

Antipestprotocol St. Antonius

Inleiding:

Het pestprotocol van de St. Antonius heeft tot doel pestgedrag te voorkomen en indien het zich voordoet er adequaat op te kunnen reageren.

Want:

- Wij willen dat de kinderen zich op de St. Antonius veilig voelen en zich optimaal kunnen ontwikkelen;
- Wij willen elkaar aan kunnen spreken op regels en afspraken
- Wij willen, door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen, alle kinderen van de St. Antonius in de gelegenheid stellen met veel plezier naar school te gaan.

Hoe gaan we om met pesten op school?

Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Pesten is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aanpakken. Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden:

Voorwaarden:

- Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders/ verzorgers.
- De school is er op gericht 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 ouders) dat signaleren en hierin duidelijk stelling nemen.
- Wanneer pesten ondanks alle inspanningen bij herhaling voorkomt, moet de school beschikken over een directe aanpak.

Hoofdstuk 1: Uitgangspunt

De basis van dit pestprotocol is onze visie: Respect en veiligheid voor ieder kind. Elk kind mag zijn wie ze is en is goed zoals hij of zij is. Vanuit dit respect kunnen we elkaar aanspreken op ongewenst gedrag. Dit uitgangspunt betekent ook, dat we op die manier een gezond pedagogisch klimaat kunnen creëren, wat een belangrijk element is in het voorkomen van pesten. Als leerkrachten geven wij ook het voorbeeld door elk kind met respect te behandelen.

Hoofdstuk 2: Wat verstaan we onder pesten?

De term “pesten” betekent elk gedrag onder de vorm van gedragingen, woorden, gebaren met als doel de waarheid van de andere aan te tasten of een vijandige of kwetsende omgeving te creëren. Het gaat over iemand bewust willen kwetsen, zonder dat er sprake is van wederkerigheid. Het moet dus niet verward worden met een wederzijds conflict of vriendschappelijke plagerijen.

De piek van het pesten ligt tussen de 10 en 14 jaar, maar ook in lagere en hogere groepen wordt er gepest.

Signalen van pesterijen kunnen o.a. zijn:

- Altijd een bijnaam, nooit de eigen naam noemen

- 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 op schoppen
- Op weg naar huis achterna rijden
- Naar het huis van het slachtoffer gaan
- Bezittingen afpakken
- Schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer.

2.1 Verschil pesten en plagen

Wat is pesten?

Iemand wordt getreiterd of is het mikpunt van pesterijen als hij of zij herhaaldelijk en langdurig blootstaat aan negatieve handelingen verricht door één of meerdere personen. Je noemt iets pesten als er sprake is van een ongelijke machtsverhouding. Als er gepest wordt, is het ene kind altijd sterker dan het andere. De pestkop misbruikt zijn macht. Het slachtoffer heeft moeite zich te verdedigen. Het is steeds dezelfde die wint of die verliest. Meestal gebeurt pesten niet zomaar.

Wat is plagen?

Bij plagen is er sprake van incidenten. Een persoon zegt iets, een andere zegt iets terug en meestal is het dan afgelopen. Vaak is het een kwestie van elkaar voor de gek houden. De machtsverhouding is gelijk. Plager(s) en geplaagde(n) hebben een gelijke of bijna gelijke macht. Bij plagen loopt de geplaagde geen blijvende psychische en/of fysieke schade op en is in staat zich te verweren.

Wat is het verschil tussen plagen en pesten?

Als kinderen aan elkaar gewaagd zijn, is er sprake van plagen. De ene keer doet de één iets vervelends, een volgende keer is het de ander. Plagen hoort erbij. Daar moet je (leren) tegen (te) kunnen. Plagen is een manier om grenzen te verkennen: hoever kan ik gaan? Plagen verduidelijkt iemands sterke en zwakke punten. Plagen is een spelletje. Niet altijd leuk, maar nooit bedreigend. Pesten is dat wel.

2.2 Kenmerken pester/ gepeste

Kenmerken van de pester:

Alhoewel wij niet zomaar iemand een etiket van 'pester' kunnen opplakken op basis van een of meer van de volgende kenmerken en kinderen natuurlijk onderling verschillen, is toch in de praktijksituatie gebleken, dat bij kinderen die pesten, vaak een of meer van de volgende kenmerken opvallen:

- Staat vrij positief tegenover geweld, agressie en het gebruik van stoere taal.
- Imiteert graag agressief gedrag.
- Is vlugger agressief, gebruikt meer geweld.
- Lijkt assertief: zegt spontaan wat hij denkt of voelt. Komt uit voor zijn mening.
- Is vrij impulsief.
- Heeft de neiging andere te domineren om controle te houden, maar is misschien minder zeker dan het lijkt.
- Wil het middelpunt zijn en is vlug jaloers.
- Is meestal fysiek sterker of omringd door sterk vrienden die zijn gezag respecteren.

- Heeft moeite met regels, grenzen en eigen of door anderen opgelegde regels. Met andere woorden; is altijd grensverleggend bezig.
- Schat de situaties verkeerd in.
- Schat de gevolgen van zijn gedrag verkeerd in.
- Heeft het moeilijk met stress of spanning, die van buitenaf wordt opgelegd (proefwerken, agressie van ouders, etc.)
- Er is vaak sprake van negatieve faalangst.
- Hoe onveiliger hij zich voelt, hoe groter de behoefte aan een zondebok.
- Is niet noodzakelijk dommer of slimmer dan de rest.
- Geniet respect uit angst en niet uit waardering. Met andere woorden: kinderen volgen hem meer uit angst zelf het slachtoffer te worden dan uit vriendschap.
- Heeft een zwak inlevingsvermogen, is vooral met zichzelf bezig en houdt geen rekening met anderen.

Kenmerken van de gepeste:

Alhoewel wij niet zomaar iemand een etiket van 'gepeste' kunnen opplakken op basis van een of meer van de volgende kenmerken, en kinderen natuurlijk onderling verschillen, is toch in de praktijksituatie gebleken, dat bij kinderen die gepest worden, vaak een of meer van de volgende kenmerken opvallen:

- Houdt niet van geweld en agressief of onbeschoft taalgebruik.
- Weet niet hoe hij met agressie van anderen om moet gaan.
- Is meestal fysiek zwakker.
- Is eerder in zichzelf gekeerd.
- Is geneigd zich onderdanig of gediensstig te gedragen.
- Is onzeker in zijn sociale contacten.
- Durft niet op te komen voor zichzelf.
- Heeft vaak een lage dunk van zichzelf en gelooft uiteindelijk, dat hij het verdient om gepest te worden.
- Voelt zich vaker eenzaam dan andere kinderen.
- Voelt niet goed aan, welke regels of normen er binnen de groep gelden.
- Reageert niet op de gepaste manier op druk: begint te huilen of gedraagt zich slaafs, gaat klikken of vleien, probeert zich vrij te kopen met snoep of geld, probeert de pesters na te bootsen, maar faalt daarin.

In sommige gevallen is een kind niet alleen 'pester', maar ook 'gepeste' of andersom.

2.3 Signalen die wijzen op pestgedrag

Vaak kunnen, door middel van een goede observatie, al bepaalde signalen van pestgedrag worden opgevangen. Door het goed observeren van kinderen in de verschillende onderwijsleersituaties en spelsituaties kunnen peestsituaties al in een vroeg stadium worden gesignaleerd en kan op gepaste wijze worden ingegrepen. Dergelijke signalen kunnen ook voor ouders een indicatie zijn.

Signalen bij de gepeste:

- Het kind heeft blauwe plekken of schrammen, gescheurde kleren, beschadigde boeken en 'verliest' sportkleren en eigendommen. Let zeker op, als het kind normaliter niet slordig is. Ook als het niet weet hoe de signalen er gekomen zijn of excuses zoekt, is er vaak meer aan de hand.

- Het kind maakt zich het liefst onzichtbaar. Zelfs zonder zichtbare aanleiding gedraagt het zich als een geslagen hondje. Het is vaak verdrietig of neerslachtig of het heeft onverwachte stemmingswisselingen met driftbuien.
- In sommige gevallen is het onhandelbaar, agressief en overspannen.
- Het kind staat dikwijls alleen op de speelplaats, of speelt met jongere leerlingen; er komen geen vriendjes thuis om te spelen en het wordt ook niet uitgenodigd om te komen spelen of te komen op feestjes en logeerpartijen.
- Het kind zoekt het veilige gezelschap van de leerkracht.
- Als er groepjes worden gekozen, wordt het kind als laatste gekozen of het blijft over.
- De schoolresultaten worden opeens veel slechter.
- Het kind is vaak afwezig, letterlijk of figuurlijk. Het vlucht weg in de fantasie en zorgt ervoor dat het zo nipt mogelijk op tijd op school komt en is meteen na de bel weer weg.
- Op zondagavond of voor het kind naar een club moet, is er bijzonder gestresst en zoekt redenen om niet naar school of naar de club te moeten.

Signalen bij de pester:

- Zijn vriendjes zijn volgzame meelopers, die wachten op instructies van de pester.
- Het kind vindt het moeilijk om samen te spelen of samen te werken, omdat het altijd de baas wil zijn.
- Het kind verdraagt geen kritiek en wordt boos als zijn positieve beeld van zichzelf ter discussie wordt gesteld, al is het ook maar door een grapje.
- Zijn vriendjes zijn gelijkgezinden. Ze spreken vaak negatief of kleinerend over bepaalde kinderen. Wie niet bij de groep hoort, is een zwakkeling of zelfs een vijand. Ze kiezen agressieve idolen uit sport, muziek of film.
- De pester is regelmatig brutaal.
- De pester kan zich moeilijk inleven in de gevoelens van anderen en heeft weinig of geen schuldgevoelens.
- Het kind kan moeilijk grenzen aanvaarden die door anderen worden opgelegd en verdraagt geen kritiek.
- Je krijgt de indruk, dat het kind een dubbelleven leidt: thuis of tegenover de leraar is het volgzzaam en braaf, maar je hoort klachten over het kind in onbewaakte momenten.

Hoofdstuk 3: Misverstanden over pesten

- Pesten zou vanzelf overgaan
- Het slachtoffer zou erom vragen
- Zo zitten mensen nu eenmaal in elkaar
- Van pesten word je juist hard
- Het is iets tussen twee kinderen, de omstanders hebben er niets mee te maken
- Het helpt als je flink van je af bijt
- Het komt door je uiterlijk (bril, rood haar e.d.)
- Er wordt wel eens beweerd dat elke groep een zondebok nodig heeft

Dat is allemaal onzin. Wie pest, gaat echt een stap te ver. En wie gepest wordt, heeft recht op hulp en bescherming. In de eerste plaats van omstanders. Maar ook van de school

Het pesten doet wel pijn:

- Het hindert of kwetst kinderen
- Het doet pijn en geeft verdriet

- Dat gebeurt niet één keer, maar telkens weer en houdt niet op
- De ander is sterker, ouder of krachtiger en soms is het een hele groep
- Het is niet per ongeluk, maar expres
- Het maakt dat kinderen alleen komen te staan.

Hoofdstuk 4: Wat doen wij om pesten te voorkomen?

Pesten kan beginnen als een spelletje, als iets dat leuk is om te doen. Het gepeste kind voelt zich erg ongemakkelijk door het pesten. Het lukt hem of haar niet om terug te plagen. Het kind reageert angstig en gaat soms huilen. De pester merkt dat het succes heeft dat smaakt naar meer. Bewonderd door de andere kinderen gaat hij of zij door met het pesten. Na een tijdje wordt het een gewoonte om het slachtoffer te pesten zodra de gelegenheid zich voordoet.

Pesten heeft veel te maken met verhoudingen binnen een groep. Daarom is het niet eenvoudig om er een eind aan te maken. Aanpakken van pestproblemen betekent meer dan verbieden van gedrag. De kinderen moeten leren om sociaal met elkaar om te gaan. Volwassenen kunnen hen daarbij helpen, door bijvoorbeeld samen met de kinderen oplossingen te zoeken en grenzen aan te geven. Op school maken we gebruik van de volgende onderdelen om pesten te voorkomen:

1. Stappenplan bij een pestvoorval binnen een groep
2. De schoolregels
3. De klassenregels
4. Pauwweek
5. Energizers -groepsspelen- buitenspelen
6. Contactpersonen
7. Oplossen van conflicten

4.1: stappenplan bij een pestvoorval binnen een groep

1. Ingaan op de situatie door de leerkracht die het op dat moment ziet, constateert of op de hoogte wordt gebracht door een leerling. Indien het geen eigen leerling is, dan direct na afhandeling van het eerste moment doorgeven aan de leerkracht van het kind.
2. Leerkracht laat het accent bij de kinderen liggen. Er volgt een gesprek tussen beide kinderen over wat dit met de gevoelens van de pester en het gepeste kind doet. De leerkracht probeert de oplossing voor het probleem vanuit de kinderen te laten komen. Het probleem bespreekbaar maken binnen de gehele groep. Zo kun je de eventuele meelopers ombuigen tot helpers en daardoor de sfeer in de klas verbeteren. Dit komt de prestatie van de gehele groep ten goede!
3. Leerkracht controleert middels gesprekken de komende dagen of het echt opgelost is.
4. Als het probleem niet opgelost is neemt de schoolcontactpersoon contact op met het kind en er wordt samen naar een oplossing gezocht. De leerkracht wordt op de hoogte gebracht van de problematiek die er speelt. De schoolcontactpersoon bewaakt het proces.
5. Mocht de situatie niet opgelost door bemiddeling van de contactpersoon dan worden de ib en directie ingeschakeld. Ouders worden uitgenodigd voor een gesprek.
6. Indien nodig i.o. met ouders vervolgstappen naar Jeugdhulpteam of Weerbaarheidstraining.

4.2: De schoolregels

We hanteren als school 3 basisregels:

1. We dragen zorg voor elkaar ook al zijn we verschillend
2. We zullen goed voor de spullen zorgen dan zijn ze weer te gebruiken morgen.
3. De school is vanbinnen een rustig gebied en buiten hoeft dat lekker niet.

Deze regels worden aan het begin van het schooljaar in de eerste teamvergadering opnieuw onder de aandacht gebracht. Daarnaast wordt er 2 keer per jaar (in november en april) het borgingsdocument over regels en routines besproken in een teamvergadering.

De regels zijn zichtbaar gemaakt op borden in elke klas en een groot in de hal. Elke leerkracht spreekt de kinderen aan op het niet nakomen hiervan.

Er is een éénduidige benadering binnen de school afgesproken rond het geven van feedback bij overtreding van regels, namelijk: (1) aanspreken op het (ongewenst) gedrag, (2) in herinnering roepen van de regel, (3) keuze bieden om het gedrag te veranderen, (4) benoemen van de gevolgen.

4.3 Klassenregels

Onder de klassenregels verstaan we de regels die iedere leerkracht specifiek met de klas afspreekt voor dat schooljaar. Deze worden door de klassenleerkracht aan het begin van het nieuwe schooljaar opgesteld in samenwerking met de gehele groep en vastgelegd. De regels worden opgesteld en ondertekend door de kinderen.

De regels hangen in de klas zodat deze voor ouders en kinderen zichtbaar zijn.

4.4 Pauwweek

Per schooljaar worden er 3 pauwweken gepland. Tijdens deze pauwweken komen de schoolregels aanbod en staat er 1 centraal.

Tevens wordt er in deze weken aandacht besteedt aan het verschil tussen pesten en plagen. In deze week wordt er iedere dag een activiteit rondom de regels van de pauw of rondom pesten/plagen gedaan. Er vinden gesprekken plaats over de omgang tussen leerlingen onderling en de leerkracht-leerling. Dit gesprek over het pedagogisch klimaat in de groep moet iedere leerkracht verplicht aan de orde stellen in deze week.

De regels rondom de pauw (onze schoolregels) zijn:

1. We dragen zorg voor elkaar ook al zijn we verschillend
 - Als iemand zegt “stop ermee”, moet je stoppen.
 - We lossen problemen op door met elkaar te praten.
 - Wordt iemand gepest... praat erover.
 - Positief zijn is fijn.
 - We houden rekening met elkaar.
2. We zullen goed voor de spullen zorgen dan zijn ze weer te gebruiken morgen.
 - Onze school is netjes en opgeruimd
 - We zijn zuinig op onze schoolmaterialen.
 - We blijven ongevraagd van elkaars spullen af.
 - Materiaal wordt gebruikt waarvoor het is bedoeld.
3. De school is van binnen een rustig gebied, buiten hoeft dat lekker niet.
 - In school zijn we rustig.

- We lopen met de fiets aan de hand op het plein en zetten hem op de aangewezen plek

4.5 Energizers- groepsspelen- buitenspelen

Energizers zijn spelvormen om het saamhorigheidsgevoel in de groep te bevorderen. Er kan op eigen initiatief mee gewerkt worden. Op school is het boek "De gouden weken" waaruit leerkrachten ideeën kunnen halen om met hun eigen groep te doen.

Het zijn dynamische oppeppers om energie te tanken en de sfeer in de groep te verbeteren.

De spelletjes zijn bijzonder geschikt voor de volgende situaties:

- als een nieuwe groep tot een eenheid moet worden gesmeed;
- als een bestaande groep wat uitgeblust is en opgepept moet worden;
- als er spanningen of conflicten in een groep bestaan;
- als een gezamenlijke prestatie geleverd moet worden;
- als een docent iets leuks wil doen met een klas.

In spel ontdekt een kind zichzelf, het onderzoekt grenzen en mogelijkheden en verkent spelenderwijs de wereld om zich heen. Met groot gemak bedenken kinderen allerlei spelletjes. Hierbij hebben ze in principe niet meer nodig dan hun eigen verbeelding en wat maar voor handen is. Voor kinderen is *alles* spel en spel is de manier waarop ze leren. Vanaf een bepaalde leeftijd gaan regels een rol spelen in het spel van het kind. Het kind experimenteert hiermee en bedenkt zelf regels: "We moeten achter deze witte lijn blijven." Deze regels komen tot stand in overeenstemming tussen de kinderen. Iedereen kan hierbij een nieuwe regel introduceren.

Daarnaast komen kinderen in aanraking met spelvormen waarbij de regels van tevoren vastliggen. Voorbeelden hiervan zijn gezelschapsspelen, kring-of groepsspelen en ook de verschillende spaden. Bij al deze spelen zijn de regels vaststaand en het doel is (bijna altijd) om van de ander te winnen. Tijdens het spelen van deze spellen komen ook de aspecten: winnen/ verliezen, op je beurt wachten, leiding nemen (spelleider zijn) en samenspelen/ samenwerken aan bod.

Voordelen van coöperatief spel:

- Geeft een gevoel van vertrouwen en veiligheid.
- Bevordert een sfeer van plezier en openheid
- Leidt tot betere leerprestaties, emotionele afhankelijkheid en een goed ontwikkelde identiteit
- Stimuleert samenwerking en overleg
- Zet aan tot flexibeler denken en het vinden van creatieve oplossingen voor problemen.
- Heeft een gunstige invloed op de gezondheid door het ontbreken van de "negatieve bijeffecten" die onvermijdelijk bij competitief spel horen.
- Leidt tot het ontwikkelen van eigenwaarde en zelfvertrouwen.

Voor het buitenspel worden regelmatig nieuwe materialen aangeschaft. Daarnaast is er een schoolpleincommissie opgezet die zorgdraagt voor het aankleden en onderhouden van het schoolplein. De school vindt het belangrijk dat kinderen ook buiten tot spelen worden gemotiveerd. Het samenspel is een belangrijk onderdeel hiervan

4.6 Oplossen van conflicten

Bij het buitenspelen houden leerkrachten toezicht. Mochten er problemen zijn dan horen de kinderen volgens een vast stappenplan te werken. Dit is besproken in de groep al tijdens de eerste schoolweken.

Het stappenplan dat gehanteerd wordt voor het buitenspelen:

- Eerst moeten de kinderen het probleem met elkaar zien op te lossen.
- Lukt dit niet, dan naar een leerkracht gaan die op het plein/ veld loopt. Bij voorkeur de eigen groepsleerkracht.
- Lukt dit niet dan wordt het probleem doorgespeeld naar de eigen leerkracht en kan zij hierop terugkomen met het kind en of met de groep.

Zijn er problemen in de groep dan hoort het kind ook volgens het stappenplan te werken. De kinderen moeten eerst onderling het probleem oplossen en pas hierna kan hulp gezocht worden bij de leerkracht. De leerkracht zal dan ook altijd vragen of het kind zelf de problemen heeft proberen op te lossen, wat het gedaan heeft en waarom dit niet gelukt is.

Hoofdstuk 5: Consequenties en begeleiding

5.1 Begeleiding

De leerkracht houdt bij wanneer er sprake is van pesten. Bij elke melding omschrijft de leerkracht de toedracht. Bij de derde melding worden de ouders van pester en gepeste op de hoogte gebracht. Leerkracht en ouders werken samen aan een bevredigende oplossing. De leerkracht biedt altijd hulp aan de gepeste en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.

Begeleiding van het gepeste kind:

- Medeleven tonen en luisteren en 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.
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil.
- Sterke kanten van het kind benadrukken.
- Belonen als de leerling zich anders opstelt.
- Het gepeste kind niet over beschermen, bijvoorbeeld naar school brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen.' Hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen

Begeleiding van de pester:

N.B.: Dit is even belangrijk als de begeleiding van de gepeste leerling.

- Praten: zoeken naar de reden van het ruzie maken! pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling). Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste.
- Excuses aan laten bieden, waarbij het kind het gedrag benoemt dat hij heeft laten zien.
- In laten zien welke sterke (leuke) kante de gepeste heeft.
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de 'stop-eerst-nadenken-houding' of een andere manier van gedrag aanleren.

- Contact tussen school en ouders; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind; wat is de oorzaak van het pesten? Geven van een brochure met tips voor thuis.
- Inschakelen hulp; sociale vaardigheidstrainingen; jeugdgezondheidszorg; huisarts; GGD.

5.2 Consequenties

Wanneer de leerkracht onderhuids pesten vermoedt stelt deze een algemeen probleem aan de orde om langs die weg bij het probleem in de klas te komen.

Wanneer de leerkracht ziet dat een leerling gepest wordt of dit hoort van gepeste of medeleerlingen dan worden eerdergenoemde 3 stappen (oplossen van conflicten) doorlopen. Wanneer dit geen resultaat oplevert voor de gepeste dan neemt de leerkracht duidelijk stelling in:

Fase 1:

- Time-out op een vast afgesproken plaats
- Nablijven tot alle kinderen naar huis zijn (vanaf groep 5/ max 15 minuten). Het kind belt zelf naar ouders om te vertellen wat er gebeurd is.
- Een schriftelijke opdracht over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem, waarbij ook opgeschreven wordt 'hoe het anders had gekund'. (OEPS-blad)
- Door gesprek: bewustwording van wat het voor het gepeste kind betekent.
- Afspraken maken over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komen gedurende een periode elke week in een kort gesprek aan de orde.
- Bij lichamelijk geweld wordt er altijd contact opgenomen met de ouders.

Fase 2:

Een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. De leerkracht heeft alle activiteiten schriftelijk vastgelegd en heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.

Fase 3:

Bij aanhoudend pestgedrag kan een deskundige hulp worden ingeschakeld zoals de schoolarts van de GGD of schoolverpleegkundige.

Fase 4:

In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden.

We reageren positief op gedragsveranderingen. Wanneer een pester beperking wordt opgelegd, dan kan deze terug worden verdiend. (Buiten spelen, de gymles, buitenschoolse activiteiten, enz)

Van alle fases dient een goede schriftelijke verslaglegging bijgehouden te worden, die ook in ons administratiesysteem Parnassys is terug te vinden.

Adviezen aan de ouders van onze school:

Ouders van gepeste kinderen:

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind
- Als pesten buiten school gebeurt, probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken. Daarnaast stelt u de leerkracht van uw kind op de hoogte
- Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.

- Door positieve stimulering kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport/ hobby/ scouting
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.

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 bewust voor wat het anderen aandoet.
- Besteed extra aandacht aan uw kind
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport/ hobby/ scouting
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.

Alle ouders:

- Neem de 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.

Hoofdstuk 6: digitaal pesten

Veel kinderen en jongeren vinden internetten net zo gewoon als televisiekijken. 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, te chatten of facebook. Ze vinden dit meestal heel leuk om te doen. Maar internetten is niet alleen leuk. 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 tieners ongeremder online pestgedrag dan in het werkelijke leven. 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 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.

6.1 Tips

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 geschiedenis knop wissen.
- Houd er rekening mee dat er geen veilige chat-boxen zijn.**
 Echt goede chatsites, speciaal voor kinderen, zijn er eigenlijk niet. Het is te duur om alle babbels voortdurend in de gaten te houden. Daardoor bestaat de kans op scheldkanonnades en seksueel getinte berichten. Wijs uw kind op de risico's
- Wees voorzichtig met het uitbreiden van de contactlijst van MSN, Facebook**
 Wanneer kinderen onbekenden toevoegen, kunnen ze weer makkelijker vervelende berichten ontvangen. Toch kun je de personen van wie de berichtjes afkomstig zijn blokkeren. Bij de uitleg van MSN staat hoe dat moet.
- 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 naar mate ze ouder worden gaan ze ook met onbekenden chatten. Voorzichtigheid is dan op zijn plaats, want Jamie van 11 is in werkelijkheid misschien wel Hans van 40. En wie weet of Ceciel 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:
 @ 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 vader of moeder. 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 wederzijdse ouders.
- 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:

- @ Verlaat de chat als er iets vervelend gebeurt
- @ Vat het niet persoonlijk op
- @ Reageer niet op vervelende berichten
- @ Ga naar je ouders als je je ongemakkelijk of bedreigd voelt
- @ Voel je niet schuldig als iets vervelends gebeurt.

Vaak kun je het adres van een afzender blokkeren. 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 gewoon een ander e-mailadres.

- **Zorg dat uw kind het e-mailadres beschermt**
Mailen is bij kinderen een van de populairste bezigheden. Mailen is veiliger dan chatte, maar ook hier kleven risico's aan. Als een kwaadwillende het e-mailadres in handen krijgt (dia een chatroom, nieuwsgroep of website) kan uw kind via de e-mail lastiggevallen worden. Pestmail komt steeds vaker voor. Het belangrijkste advies is dus dat ze hun e-mailadres 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 een 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 sport 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 een samen surfen op internet.
- **Neem uw kind serieus, maar leer het ook te relativieren**
Een kind denkt al snel dat het zijn eigen schuld is dat het 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 relativieren.
- **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 altijd het lieverdje is. 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.

6.2 Is er sprake van pesten?

Het is vaak heel moeilijk om te signaleren of uw kind gepest wordt. Slecht slapen, geen eetlust, buikpijn, hoofdpijn, niet graag naar school gaan en slechtere cijfers op school kunnen signalen zijn. Voor online pesten gelden grotendeel dezelfde signalen als voor 'gewoon' pesten. Echter het is vaak nog moeilijker te signaleren, omdat er nu geen vernielde spullen of blauwe plekken zijn die als aanwijzing kunnen dienen. Bovendien is uw kind meestal alleen wanneer het op internet actief is en kunt u moeilijker merken wanneer uw kind zich ongemakkelijk voelt. Bovendien vinden veel kinderen dat ouders niets begrijpen van internet en zullen u wellicht daarom niet in vertrouwen nemen.

Het is belangrijk om in contact te blijven met uw kind en uw kind te stimuleren om het aan iemand te vertellen wanneer ze lastig worden gevallen. Wanneer ze er niet met u over willen praten, kunt u kinderen ook adviseren om het tegen vrienden, de leerkracht of familie te zeggen.