



# Richtlijn pestpreventie

## Inhoud

1. Inleiding .....	3
1.1 Wetgeving Sociale Veiligheid .....	3
1.2 Deze richtlijn pestpreventie heeft als doel .....	3
1.3 Schoolbrede aanpak .....	3
1.4 Vensters PO .....	4
2. Positive Behavior Support (PBS) .....	5
2.1 De kern van de PBS aanpak .....	5
2.2 Welke preventieve maatregelen neemt de school om pestgedrag te voorkomen; ..	5
2.3 Het programma Pestpreventie PBS .....	7
3 Aanpak in geval van pesten .....	8
3.1 Aanpak pestgedrag .....	8
3.2 Aanpak aanhoudend pestgedrag .....	9
3.3 Digitaal pesten .....	9
3.4 Meidenvenijn.....	10
3.5 Tot slot.....	10
4. Contactpersonen.....	11
4.1 Vertrouwenspersoon .....	11
4.2 De coördinatie van PBS en pestpreventie .....	11
Bijlage 1 STOP-LOOP-PRAAT leerlingen .....	11
Bijlage 2 VRAAG-STOP-LOOP-PRAAT leerkracht .....	12
Bijlage 3 VRAAG-STOP-LOOP-PRAAT ouders.....	14
Bijlage 4 Achtergrond informatie .....	16
Definitie pesten.....	16
De regels op de IKC Harm Smeenge zijn; .....	18
Hoe begeleiden we.....	19
Adviezen aan.....	20
Meer informatie .....	21

# 1. Inleiding

Voor u ligt de richtlijn pestpreventie van IKC Harm Smeenge.

## 1.1 Wetgeving Sociale Veiligheid

Vanaf 1 augustus 2015 moet elke school verplicht beschikken over een pestprotocol, waarin een structurele en schoolbrede aanpak voor pesten beschreven staat. In dit plan moet in ieder geval opgenomen worden dat de school:

- a. een anti-pestprogramma hanteert, dat voldoet aan de criteria van het ministerie;
- b. de sociale veiligheid van leerlingen op school monitort;
- c. er zorg voor draagt dat leerlingen, leraren en ouders een beroep kunnen doen op een vertrouwenspersoon; en
- d. er zorg voor draagt dat bij een persoon tenminste de volgende taken zijn belegd:
  - het coördineren van het anti-pestbeleid, en
  - de belangenbehartiging in het kader van pesten.

Het wordt dus voor scholen wettelijk verplicht om een schoolbrede aanpak te bieden voor de sociale en fysieke veiligheid van leerlingen. En de inspectie gaat hierop toezicht houden.

## 1.2 Deze richtlijn pestpreventie heeft als doel

“Alle kinderen moeten zich in hun basisschoolperiode veilig kunnen voelen, 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 wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

Deze richtlijn pestpreventie is een middel om de volgende doelstellingen te bereiken:

- De leerkrachten kunnen het pestgedrag signaleren en onderkennen.
- Pestpreventie vormt een plan van aanpak ten aanzien van:
  - Het voorkomen van pestgedrag;
  - Het tijdig signaleren van pestgedrag;
  - Het remediëren van pestgedrag;
  - De samenwerking tussen ouders en school om pestgedrag te voorkomen en te remediëren.

## 1.3 Schoolbrede aanpak

Pesten vraagt om meer dan een plan beschreven in een protocol, namelijk een positieve aanpak in alle ruimtes en groepen, die met regelmaat aangeboden en onderhouden wordt. School behoort een veilige plek te zijn voor alle leerlingen.

IKC Harm Smeenge heeft er daarom voor gekozen om te investeren in een stevig positief schoolsysteem middels School Wide Positive Behavior Support (PBS), waarin ook het voorkomen van pesten is opgenomen.

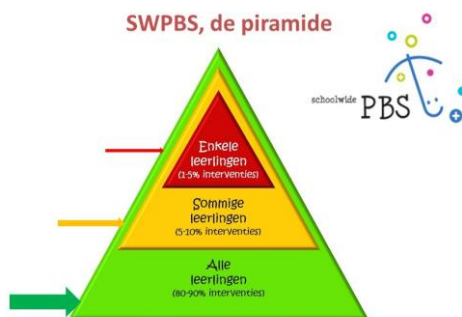
#### **1.4 Vensters PO**

Vanaf schooljaar 2015-2016 is het voor scholen verplicht om elk jaar de sociale veiligheid op school te onderzoeken onder een representatief deel van de leerlingen. Dit staat in de wet 'Zorgplicht veiligheid op school'. Dit onderzoek, de 'Monitoring Sociale Veiligheid', is een onderdeel van het totale onderzoek naar de tevredenheid van leerlingen. We nemen de vragenlijst af bij leerlingen van groep 6, 7 en 8. De resultaten van de monitoring worden via Vensters doorgegeven aan de inspectie. Hiermee voldoen we aan de monitoringsplicht.

## 2. Positive Behavior Support (PBS)

PBS is een doelmatige, schoolbrede en preventieve aanpak die zich richt op het versterken van gewenst gedrag en op het voorkomen van probleemgedrag bij alle leerlingen. Doel van dit systeem is om een veilig en positief schoolklimaat te creëren dat alle leerlingen in staat stelt om optimaal te profiteren van het geboden onderwijs. Om dit te bereiken maakt PBS gebruik van een combinatie van 'evidence based' interventies en strategieën, gericht op het versterken van gewenst gedrag en op het voorkomen van probleemgedrag.

Voor verreweg de meeste leerlingen (80-90%) biedt deze sociale omgeving voldoende basis om zich goed te kunnen richten op de lesstof en goede vorderingen te maken. We spreken hier over de 'groene basis' (zie ook afbeelding). Voor de 10-20% leerlingen die meer nodig hebben om ditzelfde doel te bereiken, zijn er aanvullende interventies beschikbaar, op school en bij de ketenpartners in zorg. Hier komen we later op terug.



Figuur 1 PBS

### 2.1 De kern van de PBS aanpak

De volgende zes elementen vormen samen het hart van de PBS-aanpak:

1. PBS staat voor een schoolbrede aanpak
2. Preventie staat centraal
3. Wij maken gedragsverwachtingen concreet, leren het gewenste gedrag aan en bekrachtigen dit gedrag systematisch
4. We sturen op data over het gedrag van de leerlingen
5. Er is sprake van partnerschap met ouders en de ketenpartners
6. PBS wordt geborgd met een kwaliteitssysteem

### 2.2 Welke preventieve maatregelen neemt de school om pestgedrag te voorkomen;

- Met alle leerlingen en groepen nemen we de waarden en daaruit voortvloeiende gedragsverwachtingen van de school door bij de start van het schooljaar. Samen met de kinderen worden er **groepsafspraken** gemaakt.
- De eerste zes weken van het nieuwe schooljaar zijn erg belangrijk wat betreft de **groepsvorming**. Dit noemen we ook wel de '**Gouden weken**'. De groep is zich aan het vormen (forming) en als leerkracht sturen we de norming fase waarin we met elkaar bepalen hoe we met elkaar om willen gaan. Vervolgens vindt de storming fase plaats waarin de rollen worden verdeeld.

Na de kerstvakantie zetten we in op de 'Zilveren weken' en steken we weer extra tijd in de groepsvorming.

Naast de specifieke gouden en zilveren weken, vinden we het belangrijk ook gedurende de rest van het schooljaar te blijven investeren in een positief groepsklimaat. We hebben tot doel een groep dusdanig te begeleiden dat er een positief groepsklimaat ontstaat en dit blijven we onderhouden.

- De gedragsverwachtingen worden ook met alle leerlingen geoefend in de **PBS lessen**. Zo weten de leerlingen welk gewenst gedrag van hen verwacht wordt, in welke ruimte en deze gedragsverwachtingen zijn in die ruimte ook zichtbaar. Er is een jaarplanning gemaakt, waarin de lessen zijn weggeschreven. Leerkrachten zijn vrij de lessen vaker te plannen, mocht daar aanleiding toe zijn.
- In de klas wordt gewerkt met **KWINK** waarin sociaal emotionele thema's besproken worden. Daarnaast stellen we regelmatig een onderwerp in de kring aan de orde: lessen sociaal emotionele ontwikkeling. Onderwerpen als veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in een groep, aanpak van ruzies etc. kunnen aan de orde komen. Andere werkvormen zijn ook denkbaar, zoals; spreekbeurten, rollenspelen, regels met elkaar afspreken over omgaan met elkaar en groepsopdrachten.
- We werken in de klassen met **coöperatieve werkvormen** waarbij kinderen moeten samenwerken.
- Het voorbeeld van de leerkrachten en de ouders 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 uitgesproken. Agressief gedrag van leerkrachten, ouders en de leerlingen wordt niet geaccepteerd. Leerkrachten, ouders en leerlingen horen duidelijk stelling te nemen tegen dergelijke gedragingen. **Goed voorbeeldgedrag** doet goed volgen.
- De kinderen van groep 6 krijgen allen een training '**Rots en water**'. De Rots en Water-training is een weerbaarheids- en sociale vaardigheidstraining. In groep 6 leren de kinderen op een speelse manier om stevig in hun schoenen te staan (rots) en goed samen te werken en mee te bewegen met anderen (water). Door middel van spel, oefeningen en gesprekken werken we aan thema's als zelfvertrouwen, grenzen aangeven, respect, omgaan met gevoelens en het maken van goede keuzes — zowel voor jezelf als in contact met anderen.
- Goed gedrag wordt bekrachtigd middels een **compliment**. Waarbij we de regel 4:1 hanteren (4 complimenten tegenover 1 grens). Daarnaast bekrachtigen we goed gedrag soms met een **muntje**. De muntjes worden verzameld, zodat er gespaard kan worden voor een groeps- / individuele beloning. Dit wordt met de klas afgesproken.
- Mocht een leerling de regel even vergeten zijn, dan passen we de **reactieprocedure** toe.
- Mocht een leerling tot stap 4 komen in de reactieprocedure en de leerling krijgt dus een consequentie, dan noteren we dit op een **incidentenformulier**. We hanteren daarbij het **consequentiemenu**.
- Twee keer per jaar nemen we een **sociogram** (groep 1 t/m 8) af om te kijken welke kinderen vaak worden gekozen en wie niet.
- We volgen de kinderen op sociaal emotioneel gebied met **Smeenge Spotlight**. 2 keer per jaar wordt er een spindigram ingevuld door de leerkracht (groep 1 t/m 8) en door de leerling (vanaf groep 4). Aandacht, zelfstandigheid, regels, veilig, werkhouding, samenwerking, motivatie en planning worden gescoord. Daarnaast vullen de kinderen jaarlijks de monitor van **Vensters PO** in, om de sociale veiligheid te monitoren. Deze gegevens worden uitgewisseld met BRON.
- We werken op school samen met onze **gezinsondersteuner** Maryksa Kremer. Maryska is 2 dagen in de week op school aanwezig vanuit de pilot HOS 'Hulp op en om school'. Maryska heeft gesprekken met kinderen, is aanspreekpunt voor ouders als het gaat om hulp thuis, ze is een brug tussen school en de hulpverlening.

- 3 keer per jaar is er **mini-ZAT** overleg. Hierin zijn vertegenwoordigd; gezinsondersteuner (HOS), jeugdverpleegkundige en de intern begeleider van de school. Kinderen die heel erg opvallen in de incidentenregistratie van PBS worden besproken in dit overleg en er wordt gekeken naar mogelijkheden voor een interventie.

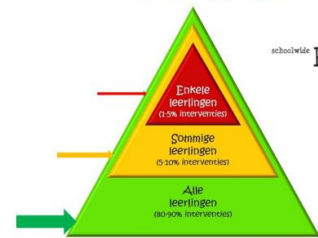
### 2.3 Het programma Pestpreventie PBS

In de pestpreventie van PBS wordt pestgedrag vergeleken met een brandende kaars. Net als de kaars zuurstof nodig heeft, heeft pestgedrag aandacht nodig om aan te houden. De pestpreventielessen sluiten naadloos aan bij de interventies op de basisaanpak, groene niveau van de PBS-piramide. Met deze preventieve pestaanpak leren wij alle leerlingen hoe de aandacht van pestgedrag weggehaald kan worden, door een vierstappenreactie: de vraag om te stoppen, het gebruik van een stopsignaal, weglopen en praten met een volwassene. Deze interventie wordt niet alleen aangeleerd, maar ook geoefend en bekrachtigd.

Medeleerlingen hebben ook een verantwoordelijkheid als toeschouwer. Volgens dezelfde routine vraag-stop-loop-praat ondersteunt de toeschouwer de 'gepeste' leerling. Ook de toeschouwer kan de leerling steunen door ook 'stop' te roepen, vervolgens indien nodig met de 'gepeste leerling' mee uit de situatie te lopen en zelfs uiteindelijk mee naar de leerkracht te gaan om te praten.

In de pestpreventielessen wordt niet gesproken over pesten, maar over niet respectvol of ongewenst gedrag. Wij hanteren het motto: 'Alles wat je aandacht geeft, groeit'. Dus als wij als leraren veelvuldig het woord pesten noemen schenken we aandacht aan wat we juist niet willen zien.

Stappenplan vraag-stop-loop-praat voor de leerling is opgenomen in de bijlage.  
Stappenplan vraag-stop-loop-praat voor de leerkrachten is opgenomen in de bijlage.  
Stappenplan vraag-stop-loop-praat voor de ouders is opgenomen in de bijlage.



### 3 Aanpak in geval van pesten

Als de basis aanpak zoals hierboven omschreven niet voldoende is volgt een (zeer) intensieve aanpak. Dit geldt voor een klein groepje kinderen of een individu (10-20%).

Wanneer zich op school pesten voordoet, hanteren wij een eenduidige aanpak gericht op alle betrokken partijen. Bij aanhoudend pesten, volgt er overleg met de leerkracht, intern begeleider en de ouders. Mocht dit nog niet voldoende zijn, dan kan er deskundige hulp worden ingeschakeld zoals de gezinsondersteuner (HOS) of de schoolarts van de GGD.

#### 3.1 Aanpak pestgedrag

##### Fase 1

Wat doen we sowieso; (fase 1 – zie vervolg 3.2)

- |        |   |
|--------|---|
| Stap 1 | Ongewenst gedrag / pestgedrag wordt genoteerd, middels een incidentenformulier en genoteerd in ParnasSys.   |
| Stap 2 | Leerkracht observeert extra op het plein en in de klas.   |
| Stap 3 | Leerkracht voert een gesprek met het slachtoffer. Afspraken met het slachtoffer worden gemaakt.   |
| Stap 4 | Leerkracht voert een gesprek met de pester(s). De leerkracht neemt duidelijk stelling.<br>Leerling krijgt consequentie middels het consequentiemenu → mocht duidelijk zijn dat het pestgedrag daadwerkelijk heeft plaatsgevonden. Afspraken met de pester worden gemaakt. |
| Stap 5 | De leerkracht herhaalt de gedragslessen van de vraag-stop-loop-praatreactie met de leerlingen, dit kan klassikaal, voor een groepje leerlingen of voor een individu.  |
| Stap 6 | Ouders van de betrokken leerlingen worden ingelicht.  |
| Stap 7 | Afspraken worden wekelijks geëvalueerd.   |

##### Fase 2

Interventies die de school kan doen (leerkracht in overleg met de intern begeleider);

- De leerkracht geeft de leerlingen reminders voor iedere vrije situatie de week volgend op het incident.
- Leerkracht geeft de leerlingen een papiertje. Vraag hun om dit papiertje zo klein mogelijk te maken. Ze mogen vouwen of frommelen, maar het moet wel heel blijven. Als de papiertjes klein zijn, vraag dan om het weer helemaal uit te vouwen en glad te maken, precies zoals het was. Dat lukt natuurlijk niet. Moraal: elke keer als je gemeen doet tegen een ander, maak je een kreukel in het kind en die kun je nooit meer helemaal gladstrijken.
- Voor de leerling(en) die herhaaldelijk blijven opvallen in de incidentenregistratie, wordt een **handelingsplan** opgesteld. Er wordt een plan van aanpak bepaald gericht op het veranderen van de functie van het gedrag en het versterken van de sociale vaardigheden (een gele of rode interventie binnen PBS).
- **Steungroepaanpak;** Bij deze oplossingsgerichte aanpak worden ook medeleerlingen ingezet om de fysieke en psychische veiligheid van de gepeste leerling te ondersteunen. Pesten wordt door de Steungroepaanpak op een, voor alle betrokkenen, veilige manier opgelost. Tevens leert deze aanpak de leerlingen om op een andere manier om te gaan met conflicten.
- **Oplossingsgerichte aanpak;** hoe gaat het nu? Wat is de gewenste situatie? Welk cijfer geven we het? Wanneer was er eerder succes? Hoe kunnen we 1 cijfer hoger komen? Vieren!

- **Een herstelgesprek:** Bij een (ernstig) pestincident kan een herstelgesprek nodig zijn. Kern van het herstellen is het feit dat pesten iets beschadigt, relationeel en/of materieel. Het biedt de 'pester' de kans de schade te herstellen. En er worden sluitende afspraken gemaakt om pesten voor de toekomst te voorkomen. Een herstelgesprek kan ook plaatsvinden nadat er een consequentie is uitgedeeld.

### 3.2 Aanpak aanhoudend pestgedrag

De straf is opgebouwd in 5 fases.

De 5 fases worden doorlopen afhankelijk hoelang de pester door blijft gaan met zijn/haar pestgedrag en er geen verbetering vertoont in zijn/haar gedrag.

- Fase 1:  
Er volgt een consequentie middels het consequentiemenu. Er volgt een gesprek met de leerkracht: bewustwording voor wat hij/zij met het gepeste kind uithaalt. Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen; de naleving van deze afspraken komen aan het einde van iedere week (voor een bepaalde periode) in een kort gesprek aan de orde. Afspraken worden schriftelijk vastgelegd.
- Fase 2:  
Intern begeleider wordt ingeschakeld. Er volgt een gesprek met de ouder(s) als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. De school heeft alle activiteiten vastgelegd in ParnasSys en de school heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.
- Fase 3:  
Directeur wordt ingeschakeld. Bij aanhoudend pestgedrag dient deskundige hulp te worden ingeschakeld zoals gezinsondersteuner, schoolarts, leerplichtambtenaar.
- Fase 4:  
Bij aanhoudend pestgedrag kan er voor gekozen worden om een leerling tijdelijk in een andere groep te plaatsen, binnen de eigen school. Ook het (tijdelijk) plaatsen op een andere school kan tot de mogelijkheden behoren.
- Fase 5:  
In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden (zie procedure schorsing en verwijderen in de schoolgids).

### 3.3 Digitaal pesten

Digitaal pesten, ook wel cyberpesten genoemd, is pesten via de digitale media. Dit zijn social media zoals YouTube, Facebook, Tumblr, Twitter, Instagram, SnapChat, What's app en chatrooms. Via deze digitale media kan je heel gemakkelijk dreigende berichten versturen, belastende foto's of filmpjes plaatsen of iemand uitschelden. Via de digitale media zijn er oneindig veel mogelijkheden om iemand te pesten.

Belangrijk is het om er gelijk bij te zijn.

Als er in de klas sprake is van cyberpesten, kun je er vanuit gaan dat er ook live wordt gepest (Pestprofessor René Veenstra).

Preventief laten we jaarlijks de jongerenwerker vertellen over cyberpesten in groep 7 en 8. Daarnaast is er jaarlijks de "week van de mediawijsheid", waarin we hier extra aandacht besteden. En is het belangrijk om met de kinderen afspraken te maken over hoe we met elkaar omgaan met social media. Daarnaast zoeken we de samenwerking met ouders. We adviseren ouders met hun kind te praten over social media, het kind te controleren en afspraken te maken over social media. Dit kunnen we als school niet alleen.

### **3.4 Meidenvenijn**

Meidenvenijn is pestgedrag tussen meiden onderling. In tegenstelling tot jongens die meer fysiek agressief gedrag vertonen heerst onder meisjes rivaliteit die zich uit in: roddelen, negeren, valse blikken uitdelen, buitensluiten. Meidenintimidatie is subtiel, indirect en bijna onzichtbaar voor volwassenen. Vaak wordt dit bestempeld als 'typisch meidengedrag' dat er 'toch gewoon bij hoort'? Maar meidenintimidatie blijkt even schadelijk te zijn voor het schoolklimaat als andere vormen van pesten en agressie. Ook hierbij is ons doel preventief in te steken op een positief school / groepsklimaat, wat pestgedrag kan voorkomen. Mocht er meidenvenijn ontstaan passen we het stappenplan zoals hierboven omschreven toe. Het boek 'meidenvenijn in de basisschool' kan geraadpleegd worden.

### **3.5 Tot slot**

Het blijft van groot belang dat wij samen met de ouders en de leerlingen blijven werken aan het optimaliseren van onze schoolbrede klimaat.

Binnen de gouden driehoek ouders-leerling-school dienen we allen eenzelfde doel: dat álle leerlingen zich veilig voelen op school en zich optimaal kunnen ontwikkelen, zowel thuis als op school tot sociaal competente persoonlijkheden.

## **4. Contactpersonen**

### **4.1 Vertrouwenspersoon**

Wanneer ouders zorg hebben rondom hun kind kunnen zij vanzelfsprekend altijd terecht bij de groepsleerkracht. Als een gesprek met de groepsleerkracht naar uw idee geen oplossing biedt, kunt u op het gebied van pesten terecht bij de intern begeleider en/of de directeur.

Leerlingen hebben soms ook een vertrouwenspersoon nodig. De vertrouwenspersoon van de leerlingen is de intern begeleider; Ilona Niewzwaag.

Voelt de ouder zich belemmerd om met hun klacht naar de directie of directeur-bestuurder te gaan? In dat geval kan de ouder terecht bij de vertrouwenspersoon van Kits Primair: mevrouw D. de Boer. Zij is bereikbaar via telefoonnummer 06-20554927.

### **4.2 De coördinatie van PBS en pestpreventie**

Het gehele systeem van PBS wordt op een school begeleid en gecoördineerd door het PBS-team van onze school. In deze werkgroep zitten: Astrid Stuitje, Maryska Kremer, Dewy Kruid en Ilona Niewzwaag. De directie van de school en de Intern begeleider zijn verantwoordelijk voor de belangenbehartiging in het kader van pesten.

## Bijlage 1 VRAAG-STOP-LOOP-PRAAT leerlingen

### STAPPENPLAN                      Pestpreventie                      voor de leerling

#### Middels de methode VRAAG - STOP – LOOP – PRAAT

Stap 1: **VRAAG** of de ander wil stoppen als je het gedrag vervelend vindt.

Stap 2: **STOP** Als iemand vervelend doet tegen jou of iemand anders: zeg duidelijk stop. Dit doe je met een duidelijk handsignaal en een duidelijke stem.

Stap 3: **LOOP** Soms stopt het vervelende gedrag niet, ook als je stop hebt gezegd. Als dit gebeurt 'loop weg'! Doe dit op een rustige manier.

Stap 4: **PRAAT** Zelfs als je wegloopt, stopt ongewenst gedrag soms niet: ga dan naar een volwassene; Hulp halen!

## Bijlage 2 VRAAG-STOP-LOOP-PRAAT leerkracht

### STAPPENPLAN Pestpreventie voor de leerkracht

#### **Middels de methode VRAAG-STOP – LOOP – PRAAT Routine voor teamlid bij melding door een leerling van ongewenst (pest)gedrag;**

Stap 1: **Bekrachtig** de leerling voor het melden van het probleemgedrag.

Stap 2: **Vraag** wie, waar en wanneer.

Stap 3: **Zorg voor de veiligheid van de leerling**

Gaat het pesten nog steeds door?

Loopt de leerling die dit meldt, een risico?

Bang voor wraak?

Wat heeft de leerling nodig om zich veilig te voelen?

Hoe ernstig is de situatie?

Stap 4: **Vraag** 'Heb je gevraagd of de ander wil stoppen en heb je tegen de leerling "stop" gezegd?' (zo ja, complimenteer)

Stap 5: **Vraag** 'Ben je weggelopen van het probleemgedrag?' (zo ja, complimenteer)

---

#### **Middels de methode VRAAG- STOP – LOOP – PRAAT Actie na melding van ongewenst (pest) gedrag: gesprek met dader(s)**

Stap 1: **Bekrachtig** eerst de leerling dat hij bereid is om erover te praten

Stap 2: **Vraag** 'Heeft ..... tegen jou gezegd dat je moest stoppen?'

Zo ja: 'Hoe heb je daarop gereageerd?'

Doorgegaan → oefen 'leer reageren'.

Gestopt → compliment

Zo nee: oefen met de hele klas (incl. melder) de routines.

Stap 3: **Vraag** 'Liep ..... weg?'

Zo ja: 'Hoe heb je daarop gereageerd?'

Doorgegaan → oefen 'No big deal'.

Niet gereageerd → compliment

Zo nee: oefen met de hele klas de driestappenreactie.

Oefen de driestappenreactie STOP-LOOP-PRAAT en wijze van reageren.

Eerst met de hele klas en later met klein groepje betrokkenen.

Hoe vaak dit geoefend moet worden, hangt af van de ernst en de frequentie van het probleemgedrag.

## Bijlage 3 VRAAG -STOP-LOOP-PRAAT ouders

### STAPPENPLAN                      pestpreventie                      voor de ouders

Stap 1: Als uw kind u vertelt dat het wordt gepest, neem uw kind dan serieus.

Stap 2: Vraag of uw kind het eerst geprobeerd heeft zelf of samen op te lossen. We hanteren op school de volgende stappen, hierin krijgen de leerlingen ook lessen in goed gedrag:

**VRAAG** of de ander wil stoppen met vervelend doen tegen jou.

**STOP** Als iemand vervelend doet tegen jou of iemand anders: zeg duidelijk stop. Dit doe je met een duidelijk handsignaal en een duidelijke stem.

**LOOP** Soms stopt het vervelende gedrag niet, ook als je stop hebt gezegd. Als dit gebeurt 'loop weg'! Doe dit op een rustige manier.

**PRAAT** Zelfs als je wegloopt, stopt ongewenst gedrag soms niet: ga dan naar een volwassene; **Hulp halen!**

Als uw kind deze stappen niet toepast, dan geeft u aan dat hij/zij dat eerst moet proberen.

Stap 3: Op het moment dat uw kind er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) neemt u contact op met de leerkracht.

Stap 4: Als door u wordt gesignaleerd, dat een leerling wordt gepest, kan de leerkracht de volgende stappen ondernemen.

De gedragsles VRAAG\_STOP-LOOP-PRAAT wordt opnieuw door de leerkracht gegeven.

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

Bij herhaaldelijk pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest.

Bij pestgedrag worden de ouders (van pester en gepeste) op de hoogte gebracht van het pestgedrag. Leerkracht(en) en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing.

Indien noodzakelijk worden ook de intern begeleider en/of de directeur hierbij ingeschakeld.

De groep wordt meegenomen in deze aanpak omdat het nooit een probleem is van één leerling.

#### **Digitaal pesten:**

Ouders moeten alert zijn op pesterijen die thuis plaats vinden via internet of de telefoon. Ouders en leerkrachten moeten kinderen wijzen op de eventuele gevaren van o.a. Whats app, Instagram, Hangouts, Facebook, etc. Het is belangrijk dat u als ouder weet wat uw zoon/dochter met de computer/telefoon doet.

Als het pesten net begint, is het moeilijk signalen te herkennen, maar als het structureel is, zie je dat een kind verandert.

Het kind kan de volgende kenmerken gaan vertonen:

- de vrolijkheid verdwijnt
- gauw kwaad worden
- agressief gaan doen
- gaan schelden en/of schoppen
- de clown uit gaan hangen om er bij te horen

Heeft u het idee dat uw kind gepest wordt via internet of telefoon pak het dan serieus aan en laat het kind praten

- geef steun

- zoek samen naar een oplossing
- licht samen met uw kind de school in
- loop samen de adressenlijst door en blokkeer afzender mail of chatgroepen
- bewaar apps en evt. mailtjes als bewijs
- reageer niet op haat-apps
- als er iets vervelends gebeurt in de app, ga dan weg

## Bijlage 4 Achtergrond informatie

Ieder kind heeft behoefte aan relatie, competentie en autonomie (Stevens). Daarom is het belangrijk eerst in te steken op preventie.

### Definitie pesten

Definitie van pesten; Bij pesten gaat het om systematisch en langdurig proces, het is niet na één keer afgelopen. Het gaat om agressief gedrag gericht op een ander, negatieve handelingen, mishandeling of intimidatie. Het gaat er ten slotte om dat de macht ongelijk verdeeld is, dit in tegenstelling tot plagen.

Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus aanpakken.

- Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders.
- De 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 zich voordoet, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen.
- Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet de school beschikken over een directe aanpak.
- Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert, is de inschakeling van een vertrouwenspersoon (de maatschappelijk werker) nodig. De vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren.
- Er is een vertrouwenspersoon aangesteld (zie schoolgids) en de klachtenregeling staat ook in de schoolgids vermeld.

Als leerkracht moeten we ons bewust zijn van selffulfilling prophecy. Onze handelingen (t.o.v. anderen) -> bepalen -> overtuigingen van anderen (over ons) -> veroorzaken -> acties van anderen (t.o.v. onszelf) -> versterken -> onze overtuigingen (over onszelf) en dit beïnvloedt weer onze handelingen en de cyclus begint weer van voren of aan. Leerlingen functioneren volgens de verwachtingen die de leerkracht van hen heeft. Leerkrachten kunnen daardoor gedrag in stand houden.

### **Signalen van pesterijen kunnen o.a. zijn:**

Olweus (1993) spreekt over primaire en secundaire signalen. Primaire signalen zijn direct en duidelijk verbonden met pestproblemen. Secundaire signalen duiden vaak op een pestsituatie, maar het verband is niet zo duidelijk.

#### **Slachtoffer: primaire signalen**

- Ze worden (herhaaldelijk) op een gemene manier geplaagd, uitgescholden (ze kunnen ook een scheldnaam hebben), bespot, gekleineerd, belachelijk gemaakt, vernederd, bedreigd, gecommandeerd, overheerst of onderworpen.
- Klasgenoten steken de draak met hen en lachen hen op een spottende en onvriendelijke manier uit.
- Ze worden lastig gevallen, weggeduwd, gestoten, gestompt, geslagen, geschopt en ze zijn niet in staat zichzelf adequaat te verdedigen.
- Ze zijn betrokken bij 'twisten' of 'ruzies', waarin ze zich totaal niet kunnen verdedigen en waaruit ze soms huilend proberen te ontsnappen.
- Hun boeken, geld of andere eigendommen worden beschadigd of slingeren rond.
- Ze hebben blauwe plekken, verwondingen, sneeën, schrammen of gescheurde kleding, die ze niet op een normale manier opgelopen kunnen hebben en ze hebben enkele kenmerken zoals die onder algemene kenmerken genoemd staan.

#### **Slachtoffer: secundaire signalen**

- Ze zijn (vaak) alleen en ze worden uitgesloten door de klas tijdens pauzes. Ze lijken geen enkele goede vriend in de klas te hebben.
- Ze worden als één van de laatste gekozen bij het samenstellen van een team.
- Ze proberen in de pauze dicht bij de leerkracht of andere volwassenen te blijven.
- Ze vinden het erg moeilijk hardop te praten in de klas en maken een angstige en onzekere indruk.
- Ze zien er bang, ongelukkig, neerslachtig en huilerig uit.
- Ze tonen een plotselinge of geleidelijke verslechtering in schoolresultaten.

#### **Signalen en kenmerken van pesters**

Op school kenmerken de pestkoppen zich als volgt:

Ze plagen herhaaldelijk op een gemene manier, spotten, intimideren, bedreigen, schelden, kleineren, maken een ander belachelijk, vernederen, duwen, stoten, slaan, stompen, maken de eigendommen van andere leerlingen stuk. Ze kunnen dit gedrag ten opzichte van veel leerlingen vertonen, maar zoeken vooral de zwakkere en hulpeloze leerlingen als mikpunt. Veel pestkoppen zorgen ervoor dat hun meelopers het vuile werk doen terwijl ze zelf op de achtergrond blijven.

Leerkrachten en ouders moeten alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.

## **De regels op de IKC Harm Smeenge zijn;**

Een fijne schooltijd begint bij jezelf;

...we zijn vriendelijk tegen elkaar en houden rekening met de ander.

...we zijn voorzichtig met andermans spullen.

### Groepsregels

Een prettige sfeer in de klas begint bij jezelf;

...als je in de kring zit luister je naar elkaar.

...als ieder aan het werk is, stoer je niet.

...als je in een groepje werkt, is goed samenwerken belangrijk.

...als het mag, help je de ander.

In onze groep respecteren we elkaar en wij doen dit door;

- Fatsoenlijk en verzorgd taalgebruik.
- We noemen elkaar bij de voornaam
- Elkaar niet te kwetsen, te kleineren, of pijn te doen.
- We zijn voorzichtig met andermans spullen.
- Zorg te dragen voor elkaar:
  - Wij komen op voor wie gepest wordt.
  - Wij komen op voor wie niet goed meekan.
  - Wij komen op voor wie ziek is.
- Iedereen hoort er bij!
- Iedereen is welkom! We accepteren elkaar zoals we zijn.
- Goed te luisteren naar de mening van anderen.

In onze groep draagt iedereen zijn/ haar steentje bij;

- Wij ruimen samen onze klas op.
- Iedereen doet op zijn / haar manier mee met het kringgesprek.
- Wij komen op voor onze eigen mening.
- Bij elke klus helpen wij elkaar een handje.

Wij maken samen graag plezier maar nooit ten koste van een ander.

Ruzies of meningsverschillen worden uitgepraat en niet uitgevochten.

We lopen rustig in school en storen een ander niet.

### Pleinregels

...we spelen alleen waar het mag.

...we laten de natuur met rust.

...we houden het plein netjes.

## Hoe begeleiden we.....

### 1. de gepeste leerling:

- We tonen medeleven en luisteren en vragen hoe en door wie er wordt gepest.
- We gaan na hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor, tijdens en na het pesten.
- We laten de leerling inzien dat je soms ook op een andere manier kunt reageren.
- We gaan na welke oplossing het kind zelf wil.
- We benadrukken de sterke kanten van het kind.
- We stimuleren het dat de leerling zich anders/beter opstelt.
- We praten met de ouders van het kind (en de ouders van de pester).
- We plaatsen het kind niet in een uitzonderingspositie door het over te beschermen.
- We schakelen indien nodig, in overleg met de ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.

### 2. de pester:

- We praten met de pester en we zoeken naar de reden van het pesten.
- We laten inzien wat het effect van zijn/ haar gedrag is voor de gepeste.
- We laten inzien welke positieve kanten de gepeste heeft.
- We schakelen indien nodig, in overleg met de ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.
- We laten excuses aanbieden.
- We spreken bij herhaling de pester er weer op aan.

### 3. de grote groep:

- We maken het probleem bespreekbaar in de groep want pesten is een probleem van de hele groep. Met de groep gaan we werken aan groepsdynamiek en zorgen we voor een schoolbrede aanpak.
- Kinderen volgen in groep 6 een training Rots en Water,
- We stimuleren dat de kinderen een eigen standpunt innemen en eventueel partij trekken voor de gepeste leerling.
- We bespreken met de leerlingen dat "meedoen" met de pester meestal kan leiden tot verergering van het probleem.
- We laten inzien wat het effect van zijn/ haar gedrag is voor de gepeste.
- We laten inzien welke positieve kanten de gepeste heeft.
- We schakelen indien nodig, in overleg met de ouders, hulp in zoals: sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD.

### 4. nazorg

Op het moment dat het pesten is gestopt, is het belangrijk om nog regelmatig terloops te verifiëren of alles nog steeds naar wens is. Dat geldt voor de pester, de gepeste en voor de groep.

## **Adviezen aan.....**

### **1. de ouders van de gepeste kinderen:**

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- Pesten kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
- Stimuleer uw kind om naar de leerkracht te gaan.

### **2. de ouders van pesters:**

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

### **3. de ouders van alle kinderen:**

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- Houdt rekening met de gevoelens van de ouders van zowel het gepeste kind als ook de gevoelens van de pester.
- 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.

## **Meer informatie**

[www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl) tips voor kinderen, ouders en leerkrachten, telefonische hulplijn voor kinderen.

<https://www.stoppestennu.nl/> Kennis- Informatie- & Expertisecentrum (Online) Pesten

<https://www.omgaanmetpesten.nl/> tips voor kinderen, ouders en leerkrachten