.
- Een voortdurend gevoelde anonimiteit.  
De pester voelt zich verloren binnen de grote groep en probeert van zichzelf een bepaalde belangrijke persoon te maken door een klasgenoot naar beneden te drukken. Door de anonimiteit in de klas of op de hele school is er dan ook nog eens een gebrek aan sociale controle, met andere woorden: zijn/haar klasgenoten zullen niet ingrijpen.
- Bij voortduring in een niet-passende rol worden gedrukt.  
Het kan hier bijvoorbeeld gaan om het bij voortduring in een typisch mannelijke of vrouwelijke rol worden gedrukt; kinderen moeten zich gaan gedragen op een manier die niet past bij wie ze zijn. Ze moeten bepaalde dingen die ze graag willen doen onderdrukken, en/of bepaalde dingen die ze juist niet willen doen, toch doen.

### 3 De aanpak van het pestprobleem

#### 3.1 Voorwaarden

1. Pesten moet als *probleem* worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerkrachten, ouders en leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende middengroep)
2. De school doet zijn best het pestprobleem te *voorkomen*. Een preventieve aanpak bestaat ondermeer uit de behandeling van het onderwerp met de leerlingen, waarna met hen regels worden vastgesteld.
3. Als pesten desondanks optreedt, moeten leerkrachten toegerust zijn dat te *kunnen signaleren* en
4. *Nemen duidelijk stelling als het optreedt*
5. Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet de school beschikken over een *directe aanpak* (curatief)
6. De school beschikt over een klachtenprocedure
7. Ouders voelen zich vrij om het vermoeden van pesten te bespreken op school
8. Leerkrachten zijn alert op de "blinde vlekken"; hij of zij kan deel uitmaken van de groep pesters, daarom is het belangrijk dat de leerkracht open staat voor begeleiding en intervisie.

#### 3.2 De preventieve aanpak

##### 3.2.1 De kring

Tijdens de kring worden onderwerpen met alle kinderen besproken en ervaringen worden uitgewisseld. Enkele onderwerpen die in relatie staan tot pesten zijn: omgaan met verschillen; benoemen van positieve kanten van medeleerlingen; voorwaarden voor vriendschap; uiten van onvrede; leren benoemen van problemen; regels voor goed omgaan met elkaar.

##### 3.2.2 Regels

De school heeft een aantal algemene regels. Zie hoofdstuk 4.

Elke groep stelt aan het begin van elk schooljaar met elkaar een aantal regels op die het pesten moeten voorkomen.

Een voorbeeld pestcontract vind je in hoofdstuk 4. Het soort en aantal regels is leeftijdsafhankelijk.

##### 3.2.3 Rol van de ouders

Het is heel belangrijk dat de school in een vroegtijdig stadium signalen krijgt van de ouders over pestgedrag. Zowel als het een kind betreft dat gepest wordt als van een kind dat mogelijk pest.

Door snel in te grijpen in de klas kunnen onveilige situaties zoveel mogelijk voorkomen worden en vervelende pestsituaties opgelost. Kom direct, wacht niet! Komt de leerkracht naar het idee van de ouder niet met een passende oplossing, aarzel dan niet en ga naar de schoolleiding of benader de klachtenpersoon.

Daarnaast is het belangrijk thuis met het kind te praten over het pesten. Zie curatieve aanpak.

### *3.2.4 Rol van de leerkrachten*

Het is belangrijk dat de leerkracht alert is op de signalen van pesten. Scholen zijn er om kinderen kennis en vaardigheden bij te brengen. Daarvoor is concentratie nodig; leerlingen moeten "bij de les" blijven. Als pesterijen in de klas de lessen verstoren heeft de leerkracht er een direct belang bij om hier iets aan te doen. Maar pesten is juist ook iets wat lang verborgen blijft en waarvan misschien alleen het topje van de ijsberg waarneembaar is; de leerkracht heeft er dan zelf niet direct last van. Daarom blijft het belangrijk dat ook kinderen en ouders signalen oppakken en doorgeven aan de leerkracht.

Wat kan de leerkracht doen aan preventie:

- hij/zij erkent de pestproblematiek en neemt preventieve maatregelen
- voert gesprekken over pesten en maakt aan het begin van het schooljaar een pestcontract met de groep en handhaaft deze
- hij/zij voert leergesprekken met de klas over vriendschap en respect en past aanvullende werkvormen toe
- hij/zij blijft op de hoogte van het materiaal dat op de school beschikbaar is over pesten en van recente ontwikkelingen en raadpleegt zonnodig literatuur of websites
- gymles, aandacht hebben voor fysieke aspecten, bijvoorbeeld houding, kracht en zelfvertrouwen uitstralen.
- intervisie met collega's.

### *3.2.5 Rol van de schoolleiding*

De schoolleiding:

- initieert het pestbeleid, bespreekt dit met de diverse geledingen en legt het uiteindelijke resultaat vast in een nota pestbeleid school. Deze nota is beschikbaar voor alle leerkrachten en ouders en kan worden opgehaald bij de intern begeleider of via de website gedownload. Jaarlijks wordt deze nota bijgewerkt aan de hand van de praktijk van de school. In het schoolplan staat een verwijzing naar het actuele pestbeleid.
- heeft contact met de onderwijsbegeleidingsdienst om op de hoogte te blijven van recente ontwikkelingen op het gebied van pesten en stelt het team hiervan op de hoogte.
- brengt nieuw uitgebrachte materialen en artikelen onder de aandacht van docenten.
- begeleidt zonnodig docenten bij het pestbeleid in de klas.
- kan in samenwerking met de medezeggenschapsraad en de oudervereniging een ouderavond organiseren over pesten.

## *3.3 Curatieve aanpak*

### *3.3.1 Inleiding*

Nadat de school geconstateerd heeft dat er gepest wordt, treedt de curatieve aanpak in werking.

De leerkracht kan hierbij gezien worden als een spin in het web.

De curatieve aanpak bestaat uit een aantal maatregelen die de leerkracht en de school kan nemen. Een aantal "partijen" spelen hierbij een rol: de pester(s); het gepeste kind; de meelopers; de zwijgende middengroep; de helpers; de ouders.

De curatieve aanpak bestaat uit:

- het gepeste kind duidelijk maken dat zijn probleem gezien en erkend wordt.
- de pester duidelijk maken dat het pestgedrag onacceptabel is en excuses laten aanbieden.
- de zwijgende middengroep/ de meelopers en de helpers wijzen op hun rol en de gevolgen hiervan.
- met de kinderen aanvullende regels maken op de preventieve aanpak om het pesten in de toekomst te voorkomen.
- diverse methoden inzetten om het pestprobleem te bespreken in de klas (zie kopje.2.4.1.).
- als het probleem groepsoverstijgend blijkt te zijn: de situatie bespreken met collega's en de schoolleiding.
- de leerkracht ondersteuning bieden bij de aanpak van het probleem door collega's en schoolleiding.
- zonodig ouders informeren en betrekken van zowel het gepeste kind als de pester.
- zonodig alle ouders uit de groep informeren en voorzien van achtergrondinformatie en adviezen.

### 3.3.2 Methoden

de vijfsporen aanpak, bestaande uit:

- hulp aan de pester
- hulp aan het gepeste kind
- hulp aan de zwijgende middengroep in de vorm van het mobiliseren van deze groep
- hulp aan de leerkracht in de vorm van achtergrondinformatie over het verschijnsel
- hulp aan de ouders in de vorm van tips en achtergrondinformatie.

#### 3.3.2.1 Hulp aan de pester

Hulp aan de pester is nodig. Pesters doen zich sterker voor dan hun klasgenoten en stellen zich daarboven. Ze kunnen agressief zijn en neigen vaak tot agressieve reacties in verschillende situaties.

Ze kunnen hun slachtoffers tiranniseren, klasgenoten opdracht geven het gepeste kind te pesten of dat zelf doen.

Hulp kan bestaan uit:

- probleemoplossende gesprekken.
- een rollenspel en andere spelvormen.
- een gesprek met de ouders.
- training in sociale vaardigheden.
- een bestraffend gesprek.
- En als laatste middel: schorsing of verwijdering.

#### **Probleemoplossende gesprekken.**

Als er gepest wordt voert de leerkracht een aantal probleemoplossende gesprekken met de pester om de oorzaak van het pestgedrag bloot te leggen. Dit is nodig om tot de juiste hulp te komen. De leerkracht heeft hierbij een aantal mogelijke achtergronden van het pestgedrag in gedachten:

- het niet aangeleerd hebben van waarden en normen op het gebied van respect.
- ouders corrigeren agressief gedrag niet.
- zelf gepest zijn.
- problemen van sociaal emotionele aard.
- weinig aandacht van de ouders.
- slecht voorbeeld van ouders of andere volwassenen.
- slecht voorbeeld van leerkrachten.
- blootstelling aan geweld op tv of in computerspelletje.
- lichamelijke bestraffing door de ouders.

Is de oorzaak enigszins duidelijk, dan probeert de leerkracht vervolgens de gevoeligheid van de pester voor wat hij met het gepeste kind uithaalt te vergroten. Dit kan op verschillende manieren en gebeurt meestal in groepsverband.

#### **Rollenspel en andere spelvormen.**

Rollenspelen, opdrachten uitwerken rondom het ontstaan van vriendschappen en aanverwante onderwerpen kunnen uitgediept worden.

Bij een rollenspel kan de leerkracht bijvoorbeeld de pester laten ervaren hoe het is om buitengesloten te worden. In een rollenspel kan een pester duidelijk

gemaakt worden wat zijn/haar gedrag teweegbrengt. Zie voor een verdere uitwerking de zwijgende middengroep.

Tevens kan de leerkracht afspraken maken met de pester over gedragsverandering. Aan het einde van elke week kan de naleving van deze afspraken in een sociaal emotionele kring aan de orde komen.

### **Gesprek met de ouders.**

Indien pestgedrag van een kind regelmatig voorkomt is het tijd om een **gesprek met de ouders** van de pester aan te gaan.

Soms veranderen pesters hun gedrag niet en blijven ze een bron van onveiligheid voor klasgenoten. De ouders moet dan respectvol, maar duidelijk worden verteld wat hun kind anderen aandoet.

Hun medewerking wordt gevraagd om aan het probleem een eind te maken. Het pestgedrag is niet als een niemendal af te doen, want de school heeft al regelmatig moeite gedaan om het pestgedrag op te lossen. Er kan een reden zijn om het gesprek met de ouders niet onmiddellijk aan te gaan, namelijk bescherming van de pester tegen mogelijke sancties door de ouders.

### **Training in sociale vaardigheden.**

Deze training wordt ingezet indien de school denkt dat dit de pester kan helpen en de maatregelen die tot dan toe genomen zijn onvoldoende geholpen hebben.

De school schakelt dan in overleg met de ouders Jeugdzorg in.

Deze biedt diverse cursussen aan. Zie [www.pestten.net](http://www.pestten.net)

### **Schorsing/verwijdering**

Schorsing kan een uiterste redmiddel zijn om een leerling duidelijk te maken dat zijn/haar gedrag onacceptabel is. Dit zal pas gebeuren nadat andere methoden onvoldoende resultaat hebben opgeleverd.

Verwijdering zal plaatshebben als het kind op geen enkele manier vatbaar blijkt voor gedragsverandering en het pesten teveel negatieve invloed heeft op de groep. Denk hierbij bijvoorbeeld aan geestelijke + lichamelijke mishandeling.

## 3.3.2.2 Hulp aan het gepeste kind

### **Tips voor kinderen die gepest worden**

- Het is belangrijk te weten dat er nooit een reden mag zijn om jou te pesten.  
Iedereen heeft het recht om zichzelf te zijn.
- Ga er mee naar je leerkracht of naar iemand die je vertrouwt,
- Vertel het aan je ouders.
- Als je er op school niet uitkomt, vraag dan je ouders om hulp.
- Bedenk voor jezelf een leuke sport of hobby waardoor je andere kinderen tegenkomt. De kans is groot dat je het daar naar je zin hebt en je weer wat zelfvertrouwen krijgt.

Methoden die de school toepast om pesten te beëindigen zijn:

- sociaal emotionele kring.
- individuele gesprekken met het kind.
- gesprekken met de ouders.
- rollenspel.
- sociale vaardigheidstraining.



**Sociaal emotionele kring;**  
zie preventieve aanpak

**Individuele gesprekken met het kind.**

Hierin probeert de leerkracht te achterhalen wat de pestgeschiedenis is:

- Wanneer en door wie wordt het kind gepest?
- Wat is de reactie van het kind hierop?
- Wat is de reactie van de groep?
- Worden de signalen door de leerkracht opgemerkt?

Vervolgens maakt de leerkracht met het kind afspraken over direct melden van pesten aan de leerkracht.

De leerkracht zal het pesten in de klas behandelen aan de hand van de al genoemde methoden.

Tevens zal de leerkracht de pester aanspreken op zijn/haar gedrag.

## **Gesprekken met de ouders**

Indien het kind regelmatig gepest wordt neemt de school contact op met de ouders van het kind en vindt er een gesprek plaats met de leerkracht. We zullen proberen samen te achterhalen wat de oorzaak kan zijn van het pesten, hoe het kind reageert op het pesten, of de ouders signalen hebben ontvangen van gepest worden, welke maatregelen de school tot nu toe genomen heeft, welke tips ouders zouden kunnen toepassen om hun kind te helpen.

## **Rollenspel**

Zie zwijgende middengroep

## **Sociale vaardigheidstraining**

Zie website literatuurlijst

### 3.3.2.3 De zwijgende middengroep/meelopers

De zwijgende middengroep bestaat uit vijf subgroepen:

1. leerlingen die meepesten uit angst.
2. leerlingen die mee pesten uit berekening.
3. leerlingen die niet mee pesten, maar die ook geen duidelijk stelling (durven) nemen.
4. de enkeling die niet ziet dat er wordt gepest
5. de enkeling met een hoge status in de klas of groep, naar wie - ook door de pesters - wordt geluisterd.

Niets doen aan pesten op school, heeft ook negatieve gevolgen voor de zwijgende middengroep. Hierdoor ontstaan meelopers, opportunisten en zich schuldig voelende kinderen.

Leerlingen die dit meemaken kunnen daaruit ten onrechte concluderen dat er in elke groep slachtoffers (nodig) zijn; dat je (soms) moet meehuilen met de wolven in het bos; dat je bij een geconstateerde gewelddaad beter je mond kunt houden en in ieder geval niet duidelijk stelling moet nemen; dat je de vuile was niet buiten mag hangen; dat je jouw agressie mag omzetten in geweld tegen een mindere in de sociale rangorde; of dat aan pesten of geweld toch niets te doen is.

Door middel van gesprekken met kinderen die gepest worden en zij die pesten, komen we erachter welke kinderen de zwijgende middengroep vormen. Als je weet wie het zijn kun je ze mobiliseren: actie ondernemen om hun gedrag te veranderen.

Als er veel gepest wordt in een groep gaat de sfeer achteruit en is het zelden leuk en gezellig. Hoe langer het pesten duurt hoe slechter de sfeer wordt.

Daarom moet het pesten ophouden en is het belangrijk dat de zwijgende middengroep daarin ook zijn verantwoordelijkheid neemt.

Door middel van een gesprek bespreekt de leerkracht de volgende vraag met deze groep; heb je als zwijgende middengroep ook schuld aan het pestgedrag van enkelingen?

Je leert de kinderen zich ervan bewust te worden wat hun gedrag teweeg brengt en verantwoordelijkheid te gaan nemen voor hun gedrag.

Je leert ze hun negatieve betrokkenheid om te zetten in positieve handelingen. Mogelijke stappen:

- bewustwording; schuldvraag en het leren inleven in posities van anderen (hoe concreter, hoe beter)!
- tutoren; kinderen leren samenwerken vanuit verschillende rollen
- rollenspel; in het rollenspel komt de rol van de zwijgende middengroep duidelijk naar voren. Kinderen leren zich inleven in posities van anderen en leren het negatieve gedrag te benoemen. Daarna oefenen zij met het gewenste gedrag, bijvoorbeeld: een pester aanspreken op het pesten, (durf te roepen "houd ermee op dat is gemeen"), de leerkracht vertellen dat er gepest wordt, het opnemen voor het gepeste kind.
- maak met de klas "Een plan voor een fijne groep".

#### 3.3.2.4 Hulp aan de leerkrachten

Het pestprotocol biedt de leerkracht handvatten bij het aanpakken van pestproblemen in de groep.

Alle hierboven geschetste methoden staan ter beschikking van de leerkrachten inclusief handleiding.

Er is op de school literatuur beschikbaar over dit onderwerp en er zijn sites op internet op te vragen.

De leerkrachten kunnen te allen tijde beroep doen op hun collega's en de schoolleiding bij pestproblemen in hun klas. Leerkrachten kunnen gebruik maken van video observatie.

Een leerkracht kan na overleg met de schoolleiding contact opnemen met HCO voor professionele ondersteuning van pestproblemen.

### 3.3.2.5 Hulp aan de ouders

#### *Tips voor ouders van een kind dat pest*

- Neem het probleem serieus
- Realiseert u zich dat elk kind een pester kan worden
- Praat met uw kind en bedenk dat een pester steeds zal proberen zijn haar foute gedrag te minimaliseren. Stel directe vragen: Wat doe jij? Wat gebeurt er dan? Waarom doe je dat? Hoe voel je je daarna?
- Neem contact op met de school en blijf in contact. Laat aan uw kind en de school merken dat u dit probleem en de oplossing samen met de school serieus neemt
- Maak uw kind zeer duidelijk dat u dit gedrag niet tolereert en geef aan wat voor gevolgen pesten heeft voor de slachtoffers
- Beloon uw kind voor positief gedrag
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een teamsport
- Bedenk dat het veelvuldig kijken naar gewelddadige video's, videogames en televisieprogramma's het gedrag van uw kind negatief kan beïnvloeden. Stel samen met uw kind een kijk- of speelwijzer op

#### *Tips voor ouders van kinderen die gepest worden*

- Neem het probleem serieus.
- Moedig uw kind aan te praten over pesten.
- Stel directe vragen:
  - Wie plaagt er?
  - Wat gebeurt er?
  - Waar gebeurt het?
  - Wanneer gebeurt het?
- Vraag uw kind hoe zij/hij geprobeerd heeft het pesten te stoppen.
- Help uw kind met het bedenken van mogelijke oplossingen.
- Door veel met uw kind te praten kunt u erachter komen welke positie het inneemt in de klas.
- Laat deze gesprekken in een ontspannen sfeer plaatsvinden.
- Kan uw kind moeilijk praten, laat hem/haar een dagboekje bijhouden.
- Zeg in ieder geval nooit dat het "eigen schuld" is als uw kind gepest wordt.
- Stel waar nodig een sociale vaardigheidstraining voor (zie....).
- Ga niet zelf met de pester(s) of hun ouders in gesprek, behalve als het in een heel vroegtijdig stadium is.
- Neem als ouder op positieve wijze contact op met de school in samenspraak met uw kind.
- Zorg ervoor dat je kind het gevoel heeft dat je als ouders achter hem of haar blijft staan.
- Houd de communicatie open, blijf over het pesten praten met uw kind op een positieve manier (niet vragen: en wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd).
- Stimuleer uw kind tot het doen van een sport, zodat het kan uitblinken in een spel of motorische vaardigheid.

### *Tips voor overige ouders*

- Neem het probleem serieus: het kan ook uw kind overkomen.
- Praat met uw kind over school, over de relaties in de klas en over wat de leerkracht doet en moedig het kind aan te praten over het pesten in de klas. Onderzoek of jouw kind behoort bij de zwijgende middengroep.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw kind voor anderen op te komen.
- Neem tijdig contact op met de school als je erachter komt dat er gepest wordt in de klas.

### *Achtergrondinformatie*

In de literatuurlijst staan diverse publicaties die geschikt zijn voor ouders die zich verder willen verdiepen in het pesten. Daarnaast beschikt de school over folders, kleine boekjes een video en cd-rom over pesten. Deze kunnen worden uitgeleend aan ouders die daar behoefte aan hebben. Er is ook een goede brochure beschikbaar voor kinderen.

Zie literatuurlijst.

#### 4 Regels de school en voorbeeld pestcontract

De school hanteert gedragsregels.

##### Respect in houding en gedrag

- luisteren naar elkaar
- elkaar laten uitspreken
- beleefd zijn tegen elkaar
- respect voor verschillen in levensbeschouwing en cultuur
- rekening houden met elkaars gevoelens en wensen
- rekening houden met elkaars mogelijkheden en behoeften
- leren verschillen te accepteren, waarderen elkaar zoals we zijn

##### Vertrouwen in elkaar/zelfvertrouwen

- stimuleren middels complimenten en positieve waardering
- een positief kritische houding jegens elkaar
- ruimte voor een eigen mening
- tijd en aandacht voor elkaar
- voor elkaar opkomen

##### Eerlijk zijn

- open met elkaar communiceren
- communiceren met als doel elkaar te begrijpen en zaken bespreekbaar maken
- gevoel hebben voor rechtvaardigheid

##### Verantwoordelijkheid

- afspraken nakomen
- verantwoordelijkheid zijn voor elkaar
- met anderen meeleven
- behulpzaam naar elkaar zijn
- zich verantwoordelijk voelen voor het eigen werk
- zorgvuldig omgaan met eigen en andermans materiaal
- houden het schoolgebouw en schoolplein netjes, schoon en gezellig

##### Veiligheid

- conflicten willen oplossen
- pestgedrag afwijzen
- op willen komen voor de zwakkeren
- zelfbeheersing en zelfdiscipline
- als iemand ons hindert, vragen wij hem of haar daarmee te stoppen
- als dat niet helpt, vragen we de juf of meester om hulp

#### 4.1 Voorbeeld van een contract

### **'Stop het pesten' van groep ..**

Het is de bedoeling dat de groep aan het begin van elk schooljaar een eigen contract maakt met als doel een prettige sfeer te creëren in de groep. Een contract met positieve afspraken en met wat de kinderen niet willen dat er gebeurt. De kinderen benoemen zelf wat zij belangrijk vinden en in welke volgorde. De leerkracht en de kinderen bepalen samen het aantal regels. Dit is een voorbeeld van zo'n contract:

Wij zullen

1. elkaar helpen
2. aardig zijn
3. luisteren naar elkaar
4. het voor elkaar opnemen
5. complimentjes geven
6. andere kinderen betrekken in het spel
7. elkaar nemen zoals we zijn

Wij zullen

1. niemand uitschelden.
2. niet gelijk met een oordeel klaarstaan.
3. niemand buitensluiten.
4. niet zoveel letten op elkaar.
5. van elkaars spullen afblijven.
6. niet met z'n allen iemand uitlachen.
7. niet roddelen over elkaar.
8. van elkaar afblijven.
9. elkaar niet bedreigen.
10. elkaar niet op uiterlijk aanspreken.

Wij, als groep....., houden ons aan dit contract en melden het direct aan:.....als iemand zich er niet aan houdt!

## 5 Klachtenregeling & vertrouwenspersoon

Dit is de algemene klachtenregeling van de school:

Overall waar gewerkt wordt, zijn wel eens misverstanden en worden af en toe fouten gemaakt. Dat is op onze school niet anders.

Zit u iets dwars, heeft u het gevoel dat iets niet helemaal goed loopt of heeft u een klacht dan kunt u dit altijd aan de school melden. Samen zoeken we dan naar een goede oplossing. Komen we er niet uit, dan bespreken we wie er ingeschakeld moet worden om het probleem wel op te kunnen lossen.

Heeft u een probleem of klacht dan kunt u in eerste instantie terecht bij de contactpersoon van onze school (zie schoolgids voor de naam betrokkene).

Met de contactpersoon kunt u overleggen wat de beste weg lijkt om tot een oplossing te komen.

Dit kan zijn het probleem direct aan de directeur voor te leggen, maar een meer algemeen probleem met het schoolbeleid kan wellicht ook via de medezeggenschapsraad aangekaart worden.

Heeft u het gevoel dat we binnen de school niet tot een oplossing komen, dan kunt u uw klacht of problemen voorleggen aan het bevoegd gezag. Voor gegevens zie schoolgids of website

Daar zal worden nagegaan, of uw probleem of klacht door het bevoegd gezag oplosbaar is dan wel deze, in overleg met u, voorgelegd moet worden aan de onafhankelijke klachtencommissie.



## 6 Literatuurlijsten

### 6.1 Ideeënlijst op het gebied van straffen.

Hieronder een overzicht van mogelijke 'straffen' wanneer leerlingen de - al dan niet door henzelf - vastgestelde regels of afspraken overtreden. De straffen zijn afkomstig van scholen die beleid hebben ontwikkeld en vastgesteld op het gebied van pesten/geweld/onveiligheid. Alhoewel in het beleid een onderscheid wordt gemaakt in oorzaak en mate van geweld, de leeftijd van de leerling en of er sprake is van recidive, wordt dit onderscheid hier (nog) niet gehanteerd. Ook wordt er (nog) geen onderscheid gemaakt in straffen bestemd voor leerlingen van het basis- of voor het voortgezet onderwijs. En tot slot wordt er nog geen onderscheid gemaakt in oplopende zwaarte van de straffen.

Wel wordt er een onderscheid gemaakt in zinvolle en (tamelijk) zinloze straffen. De (tamelijk) zinloze straffen zijn: het plein vegen, lokalen of wc's schoonmaken. Zinvolle straffen zijn straffen die in relatie staan tot het pesten.

Mogelijke straffen kunnen zijn:

#### **Aan den lijve (laten) ervaren**

- Pester aan den lijve laten ervaren wat het is om gepest te worden. Dit kan echter niet bij elk kind. Met andere woorden, het is afhankelijk van de oorzaak waarom dit kind pest.
  - Gepleegd vergrijp bij hem/haar toepassen.
- Met deze straf heel voorzichtig omspringen en vooraf overleg met IB.

#### **Apart zetten**

- Apart zetten, uit het groepje.
- Pester buitensluiten in vrije situaties: niet mee laten gymen, niet buiten laten spelen, niet mee laten zwemmen, niet mee naar de schooltuin.
- De pester wordt direct geïsoleerd, mag even niet spelen of computeren.

#### **Boek over pesten**

- Een (gedeelte van een) boek over pesten lezen.  
Een overzicht hiervan is te vinden in: *Lees- en voorleesboeken over pesten*. Utrecht: APS, Afdeling VODA, 1999, ISBN 90 6607 305 5. Bestelnummer: 601.004.
- De opdracht geven om *De verschrikkelijke schoolmeester van Dolf F.* te lezen.
- Een (gedeelte van een) boek over pesten lezen, hiervan een uittreksel maken en/of er een spreekbeurt voor de klas over houden.

#### **Brief**

- Brieven met gevalsbeschrijvingen van gepeste kinderen of volwassenen overschrijven.  
Drie van deze brieven zijn opgenomen in: *Ballet Pijn die pesten heet, begeleidend materiaal*, bestelnummer 601.006. Bestelwijze: Onder vermelding van titel en bestelnummer kan deze brochure schriftelijk worden aangevraagd bij het APS, Afdeling VODA, Postbus 85475, 3508 AL Utrecht of via het emailadres: b.vandermeer@home.nl. Vijf van deze brieven zijn gratis te downloaden van de website [www.pestening.net](http://www.pestening.net).

- Brieven met gevalsbeschrijvingen van gepeste kinderen of volwassenen lezen. Hierbij wordt de opdracht gegeven zich voor te stellen dat dit hem/haar of broertje, zusje, neefje, nichtje overkomt. In een later gesprek met de leerkracht wordt aan de pester gevraagd wat deze brieven hem of haar emotioneel hebben gedaan.

### **Cadeau**

- De pester koopt een klein cadeau voor het gepeste kind en overhandigt het aan het gepeste kind in eerste instantie niet in het bijzijn van de rest van de klas, maar bij recidive wel.

### **Complimenten**

- Lijst maken van complimenten en deze toepassen wanneer de pester zich houdt aan de gemaakte afspraken. Een moeilijkheid hierbij is de opmerking van sommige leerkrachten dat ze het moeilijk vinden om kinderen/leerlingen complimenten te geven, te belonen voor wat zij 'normaal' gedrag vinden.

### **Excuus**

- Excuusbrief voor het slachtoffer schrijven.
- Een excuusbrief voorlezen aan de klas. Het argument hiervoor is dat de leerlingen met elkaar regels hebben afgesproken en dat (voortdurende) overtreding van deze regels een zaak is die de gehele klas of groep aangaat en niet alleen het gepeste kind.

### **Gesprek met ouders**

- Ouders voor een gesprek op school uitnodigen en aan hen vertellen wat het kind met klasgenoten uithaalt.

### **Gesprek met pester**

- In een gesprek met de leerkracht krijgt de pester de opdracht een aantal leuke dingen te noemen van het gepeste kind.
- Met de pester worden (veel) één-op-één gesprekken gevoerd. De inhoud hiervan is:
  - . Wat is er volgens jou gebeurd?
  - . Weet je waarom het gebeurd is?
  - . Hoe voelde je je?
  - . Hoe denk je dat de ander zich voelde?
  - . Zou je ook een andere manier kunnen verzinnen?
  - . Kan/wil je iets aardigs aardigs over de ander zeggen?
 Als deze één-op-één gesprekken weinig tot geen resultaten opleveren, worden daarna confronterende gesprekken gevoerd.

### **Interview**

- Een interview over pesten afnemen bij een volwassene. Een variant is: de pester een interview over pesten laten afnemen met een van de ouders.

### **Kleuters**

- Kleuters moeten, wanneer ze iets fout op dit gebied hebben gedaan, op de rode strafstoel plaatsnemen, worden uit de kring geplaatst of maken een tekening voor het slachtoffer.
- Welke straf je geeft, hangt van de situatie af.
- Ook laten meedoen met leuke dingen.

- Belonen wanneer het goed gaat.
- Tekeningen laten maken voor elkaar bij ruzie.
- Eerst zelf het conflict laten oplossen door te zeggen: "hou op". Het andere kind moet dan zeggen: "sorry" en dan de naam. Als het erger is, uit de situatie zetten, bijvoorbeeld uit de kring, een tekening maken of aan het werk zetten (een puzzel maken). Als het heel erg wordt, uit de klas naar een andere klas brengen.
- Bij buiten spelen, naar binnen en puzzel maken.
- Als ik uit de klas ga, gaat het kind met mij mee.
- Niet samen met de andere kinderen jas pakken en naar buiten gaan.
- Niet naast vriendjes of vriendinnetjes mogen zitten, maar naast een kind in de kring.
- Niet meedoen met de groep: time-out.
- Iets aardigs maken voor het slachtoffer.
- Positieve aandacht.
- Vraag: "hoe vond je het gaan met buitenspelen?" Bij tien streepjes 'goed gespeeld', een sticker.
- Iets doen voor een ander: een ander helpen.
- Niet met iets mee laten doen en een gesprek.
- Individueel begeleiden en op eigen niveau verder laten werken. De leerling heeft dan geen tijd voor verveling: goed resultaat.
- Pester moet regels voorlezen voor de klas of vertellen aan de groep wat hij deed.
- Buiten groep plaatsen (verbaal of handelend).
- Pester krijgt taak in de groep van het slachtoffer: hij of zij moet iets aardigs doen voor het slachtoffer.
- Klas opruimen voor degene die gepest is.
- Extra werk doen na schooltijd.

### **Opstel**

- Een opstel over pesten schrijven en de informatie hiervoor van de website [www.pestten.net](http://www.pestten.net) halen.
- Een opstel schrijven met als inhoud: drie argumenten bedenken die aangeven dat pesten goed is en drie argumenten dat pesten slecht is. De informatie hiervoor kan worden gehaald uit [www.pestten.net](http://www.pestten.net).
- Een opstel schrijven, waarbij antwoord moet worden gegeven op de vraag: "waarom pest je eigenlijk?" Hierbij wordt het overzicht van mogelijke oorzaken waarom kinderen pesten gegeven.

### **Presentatie**

- Een mondelinge presentatie met als werktitel pesten of over een boek over pesten.

### **Regels**

- De pester krijgt de opdracht in de voor of door de leerlingen vastgestelde regels na te gaan welke regel(s) hij/zij heeft overtreden, waarna de leerling wordt gevraagd argumenten te bedenken waarom deze regel noodzakelijk is en deze argumenten in een aantal zinnen op te schrijven en in te leveren.

### **Sociaal isoleren**

- Als niets meer helpt, de pester negeren, sociaal isoleren of doodzwijgen.

### **Sorry-brief**

- Een sorry-brief schrijven en aan het gepeste kind voorlezen.
- Een sorry-brief schrijven en aan de klas voorlezen.

### **Strafregels**

- Strafregels bedenken en overschrijven.
- De door de leerkracht vastgestelde of door de groep samengestelde regels een of meer keren overschrijven.

### **Tekening maken**

- Een tekening maken, met het verzoek zich in te leven in de gevoelens van slachtoffers of de opdracht zich voor te stellen wat er met hem/haar emotioneel zou gebeuren als het hem of haar was overkomen.
- Een tekening voor het slachtoffer maken.
- Een tekening maken over wat vervolgens hem/haar is gebeurd.
- De pester maakt een tekening hoe het anders zou kunnen/had kunnen zijn.

### **Toezicht houden op regels**

- De pester krijgt van de leerkracht de opdracht toezicht te houden op de door de leerlingen of leerkracht vastgestelde regels.

### **Website**

- De website [www.pestten.net](http://www.pestten.net) bekijken en er verslag over doen.

### **Werkstuk**

- De pester en de gepeste maken samen een werkstuk, bijvoorbeeld een scheikundepróef of iets bij techniek.

### **Video**

- Een video over pesten bekijken en er een verslag over schrijven.

### **Een mogelijke volgorde van activiteiten**

- Gesprek van pester met mentor
- Gesprek met ouders, afspraken maken.
- Opnieuw gesprek. 'Je houdt je niet aan de afgesproken regels'. Zwaardere straffen.
- Zelf oplossing zoeken.
- Website bezoeken. Opdracht: noem een aantal verhalen die je hebben aangegrepen.
- Op school terug laten komen een aan het lezen zetten van een boek over pesten.
- Excuusbrief/-tekening maken (eerst zelf controleren).
- Opstel met drie argumenten waarom je wel/niet zou mogen pesten.
- Brief met excuses aan de klas (om niet de gepeste te stigmatiseren).
- Opdracht om videofilm te bekijken over pesten.