

4.2 Protocol tegen pesten

Wat is pesten?

Pesten is geen plagen; plagen is goed bedoeld en tijdelijk; pesten is niet goed bedoeld en structureel, als er geen grenzen worden gesteld.

Pesten kan mondeling, maar ook door briefjes of via mobiel of internet; pesten kan ook lichamelijk door o.a. duwen, schoppen, krabben, bijten en spugen.

Drie partijen bij pesten

Er zijn bij pesten drie partijen:

- a. Het gepeste kind;
- b. De pester;
- c. De meelopers en omstanders.

Het gepeste kind

Waarom worden bepaalde kinderen gepest? Dat kan komen door het uiterlijk of door het gedrag. Kinderen die gepest worden zien er vaak iets anders uit, gedragen zich iets anders, wijken motorisch iets af of doen iets net anders dan de andere kinderen.

Vaak mankeert het aan de weerbaarheid, zijn ze onzeker of angstig, durven weinig te zeggen en zijn ze bang om uitgelachen te worden, waardoor een pester de kans krijgt. Dit gedrag wordt extra versterkt door pestervaringen. Veel gepeste kinderen zijn eenzaam; ze verzwijgen dat ze worden gepest. Ze hebben het gevoel dat het hun eigen schuld is. Ze schamen zich dat ze niet voldoen aan het ideaalbeeld van hun ouders. Belangrijk is dat een gepest kind weet dat er wel degelijk een oplossing is en dat het bij leerkracht of ouders in een sfeer van veiligheid, vertrouwen en ondersteuning zich kan uiten.

De pester

Pesters willen populair zijn door te laten zien wat ze durven en kunnen. Ze hebben vaak feilloos in de gaten welke kinderen gemakkelijk zijn aan te pakken. De pesters zetten de meelopers en de omstanders voor een keuze: je bent voor of je bent tegen me.

Meisjes pesten minder openlijk dan jongens; ze sluiten vaak andere kinderen buiten; het gaat er vaak om wel of niet bij de groep te horen.

Pesters weten niet hoe ze hun agressie op een goede manier moeten uiten. Ze missen bepaalde sociale vaardigheden waardoor ze later vaak moeite hebben om langdurige vriendschappen te onderhouden.

Bij de aanpak van het pesten zal de pester eerst ontkennen of bagatelliseren. Toch kan ook de pester ervaren dat het er in wezen om gaat dat hij/zij wordt geholpen om op een normale manier met andere kinderen om te kunnen gaan.

De meelopers en de omstanders

Meelopers zijn kinderen die achter de pester aan lopen en zo nodig meedoen. Omstanders zijn kinderen die niet meedoen, niet tegen de pester optreden, maar het laten gebeuren.

Meelopers en omstanders hopen door hun gedrag vriendschap met de pester te verkrijgen, ook enigszins stoer over te komen en niet het risico te lopen om zelf te worden gepest. Er zijn ook kinderen die zich wel degelijk schuldig voelen omdat ze niet opkomen voor het slachtoffer of niet om hulp vragen. Ze kunnen daar gevoelens van grote onmacht bij krijgen.

Als een groep gaat pesten, leidt dit meestal tot nog ernstiger problemen.

Tien regels tegen pesten

Er zijn tien regels tegen pesten opgesteld, die zich richten op het voorkomen van pesten en op het optreden tegen pesten.

1. Iedereen is zichzelf: groot of klein, zwart of wit;
2. Iedereen is even belangrijk: meisje of jongen, sterk of zwak;
3. Iedereen mag meedoen met een groep;
4. We luisteren naar elkaar;
5. We schelden niemand uit;
6. We doen elkaar geen pijn;
7. We doen niet mee als iemand gaat pesten;
8. Na een ruzie maken we het weer goed;
9. De spullen van een ander zijn niet van jou;
10. We vertellen de meester of juf als er gepest wordt/ als jij gepest wordt.

Pesten voorkomen

De school werkt preventief om pestgedrag te voorkomen:

- Minimaal twee keer per jaar worden in alle groepen de regels besproken; aan de leerlingen wordt gevraagd of er in de groep wordt gepest (kan schriftelijk/ anoniem);
- De leerlingen worden gestimuleerd elkaar op de regels tegen pesten aan te spreken;
- De groepsnorm is: niet pesten;
- Klikken aan de leraar over pesten mag;
- De kinderen worden bewustgemaakt van het feit dat groepsvorming in negatieve zin gevolgen kan hebben;
- Kinderen leren hoe belangrijk de rol van de groepsleider(s) is;
- Personeelsleden spreken alle leerlingen, ook van andere groepen, aan op de regels;
- Tijdens de pauzes wordt het spelen gestimuleerd;
- Er is voldoende plaats om te spelen op de speelplaats, door de pauzes niet voor alle groepen op dezelfde tijd te plannen;
- Pestproblemen worden in de teamvergadering besproken.

Optreden bij pesten

Fase 1:

1. Als er gepest is, probeert de leraar met behulp van de gepeste en de pester en eventuele getuigen, het gebeurde te reconstrueren;
2. De leraar probeert de kinderen zich in te laten leven in de gevoelens die speelden;
3. De leerkracht bespreekt het pesten met het gepeste kind en probeert het kind vertrouwen en veiligheid te bieden;
4. De ouders van de pester worden geïnformeerd dat hun kind zich niet aan de regels tegen pesten heeft gehouden. Ook worden de ouders van het gepeste kind geïnformeerd met de constatering en de genomen stappen.

Fase 2:

1. De leerkracht bespreekt het pesten met het gepeste kind en probeert het kind vertrouwen en veiligheid te bieden;
2. De leerkracht bespreekt de situatie eveneens met de meelopers en omstanders, deze groepen zijn belangrijk om het probleem op te lossen; zij kunnen het gepeste kind uit het isolement halen en de pester aanspreken op zijn/haar gedrag;
3. De leerkracht schrijft een verslag van deze acties;
4. De ouders van de pester worden geïnformeerd dat hun kind zich niet aan de regels tegen pesten heeft gehouden. Ook worden de ouders van het gepeste kind geïnformeerd met de constatering en de genomen stappen.

Fase 3:

- Als het pesten niet ophoudt, meldt de leerkracht dit aan de directeur en bespreekt het verslag dat hij/zij heeft opgesteld. De directeur neemt contact op met de ouders van de pester en nodigt hen uit voor een gesprek. Uitgelegd wordt welk gedrag het kind vertoont. Van de ouders wordt verwacht dat ze het kind hierop aanspreken; ouders kunnen externe hulp vragen;
- De school meldt de ouders eens per twee weken of het gedrag is veranderd. Blijft de leerling hetzelfde gedrag vertonen, dan worden de ouders geïnformeerd dat een externe partner met kennis op het gebied van omgang met pestgedrag, zoals bijvoorbeeld de schoolarts of bijvoorbeeld KIVA wordt ingeschakeld voor advies. De ouders wordt geadviseerd om contact op te nemen met het Centrum Jeugd en Gezin;
- Met de ouders van een kind dat een aantal keren is gepest, wordt ook contact opgenomen. Van de ouders wordt verwacht dat ze met het kind hierover spreken; ouders kunnen ook hulp vragen bij het Centrum Jeugd en Gezin. De school meldt de ouders eens per twee weken of de situatie is veranderd;
- Als het pestgedrag niet stopt, kan de directeur de pester een time out geven, schorsen of van school verwijderen.

Adviezen voor ouders

Ouders van gepeste kinderen:

- a. Houd de communicatie met uw kind open, blij in gesprek met uw kind.
- b. 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.
- c. Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken
- d. Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- e. Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport en/of lid van een club / scouting.
- f. Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt

Ouders van pesters:

- a. Neem het probleem van uw kind serieus.
- b. Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- c. Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- d. Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- e. Besteed extra aandacht aan uw kind.
- f. Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport en/of lid van een club / scouting.
- g. Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- h. Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.

Alle andere ouders:

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