

Pestprotocol

Eben-Haëzerschool Leerboek



| | |
|------------------|---------------|
| Titel | Pestprotocol |
| Status | Afgerond |
| Samensteller | IB/directie |
| Datum van ingang | Januari 2021 |
| Bewerkt op | April 2021 |
| Geldig tot | Januari 2023 |
| Evaluatie/check | IB-MT-overleg |

Inhoud

| | |
|---|----|
| Inleiding | 4 |
| Doel | 5 |
| Plagen of pesten? | 6 |
| Preventief pestbeleid..... | 7 |
| Het klimaat van de school..... | 7 |
| Afspraken voor leerkrachten en kinderen: | 7 |
| Schoolbrede afspraken: | 7 |
| Methode SOVA | 7 |
| Preventieve aanpak/groepsbrede aanpak..... | 7 |
| Het curatieve groeps gesprek | 8 |
| De steungroepaanpak..... | 8 |
| Herstelaanpak..... | 8 |
| Aanpak van pestgedrag..... | 9 |
| Begeleiding van de gepeste leerling | 9 |
| Begeleiding van de pester..... | 9 |
| Aanpak van ruzies en pestgedrag | 9 |
| Groepsaanpak: | 10 |
| Stappenplan van het pestprotocol | 11 |
| Stap 1 | 11 |
| Stap 2 | 11 |
| Stap 3 | 11 |
| Stap 4 | 11 |
| Stap 5 | 11 |
| Stap 6 (eventueel)..... | 11 |
| Stap 7 (optioneel) | 12 |
| Stap 8 (optioneel) | 12 |
| Bijlage 1: informatie over pesten..... | 14 |
| Wat is pesten? | 14 |
| Pesten betekent:..... | 14 |
| Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn:..... | 14 |
| Hoe kan ik zien dat mijn kind gepest wordt?..... | 15 |
| Wat kan ik als ouder doen als mijn kind gepest wordt? | 15 |
| Waarom kunt u pesten herkennen? | 15 |
| Slachtoffers | 15 |
| Pesters..... | 16 |

| | |
|--|----|
| Omstanders..... | 17 |
| Hoe gaat u hiermee om als ouder?..... | 17 |
| Tips voor ouders van gepeste kinderen..... | 17 |
| Tips voor ouders van pesters | 18 |
| Tips voor alle andere ouders | 18 |

Inleiding

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

Dit document is opgesteld om alle medewerkers van de Eben-Haezerschool in Leerbroek inzicht te geven in de manier waarop wij omgaan met pestgedrag. Daarnaast geeft dit de ouders van de kinderen inzicht in wat ze van ons als school kunnen verwachten.

Doel

Dit pestprotocol heeft als doel om alle kinderen zich bij ons op school veilig te laten voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen. Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

We doen dat door regels en afspraken zichtbaar te maken voor kinderen en volwassenen zodat als er zich ongewenste situaties voordoen, zij elkaar kunnen aanspreken op deze regels en afspraken.

Met elkaar zijn we alert op signalen als:

- een laag welbevinden in het algemeen
- plagen, bespotten en kleineren
- op een spottende, onvriendelijke manier iemand uitlachen
- fysiek contact
- herhaaldelijke betrokkenheid bij ruzies
- kleefgedrag (dicht bij de leerkracht willen blijven)

Wij streven in iedere groep naar een klimaat dat zich kenmerkt door samenhang en onderling hulpbetoon.

Plagen of pesten?

(Zie ook bijlage 1 met informatie over pesten)

Plagen is niet hetzelfde als pesten. De verschillen zou je zo kunnen aangeven:

| Plagen | Pesten |
|--|--|
| af en toe wisselend 'slachtofferschap' humoristisch gelijkwaardigheid | voortdurend hetzelfde slachtoffer kwetsend machtsverschil |

Een definitie van pesten op school luidt als volgt: "Pesten is het systematisch uitoefenen van psychische en/of fysieke mishandeling door een leerling of een groep leerlingen van één of meer klasgenoten, die niet (meer) in staat zijn zichzelf te verdedigen."

Met deze definitie is het verschil tussen pesten en plagen duidelijk aangegeven. Bij plagen is sprake van incidenten. Pesten echter gebeurt systematisch: een aantal keren per week, een keer per week of regelmatig.

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

Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden:

- Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, kinderen die pesten en de zwijgende groep leerlingen die niets doet), 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 optreedt, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen.
- Wanneer pesten ondanks alle inspanning 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 dan zal er overlegd worden over een andere aanpak, eventueel met hulp van externe instanties.

Preventief pestbeleid

Het klimaat van de school

Wij vinden een goed pedagogisch klimaat zeer belangrijk. Dat uit zich in aandacht voor normen en waarden die we vanuit de identiteit van de school belangrijk vinden.

Wij vinden de sfeer waarin een kind moet opgroeien van groot belang. Wij dragen daarom zorg voor een vriendelijk en veilig klimaat, met orde en regelmaat. Pas als het kind zich veilig voelt, kan het zich ontwikkelen.

We hanteren in alle groepen de volgende afspraken en bespreken die met de leerlingen. Deze afspraken worden “vertaald “ naar het niveau van de kinderen en krijgen een plaats in elke klas.

Afspraken voor leerkrachten en kinderen:

- Ik behandel anderen, zoals ik zelf behandeld wil worden.
- Ik doe vriendelijk en help waar ik kan.
- Ik ben voorzichtig met spullen van mijzelf en die van iemand anders.
- Wij spelen zoveel mogelijk met elkaar.
- Als er gepest wordt moet ik het zeggen tegen de juf of meester en thuis.
- Als ik iets fout gedaan heb, zal ik dat toegeven.

Schoolbrede afspraken:

- Op onze school zijn er vertrouwenspersonen, te weten juf Jeanet van Laar en is er een klachtenregeling (zie schoolgids).
- Het document ‘Pestprotocol’ valt binnen de PDCA-cyclus en wordt vierjaarlijks besproken en vastgesteld. De afspraken en actiepunten worden bijgesteld wanneer we als team van mening zijn dat er zaken aanscherping of verbetering behoeven.
- Aan het einde van het cursusjaar worden er schoolbreed afspraken gemaakt met betrekking tot de start van het nieuwe jaar, met name wat betreft het begeleiden van de groepsvorming. Bij de opening van het jaar worden deze afspraken nog een keer aangescherpt.

Methode SOVA

Preventieve aanpak/groepsbrede aanpak

Sinds schooljaar 2020-2021 werken we met de methode KIVA in groep 1 tot en met 8.

KiVa is een preventief, schoolbreed programma gericht op het versterken van de sociale veiligheid en het tegengaan van pesten op basisscholen. KiVa zet in op positieve groepsvorming en stimuleert de sociale vaardigheden en de sociaal emotionele ontwikkeling van kinderen. Daarmee worden de sociale veiligheid en het pedagogisch klimaat op school verbeterd. Binnen KiVa ligt de nadruk op de groep als geheel en dus niet op specifieke individuen.

We vullen tweemaal per jaar de KIVA-monitor in en daarmee krijgen we, naast de observaties van de leerkracht, zicht op de groepsprocessen. Indien nodig en wenselijk gaan we hierover met de groep en/of individuele leerlingen in gesprek.

Voorkomen is beter dan genezen. Daarom zet KiVa vooral in op preventie; op het voorkomen van problemen. Echter, in elke groep kunnen problemen ontstaan. Denk aan ruzies, conflicten of pestsituaties. Om deze problemen op te lossen biedt KiVa verschillende curatieve onderdelen/interventies. Naast groepslessen (de preventieve aanpak) biedt KIVA een curatieve aanpak, steungroepaanpak en een herstelaanpak.

Het curatieve groeps gesprek

Hoewel niet iedere situatie zich daarvoor leent, heeft KiVa als uitgangspunt problemen en vervelende gebeurtenissen (ruzies, conflicten of peestsituaties) te bespreken in de groep. Met behulp van de werkvorm 'het curatieve groeps gesprek' kan de leerkracht dergelijke onderwerpen bespreekbaar maken, want: met KiVa zijn we er voor elkaar. Hoewel een blauwdruk voor zo'n groeps gesprek niet te geven is – iedere groep/situatie vraagt immers om een eigen aanpak – staat in de handleiding een stappenplan met duidelijke richtlijnen voor hoe zo'n onderwerp goed met de groep kan worden besproken.

De steungroepaanpak

Wanneer een leerling toch wordt gepest en/of een laag welbevinden heeft, dan kan de leerkracht in overleg met de leerling en het KiVa-team besluiten om de steungroepaanpak in te zetten. Het doel van de steungroepaanpak is dat de leerling (het slachtoffer) zich weer prettig voelt. KiVa-scholen zijn erg enthousiast over de steungroepaanpak, omdat de aanpak vaak snel verbetering oplevert.

In de KiVa-handleiding wordt uitgebreid toegelicht hoe de steungroepaanpak, die gelijkenissen vertoont met de No Blame-aanpak, uitgevoerd moet worden. Ook in de START-training komt de steungroepaanpak aan bod. Op die manier kunnen KiVa-scholen de steungroepaanpak zelfstandig inzetten.

Bij de steungroepaanpak wordt het stoppen van het pesten en/of het verhogen van het welbevinden van de leerling de gezamenlijke verantwoordelijkheid van een groepje leerlingen. Dit groepje wordt bewust samengesteld en bestaat uit ongeveer 6 tot 8 leerlingen. De steungroep leden maken concrete afspraken over hoe zij aan dit doel kunnen bijdragen. Na een tijdje wordt met het slachtoffer besproken of de situatie is verbeterd. Daarna volgt ook een evaluatie met de steungroep: zijn alle afspraken nagekomen en is de situatie opgelost?

Bij het samenstellen van de steungroepaanpak neemt de leerkracht de gegevens uit de KIVA-monitor als uitgangspunt: wie zijn helpend voor de gepeste leerling, wie zijn juist de pesters?

Herstelaanpak

In de uitzonderlijke gevallen dat de steungroepaanpak geen succes heeft, dan kan de herstelaanpak worden ingezet. Deze aanpak is gericht op diegenen die doorgaan met pesten of problemen veroorzaken. De herstelaanpak is dus een laatste stap om de situatie op te lossen en hoeft gelukkig bijna nooit ingezet te worden.

Kenmerkend voor de herstelaanpak is dat het KiVa-team een deel van de verantwoordelijkheid terugneemt en samen met de 'daders' een plan van aanpak maakt om de (pest)situatie op te lossen. Er wordt een herstelplan opgesteld dat wordt besproken met en ondertekend door de ouders/verzorgers van de leerlingen en de leerlingen zelf.

Aanpak van pestgedrag

Indien er toch sprake is van pestgedrag, dan richten we ons op 5 sporen. We sluiten hierbij op de KIVA-aanpak aan. In vastgestelde peestsituaties geldt dat het pestprotocol in werking gaat. De intern begeleider is hier altijd van op de hoogte.

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 de gepeste leerling

- Medeleven tonen, luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest?
- Nagaan hoe de leerling reageert, wat hij/zij doet voor, tijdens en na het pesten
- Huilen of boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken. De gepeste leerling in laten zien dat je ook op een andere manier kan reageren
- Zoeken en oefenen van een andere reactie, bijvoorbeeld je niet afzonderen
- Nagaan welke oplossing het slachtoffer zelf wil
- Sterke kanten van de leerling benadrukken
- Belonen als de leerling zich anders/beter opstelt
- Praten met de ouders van de gepeste leerling en ouders van de pester(s)
- Het gepeste kind niet overbeschermen. Hierdoor plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.

Begeleiding van de pester

- Praten, zoeken naar de reden van het ruzie maken/pesten
- Laten zien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste
- Excuses aan laten bieden
- In laten zien welke sterke (leuke) kanten de gepeste heeft
- Pesten is verboden binnen onze school, dus straf bij pesten, beloning bij houden aan deze regel
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, maar leren beheersen
- Contact met de ouders zoeken, elkaar informeren en overleggen: wat is de oorzaak van het pesten?
- Bij een leerling bij wie pester zijn vooral lijkt voort te komen uit een gebrek aan weerbaarheid, invoelingsvermogen in anderen en sociale vaardigheden, kan met de ouders gesproken worden over een eventuele sociale vaardigheidstraining.

Aanpak van ruzies en pestgedrag

- Als leerlingen ruzie met elkaar hebben en/of pesten proberen ze er eerst zelf uit te komen. Ze gebruiken hierbij de aangeleerde vier stappen: vriendelijk vragen, dringend vragen, dringend vragen én aangeven dat je er iemand bij haalt, er iemand bij halen.
- Op het moment dat een van de leerlingen er niet uitkomt (het onderspit delft, en verliezer of zondebok wordt) heeft deze het recht en de plicht het probleem aan de meester of juf voor te leggen.
- De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de ruzie/pesterijen op te lossen en nieuwe afspraken te maken. Bij herhaling van pesterijen/ruzie tussen dezelfde leerlingen volgen sancties.
- Bij herhaaldelijke ruzie/pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest/ruzie maakt.
- Indien nodig worden de ouders van de pester op de hoogte gebracht, zodat ouders, leerlingen en leerkracht in goed overleg kunnen samenwerken aan een oplossing.

Groepsaanpak:

Zijn er meerdere leerlingen bij betrokken, dan vindt er een gesprek met de hele groep plaats. Dit gebeurt volgens vijf stappen volgens de curatieve aanpak of de steungroepaanpak (KIVA):

- De ik-boodschap: De leerkracht geeft door middel van een heel duidelijke ik-boodschap te kennen, dat er in de klas een probleem is, dat hij niet alleen kan oplossen, maar wat wel opgelost moet worden. Daarbij noemt hij heel duidelijk de probleemsituatie en vraagt de leerlingen oplossingen te geven. Hij benadrukt daarbij dat het probleem opgelost moet worden.
- Het verzamelen van oplossingen: De leerlingen moeten allerlei oplossingen geven voor aanpak. Soms komen er geen ideeën omdat de leerlingen niet durven of zo'n aanpak niet gewend zijn. Maar als de leerkracht hen laat merken dat het hem ernst is door hen wat meer tijd te geven oplossingen aan te dragen, zullen ze in die periode de zondebok wat meer met rust laten. In deze fase mag er nog niet gereageerd worden op de oplossingen. Na verloop van tijd komen er een aantal oplossingen, meestal van de leerlingen uit de zwijgende middengroep.
- Het selecteren van oplossingen: Alle oplossingen die nadelig zijn voor de zondebok en ook voor de pester worden geschrapt. Op die manier geeft de leerkracht aan dat hij geen partij kiest, maar aan alle leerlingen veiligheid wil bieden.
- Het concretiseren van de oplossingen: Voor iedereen moet duidelijk zijn hoe de geselecteerde oplossingen uitgevoerd gaan worden. Het is daarbij aan te bevelen om ze op papier te zetten en daarna weer met de klas te bespreken.
- Het evalueren van de oplossingen: De oplossingen moeten met regelmaat geëvalueerd worden. De leerkracht geeft aan dat de evaluatie een vast onderdeel van gaat worden van de klassengesprekken. Wanneer er weer signalen komen van pesten dan moet de leerkracht weer teruggaan naar stap 1, maar ook als hij niets hoort, moet hij regelmatig evalueren. Het is van belang om het evalueren dan niet te laten verwateren. In dat geval is het belangrijk om complimenten te geven omdat het zo goed gaat. De leerkracht moet in deze fase de leerlingen duidelijk maken dat het aangeven dat er weer gepest wordt niet hetzelfde is als klikken, maar dat het in principe hetzelfde is als het helpen van de zondebok.

Stappenplan van het pestprotocol

Vooraf: Iedere melding van pestgedrag wordt serieus genomen en geverifieerd. Op het moment dat een leerling, een ouder of een collega melding maakt van pestgedrag worden de volgende stappen ondernomen. Deze stappen zijn erop gericht om het pestgedrag zo snel mogelijk te stoppen.

Stap 1

De leerkracht heeft een afzonderlijk gesprek met de leerling die pest (de pester) en de leerling die gepest wordt (de gepeste). Aan de hand van zo concreet mogelijke voorvallen uit het recente verleden wordt een analyse gemaakt en de ernst van de situatie ingeschat. Het team wordt op de hoogte gesteld van het pestgedrag i.v.m. toezicht op het plein e.d. Eventueel wordt een curatief gesprek gevoerd in de klas en/of een steungroepaanpak ingezet (KIVA).

Stap 2

De leerkracht heeft een gesprek met de pester en de gepeste. Het probleem wordt duidelijk en helder geformuleerd. In overleg met beide partijen worden concrete afspraken gemaakt om pestgedrag tegen te gaan/ te stoppen. Er worden leerlingen betrokken die kunnen helpen dit probleem op te lossen. Dit vindt plaats binnen de steungroepaanpak.

Als er meerdere kinderen uit de groep betrokken zijn bij het pestgedrag zal de leerkracht klassikaal aandacht schenken aan het probleem, waarbij gebruik gemaakt kan worden van KIVA. Er zal benadrukt worden dat alle kinderen zich veilig moeten voelen op school. Het melden van pesten is geen klikken. Angst om zaken te melden zal moeten worden weggenomen.

Stap 3

In geval dat ouders melding hebben gemaakt van pestgedrag wordt teruggekoppeld naar de ouders. Er worden mededelingen gedaan m.b.t. de afspraken. Met de ouders wordt afgesproken dat er na de eerste evaluatie weer contact opgenomen zal worden.

Deze stap zal ook worden genomen als de leerkracht de situatie als 'ernstig' inschat, zonder dat ouders melding hebben gemaakt.

Stap 4

Gesprek met pester en gepeste en steungroep. Is het gelukt om de afspraken na te komen? Doorzette en over twee weken opnieuw analyseren en evalueren. Is het niet gelukt? Overleg met IB over situatie en opstellen van plan. Dit wordt gedeeld met de ouders.

Stap 5

Na twee weken is er opnieuw een gesprek tussen leerkracht en leerlingen. Verslag wordt uitgebracht aan ib-er. Zijn de effecten positief: dan langzamerhand afbouwen. Zo niet: nieuw handelingsplan opstellen, waarbij eventueel ook externe deskundigheid ingeschakeld kan worden.

- Alle concrete acties en afspraken worden door de leerkracht vastgelegd in de groepsmap/periodeplan.
- Acties en afspraken dienen erop gericht te zijn het pesten onmiddellijk te stoppen en het gedrag te veranderen.
- Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals de Schoolbegeleidingsdienst, de schoolarts van de GGD of schoolmaatschappelijk werk.

Stap 6 (eventueel)

Gesprek met alle ouders uit de groep over het pestprobleem in de groep. Dit vooral als er sprake is van een grote zwijgende groep onder de klasgenoten die niet op het pestgedrag reageert of durft te

reageren. Dit gesprek wordt geleid door een directielid of intern begeleider. De leerkracht(en) van de groep en een bestuurslid zijn op deze avond aanwezig. Doel: informatieverstrekking en wat kunnen ouders doen om het gedrag te beïnvloeden? Er zal ook gestimuleerd worden dat ouders onderling contact zoeken.

In het uiterste geval kunnen in goed overleg met alle partijen (bestuur, directie, i.b.-er, leerkracht, ouders en team) nog twee stappen gezet worden:

Stap 7 (optioneel)

Een leerling (pester of gepeste) wordt tijdelijk in een andere groep geplaatst. Ook het (tijdelijk) plaatsen op een andere school behoort tot de mogelijkheden.

Stap 8 (optioneel)

De pester wordt geschorst voor maximaal vijf dagen.

Mocht dit meerdere keren noodzakelijk zijn dan zal er met het bestuur worden overlegd of er een verwijderingsprocedure voor de pester(s) in gang kan worden gezet.

Overige informatie en contactgegevens

Interne vertrouwenspersoon: Juf van Laar

Klachtenregeling en onafhankelijke klachtencommissie: zie schoolgids

Bijlage 1: informatie over pesten

Wat is pesten?

"Een persoon wordt getreiterd of gepest als hij of zij *herhaaldelijk* en *langdurig* blootstaat aan negatieve handelingen verricht door één of meer personen" (Olweus, D., 1992). We spreken van een negatieve handeling als iemand met opzet een ander schade berokkent of dit probeert te doen, een ander benadeelt of last veroorzaakt - in wezen gaat het om de definitie van agressief gedrag. Negatieve handelingen kunnen tot uiting komen in woorden (verbaal), bijvoorbeeld dreigen, spotten, sarren en schelden. Negatieve handelingen kunnen ook fysiek zijn, bijvoorbeeld als iemand een ander slaat, duwt, schopt, knijpt of onder dwang vasthoudt. Het is ook mogelijk negatief te handelen zonder gebruik te maken van woorden of fysiek contact. Bijvoorbeeld gezichten trekken of vieze gebaren maken, iemand buiten de groep sluiten of weigeren in te gaan op de wensen van de ander. De omschrijving die het woordenboek geeft van pesten is: plagen, sarren, kwellen, treiteren, judassen, het leven zuur maken. Pesten is dus op veel manieren uit te leggen. In het woordenboek valt plagen zelfs onder pesten. Duidelijk moet zijn dat pesten wat anders is dan plagen. Plagen komt van twee kanten. Plagen kan soms heel vervelend zijn, maar je voelt je niet echt bang. Plagen gebeurt incidenteel en kent gelijkwaardigheid. Plagen kan ook een vertrouwd gevoel geven. Het gebeurt mét elkaar en dat is belangrijk. Maar pesten is wat anders. Pesten is gemeen. Het gebeurt niet zomaar één keer, maar voortdurend. Bij pesten worden er grenzen overschreden. Het is niet meer met elkaar, maar met z'n allen tegen die ene. Er is geen sprake meer van gelijkwaardigheid, maar het is een ongelijke strijd die veel en vaak gestreden wordt en telkens verder gaat. Soms is dit alleen in de beleving van de gepeste het geval.

Pesten betekent:

- lachen en lol hebben om een ander en grapjes maken over een ander
- een zwart schaap uitzoeken
- iemand uitsluiten
- iemand belachelijk maken
- iemand onzeker maken
- iemand het plezier ontnemen
- iemand kleineren en pijn doen
- iemand te pakken nemen en laten voelen dat daar geen verweer tegen mogelijk is.

Waar plagen mensen assertief maakt, maakt pesten mensen kapot. Pesten is geen spelletje. Het is ontoelaatbaar en wordt bij ons op school niet geaccepteerd. Wanneer er zich op school toch peestsituaties voordoen, is het van belang dat dit zo snel mogelijk stopt. Immers, hoe langer het door gaat, hoe erger de gevolgen voor het slachtoffer zijn. Om pesten te stoppen is het nodig alle betrokkenen te benaderen.

Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn:

- Een problematische thuissituatie
- Voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen, er niet bij horen)
- Voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt
- Voortdurend met elkaar de competitie aan gaan
- Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt

- Onvoldoende sociale vaardigheden

Hoe kan ik zien dat mijn kind gepest wordt?

Het probleem is dat volwassenen pesten vaak niet zien. Het gebeurt op plaatsen waar leerkrachten of ouders niet komen, bijvoorbeeld in het fietsenhok of in het plantsoen in de buurt. Ook komt het voor dat kinderen op een subtiele wijze onder druk staan die door volwassenen niet wordt opgemerkt (bijvoorbeeld via briefjes of oogcontact). Omdat je als ouders het pesten vaak niet ziet, is het belangrijk om alert te zijn op signalen. Te denken valt aan: hoofdpijn, buikpijn, niet naar school willen, geen vriendjes uitnodigen, nooit worden uitgenodigd bij andere kinderen en/of niets over school willen vertellen.

Wat kan ik als ouder doen als mijn kind gepest wordt?

Als ouders merken dat hun kind gepest wordt, zijn twee dingen belangrijk. In de eerste plaats is het nodig dat er goed naar het kind geluisterd en op het kind gelet wordt. Als het iets loslaat over het gedrag van anderen, wacht er dan mee om uw eigen oordeel uit te spreken. Luister alleen en vraag door. Doe een verhaal niet af met: "Jij doet ook wel eens wat" of "Sla er maar op los, dan is het wel over". Slachtoffers van pesten vinden het vaak bijzonder moeilijk om iets van hun moeite te laten blijken aan volwassenen. Ze schamen zich ervoor dat ze slachtoffer zijn. Ook willen ze hun ouders of de leerkracht niet met hun probleem opzadelen. Slachtoffers zijn bang dat het dan nog erger wordt.

In de tweede plaats is het verstandig om op school te praten over uw kind. Doe dit niet tussen neus en lippen door, bijvoorbeeld als u de leerkracht in de gang tegenkomt, maar bel de leerkracht er apart over op of maak een afspraak voor een gesprek op school. Het is prettig voor een leerkracht of een directeur om problemen die men zelf op school niet gesignaleerd heeft op een open wijze te kunnen bespreken met de ouders. Het is ook belangrijk dat ouders pesten aan de orde stellen omdat leerkrachten pestgedrag vaak niet kunnen zien. Veel van wat er gebeurt tussen de kinderen onderling onttrekt zich aan de waarneming van de leerkracht. Pas er voor op om de schuld direct in de schoenen van de school te schuiven, maar probeer samen een oplossing te bedenken.

Als er een oplossing bedacht wordt zal dit niet ineens helpen. Een groepsproces is geleidelijk ontstaan en verandert niet van de ene op de andere dag. Daarom is het zowel voor de leerkracht als voor de ouders belangrijk om blijvend de vinger aan de pols te houden. Gepeste kinderen zijn kwetsbaar geworden, en blijven erg gevoelig voor het gedrag van andere kinderen.

Waarom kunt u pesten herkennen?

Bij pesten zijn slachtoffer(s), dader(s) en omstanders betrokken.

Slachtoffers

Primaire signalen op school:

- de slachtoffers worden vaak op een gemene manier geplaagd, bespot en gekleineerd
- ze worden uitgelachen op een spottende en onvriendelijke manier
- ze worden fysiek aangepakt en kunnen zich hier niet adequaat tegen verweren
- ze zijn betrokken bij ruzies waarbij ze zich niet kunnen verdedigen
- hun bezittingen worden beschadigd

- ze vertonen blauwe plekken, schrammen, gescheurde kleding, ...

Secundaire signalen op school:

- de slachtoffers zijn vaak alleen, ze lijken geen vrienden te hebben
- ze worden als laatste gekozen, bijvoorbeeld bij het vormen van groepjes
- ze proberen dicht bij de leerkracht te blijven
- ze geven een angstige en onzekere indruk
- ze zien er bang, ongelukkig, neerslachtig en huilerig uit
- ze vertonen een plotselinge of geleidelijke verslechtering in schoolresultaten

Sommige kinderen hebben meer kans om gepest te worden dan anderen. Dit kan samenhangen met hun uiterlijk, maar veel vaker heeft het te maken met hun gedrag, hun gevoelens, en de manier waarop zij zich uiten. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties waarin pesters de kans krijgen om slachtoffers te grazen te nemen. Dus in onveilige situaties. Veel kinderen die worden gepest hebben vaak moeite om zich te verdedigen. Ze voelen zich machteloos tegenover pestkoppen. Ze durven niets te zeggen omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden.

Primaire signalen thuis:

- ze komen thuis met gescheurde kleding of bezittingen die stuk zijn
- ze vertonen verwondingen (blauwe plekken, schrammen, ...) en geven hier een omstreden of onduidelijke uitleg over

Secundaire signalen thuis:

- ze brengen geen vriendjes of klasgenoten mee naar huis
- ze hebben geen goede vriend of vriendin
- ze worden zelden elders uitgenodigd
- ze gaan niet graag naar school
- ze kiezen een vreemde (om)weg om naar school te gaan
- ze slapen en/of eten niet goed
- ze verliezen de belangstelling voor schooltaken
- ze zien er bang en ongelukkig uit
- ze vragen of stelen geld (om de pesters om te kopen)

Pesters

Algemene kenmerken:

- ze zijn fysiek sterker
- ze hebben grote behoefte te overheersen en hun eigen zin te krijgen
- ze zijn impulsief, kunnen moeilijk tegenwerking aanvaarden
- ze zijn vaak tegendraads naar volwassenen toe
- ze worden als stoer aangezien, hebben weinig inlevingsvermogen

- ze hebben een relatief positief zelfbeeld

Op school treiteren de pestkoppen vaak op een gemene manier: spotten, intimideren, schoppen, dingen stuk maken. Ze hebben het vooral gemunt op de zwakkere leerlingen en proberen de meelopers op hun hand te krijgen.

Ondervinding leert dat meisjes veelal op een veel subtielere manier pesten, die veel moeilijker op te sporen valt, bijvoorbeeld roddelen, een vriendin afpakken, uitsluiten, ...

De daders hebben snel in de gaten welke kinderen er snel aan het huilen te brengen zijn. Ze gedragen zich agressiever en reageren meer met geweld tegenover andere kinderen. De dader lijkt populair in een groep. Als hij weer iemand te grazen kan nemen, zijn er altijd wel leeftijdgenoten die toekijken en er ontzag voor hebben. Maar uiteindelijk is de dader niet populair. Omstanders laten hem vallen als een baksteen, als ze dat durven. Daders zijn ook gewone kinderen. Zij komen niet uit een bepaald milieu, wijk, of horen bij een bepaalde club, maar komen overal vandaan. Ze hebben wel één ding gemeen: ze willen zich ten koste van het slachtoffer bewijzen. Het pesten gebeurt vaak niet vanuit een afkeer of hekel aan het slachtoffer, maar komt voort vanuit eigen onzekerheid, zwakheid en onmacht om zich anders te gedragen. Ze zoeken naar hun eigen plaats in de groep.

Omstanders

Als er in de groep gepest wordt, weten veel kinderen ervan, maar bijna niemand durft er iets tegen te doen. Veel kinderen weten ook niet wat ze zouden kunnen doen. Of ze zijn bang dat zij het volgende slachtoffer zijn. Als reactie daarop gaan sommigen mee pesten. Ze vinden het stoere gedrag wel interessant, en zo denken ze ook populair te worden in de groep. Anderen draaien bewust het hoofd af als er gepest wordt. Ze voelen zich schuldig en machteloos tegelijk.

Duidelijk zal zijn dat pesten negatieve gevolgen heeft voor iedere betrokkene. Zo gaan slachtoffers vaak jarenlang angstig naar school. Ze krijgen niet de kans om met anderen vriendschappen aan te gaan. Dit staat de persoonlijke ontwikkeling van deze kinderen in de weg, zodat ze later meer kans hebben op gedragsproblemen. Maar ook de daders kunnen onvoldoende oefenen in het op een goede manier omgaan met leeftijdgenoten, wat ook weer allerlei gedragsproblemen tot gevolg kan hebben. Voor de omstanders heeft het pesten ook negatieve gevolgen. Want in een groep waar gepest wordt, is de sfeer niet prettig. Leerprestaties kunnen minder worden. Het enthousiasme is weg.

Hoe gaat u hiermee om als ouder?

Tips voor ouders van gepeste kinderen

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind
- 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
- Pesten op school kunt u het beste met de leerkracht bespreken
- Door positieve stimulering en zogenaamde schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terugkomen
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt
- Stimuleer contact met andere kinderen

Tips voor ouders van pesters

- Neem het probleem van uw kind serieus
- Bespreek de gevolgen voor het slachtoffer
- Wijs agressief gedrag af, leer ander gedrag aan
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden
- Probeer achter de werkelijke oorzaak te komen
- Besteed extra aandacht aan uw kind
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat

Tips voor alle andere ouders

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus
- Keur agressief gedrag af
- 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 zichzelf en anderen op te komen