

# Wat je pest ben je zelf



## *Pestprotocol Prinses Ireneschool*

*De kiem van het mens-zijn  
ligt in het kind mogen en kunnen zijn.*

## Inleiding

Onze school wil een veilige omgeving voor kinderen, ouders en medewerkers zijn. Daar hoort pesten niet bij. We doen er dan ook alles aan om pesten tegen te gaan, samen met ouders en kinderen. In dit protocol staat wat wij als school doen om pesten te voorkomen en hoe wij pesten aanpakken.

We beschrijven de volgende onderwerpen:

- ❖ Onze kijk op pesten
- ❖ Wat is pesten?
- ❖ Signalen van pestgedrag
- ❖ Rollen bij pesten
- ❖ Pestgedrag voorkomen en aanpakken
- ❖ Stappenplan
- ❖ Omgangsregels op de Prinses Ireneschool
- ❖ Adviezen aan ouders

## Onze kijk op pesten

Onze school is een veilige school, waar kinderen graag naartoe gaan. We werken samen aan een positieve sfeer, waarin kinderen zich volop kunnen ontwikkelen en tot bloei kunnen komen. Vertrouwen in wat het kind kan is daarbij de basis. De uitgangspunten van dit protocol zijn daarom: “Veiligheid en geborgenheid zijn essentiële voorwaarden om tot leren en ontwikkelen te komen.” De school werkt daarom aan een veilige schoolomgeving. Daar hoort pestgedrag niet thuis.

We willen pestgedrag voorkomen. Daarom bespreken we het onderwerp pesten met de kinderen tijdens kringgesprekken en tijdens het overleg van de kinderraad. We stellen samen met hen afspraken vast. De medewerkers zijn, samen met ouders, in staat om pesten te signaleren en een duidelijk standpunt in te nemen. Pestgedrag is alleen succesvol tegen te gaan als er sprake is van een goede samenwerking tussen ouders, medewerkers en kinderen.



## Wat is pesten?

We spreken van pestgedrag als een leerling regelmatig psychisch en/of fysiek wordt bedreigd, geïsoleerd en/of geïntimideerd. Pesten is een vorm van geweld en erg bedreigend. Het gepeste kind kan hierdoor ernstige (en blijvende) schade oplopen. Bij pesten is er sprake van ongelijkheid (in macht, kracht of sociale status) tussen betrokkenen.

Het is steeds hetzelfde kind dat wint en hetzelfde kind dat verliest. Vaak is het gepeste kind steeds weer de klos. De pester (of pesters) heeft geen positieve bedoelingen; wil pijn doen, vernielen of kwetsen. Het gepeste kind voelt zich eenzaam en verdrietig, is onzeker en bang.

Pesten is niet hetzelfde als plagen. Bij plagen zijn de kinderen min of meer aan elkaar gewaagd. Het gedrag heeft iets uitdagends; de ander mag iets terugdoen, in een onschuldige sfeer. Het gaat om een prikkelend spelletje dat door geen van beide partijen als bedreigend wordt ervaren. Het is zelfs goed voor de ontwikkeling van kinderen om af en toe te plagen; ze leren hierdoor om met conflicten om te gaan. Dit is een vaardigheid die bij het opgroeien van pas komt. Pesten is een groepsproces. Het gebeurt niet alleen tussen pesters en slachtoffers; er zijn meer kinderen bij betrokken. (zie ook rollen bij pesten)

### *Signalen van pestgedrag*

Het specifieke van pesten ligt in het bedreigende en systematische karakter ervan. Voorbeelden en tegelijk signalen van pestgedrag zijn:

- ❖ Altijd een bijnaam geven, nooit bij de eigen naam noemen
- ❖ Een klasgenoot altijd ergens de schuld van geven
- ❖ Opmerkingen maken over iemands kleding
- ❖ Een ander kind achterna blijven lopen, de doorgang versperren of klem zetten tussen bijv. fietsen
- ❖ Spullen afpakken; dwingen om bezittingen af te geven
- ❖ Een kind dwingen om bepaalde dingen te doen (geld of snoep meenemen)
- ❖ Dreigen (“als je dat doorvertelt dan .....”)
- ❖ Belachelijk maken, uitlachen bij een verkeerd antwoord in de klas
- ❖ Specifieke manieren van ‘cyberpesten’;
  - E-mails versturen onder een valse naam
  - Versturen van enge filmpjes of foto’s
  - Nare berichten versturen via chat of social media
  - Opnames maken met de webcam

Ook als het pestgedrag buiten school plaatsvindt, treedt de school samen met ouders hiertegen op.

### *Rollen bij pesten*

We onderscheiden 6 rollen bij pesten:

#### **Pester**

Pesters lijken populair te zijn, maar ze dwingen hun populariteit af door te laten zien hoe sterk (verbaal en/of fysiek) ze zijn of wat ze allemaal kunnen. Ze hebben feilloos in de gaten welke kinderen gemakkelijk aan te pakken zijn. Het komt regelmatig voor dat een pester een kind is dat zelf slachtoffer is of was in een andere situatie. Pesters hebben op termijn vaak last van hun pestgedrag. Door verkeerde en beperkte sociale vaardigheden hebben ze moeite om vriendschappen op te bouwen zonder een basis van machtsverhoudingen.

## **Gepeste**

Kinderen die gepest worden, hebben meestal een beperkte weerbaarheid. Het lukt hen niet om daadwerkelijk actie te ondernemen tegen hun kwelgeesten, en dat pikken de pesters feilloos op. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep en ze durven weinig of niets te zeggen omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden. Ze voelen zich eenzaam en hebben in hun omgeving geen vriendjes of vriendinnetjes op wie ze terug kunnen vallen.

## **Meelopers**

De meeste kinderen zijn niet direct betrokken bij het pesten in een actieve rol. Maar sommigen doen incidenteel mee. Dit zijn de 'meelopers'. Het specifieke kenmerk van een meeloper is de angst om zelf slachtoffer te worden. Het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en denken dat ze mee kunnen liften op de populariteit van de pester.

## **Versterkers**

Kinderen met deze rol steunen actief de pester door mee te doen. Vaak vanuit de angst om anders zelf slachtoffer te worden. Zij vinden stoer gedrag en populariteit interessant, ook als dat ten koste van een ander gaat. Ze willen de pester als vriend behouden.

## **Verdedigers**

Kinderen met deze rol steunen het gepeste kind. Ze komen actief voor hem/haar op door hulp te bieden of hulp te zoeken.

## **De rest van de kinderen/buitenstaanders**

Er zijn ook kinderen die niet merken dat er gepest wordt, en anderen die het simpelweg niet willen weten en als een soort 'zwijgende meerderheid' fungeren.

## *Pestgedrag voorkomen en aanpakken*

In het Nationaal Onderwijsprotocol tegen pesten wordt de 'vijfsporenaanpak' beschreven. Wij passen deze aanpak toe. Uit onderzoek is namelijk gebleken dat dit één van de weinige effectieve manieren is om pesten aan te pakken. De aanpak is op vijf groepen tegelijk gericht en houdt het volgende in:

### **1. Preventie:** algemene verantwoordelijkheid van de school

- De school zorgt ervoor dat de directie en alle medewerkers voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en over de aanpak van pestgedrag. Als zij pestgedrag signaleren, maken zij hier direct werk van.
- De school zorgt voor een goed beleid over pesten, om de veiligheid van onze kinderen te waarborgen.
- De school gebruikt Rots en Water lessen voor het vormgeven van de lessen sociaal-emotionele ontwikkeling. De lessen worden door gecertificeerde trainers gegeven en bijgewoond door de leerkrachten om de transfer van de les naar de dagelijkse praktijk te vereenvoudigen.

- De school monitort de veiligheid door jaarlijks de vragenlijst sociale veiligheid van IEP-lvs af te nemen in groep 6 t/m 8. De resultaten worden met kinderen, ouders en team besproken.
- De school heeft een vertrouwenspersoon die als anti pestcoördinator een actieve rol heeft in het voorkomen van pesten en aanspreekpunt voor kinderen en ouders is. De anti pestcoördinator is juf Nancy ([n.vanspall@alberoscholen.nl](mailto:n.vanspall@alberoscholen.nl)) .

## **2. Actie:** steun bieden aan het gepeste kind

- We nemen het probleem van het kind serieus
- We zoeken uit wat er precies gebeurt
- We overleggen met het kind over mogelijke oplossingen]
- We schakelen eventueel deskundige hulp in van buiten
- We zorgen voor vervolgesprekken

## **3. Reactie:** steun bieden aan de pester

- We confronteren het kind met zijn/haar gedrag en de gevolgen ervan
- We proberen de achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen
- We helpen het kind om zijn relaties met andere kinderen te verbeteren
- We stellen grenzen en handhaven die consequent
- We informeren het team en de ouders van de pester over het pestgedrag

## **4. De groep betrekken** bij het probleem

- De leerkracht bespreekt het pesten met de groep en benoemt de rol van de kinderen hierin
- De groep bespreekt mogelijke oplossingen en de kinderen bedenken wat zij kunnen doen om de situatie te verbeteren. De leerkracht komt hier later weer op terug.

## **5. Steun bieden aan ouders**

- We nemen ouders die zich zorgen maken serieus
- We informeren ouders over peestsituaties, over pesten en over manieren om pesten aan te pakken en te voorkomen
- We werken samen met ouders om het pesten aan te pakken
- We verwijzen ouders zo nodig door naar deskundige hulpverleners

Als het pestgedrag blijft voortduren, schakelen we de hulp in van Centrum Jeugd en gezin, SMWO of een andere instantie.

## Stappenplan

Wat doen we als we pestgedrag signaleren?

- ❖ De leerkracht gaat in gesprek met de pester(s) en ouders en informeert de directie en/of intern begeleider.
- ❖ De leerkracht maakt afspraken met de betrokken leerlingen en ouders en noteert dit in Parnassys.
- ❖ Zo nodig maakt de leerkracht afspraken voor vervolgesprekken.
- ❖ Als het pestgedrag blijft voortduren worden de ouders van de pester geïnformeerd, in het bijzijn van de pester. Aan het eind van het gesprek worden de afspraken met de pester uitdrukkelijk besproken en vastgelegd. Ook eventuele sancties worden besproken. De afspraken worden genoteerd in Parnassys.
- ❖ De leerkracht brengt de directie en/of intern begeleider op de hoogte van het gesprek en verwijst naar de notitie in Parnassys.
- ❖ Als het pestgedrag zich blijft herhalen, meldt de leerkracht dit aan de directie. De leerkracht verwijst daarbij naar het dossier in Parnassys.
- ❖ De directie roept de ouders op voor een gesprek. Ook het kind wordt daarbij betrokken. De directeur noteert de uitkomsten van het gesprek in Parnassys.
- ❖ Als het pestgedrag niet verbetert, schakelen we externe expertise in om passende ondersteuning te vinden voor het kind. Ook deze interventie wordt genoteerd in Parnassys.
- ❖ Als het pestgedrag niet verbetert, of de ouders werken onvoldoende mee om het probleem aan te pakken, kan de schoolleiding bijzondere maatregelen nemen, zoals het kind (tijdelijk) in een andere groep plaatsen of op een andere school. In de meest extreme situatie kan het bestuur verzocht worden de pester(s) tijdelijk te schorsen. (zie protocol schorsen en verwijderen)

We spreken de verwachting uit dat het zover niet zal komen en zetten liever in op preventie van pestgedrag. Om dit te ondersteunen hanteren we een aantal omgangsregels op onze school en bieden we alle kinderen weerbaarheidslessen aan met het programma Rots en Water. Rots en Water is een psychofysieke sociale weerbaarheidstraining. Er wordt gewerkt aan thema's als gronden en centreren, stevig staan, ademkracht, houding, grenzen stellen, (zelf)vertrouwen, focus, samenwerken en emotieregulering in spelvormen en reflectiemomenten. Het programma is vooral gericht op preventie van grensoverschrijdend gedrag.



## *Omgangsregels op de Prinses Ireneschool*

Vanaf groep 1 brengen we de kinderen een aantal algemene afspraken bij met betrekking tot pesten. We hebben daarnaast een aantal omgangsregels geformuleerd om richting te geven aan gewenst gedrag.

Algemene afspraken:

- ❖ Het inschakelen van de leerkracht is geen klikken. Als een kind gepest wordt of als kinderen onderling ruzie hebben en er zelf niet uitkomen, mogen ze hulp vragen aan de leerkracht.
- ❖ Alle kinderen hebben de verantwoordelijkheid om pestgedrag te melden bij de leerkracht. Je bent samen verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.
- ❖ School en ouders werken samen met de kinderen om een pestprobleem aan te pakken en te voorkomen maar wel binnen de eigen grenzen. We werken op basis van vertrouwen in elkaar om het pestprobleem serieus aan te pakken.
- ❖ We spreken elkaar aan vanuit een positieve houding en benoemen gewenst gedrag.

Richtinggevende omgangsregels:

- ❖ We zijn aardig voor elkaar
- ❖ We noemen elkaar bij de voornaam
- ❖ We laten elkaar uitpraten en luisteren naar elkaar
- ❖ We houden onze handen en voeten bij onszelf
- ❖ We laten andermans spullen met rust, vraag eerst of je het mag gebruiken
- ❖ We accepteren ieder zoals hij/zij is
- ❖ We lachen en praten **met** elkaar i.p.v. om/over elkaar
- ❖ We proberen een probleem eerst zelf al pratend op te lossen voordat we naar de meester of juf gaan
- ❖ We vertellen het aan meester of juf als een kind gepest wordt
- ❖ We laten iedereen meedoen en iedereen hoort erbij

## *Adviezen aan ouders*

Ouders zijn een belangrijk en gelijkwaardig partner. Wat kunt u doen om mee te helpen pestgedrag te voorkomen of te stoppen?

### **Ouders van gepeste kinderen**

- ❖ Het is belangrijk om de communicatie met uw kind open te houden en in gesprek te blijven met elkaar. Als er sprake is van pesten op school, bespreek dit dan met de leerkracht. We horen het ook graag als uw kind op straat of ergens anders gepest wordt.
- ❖ Kinderen die gepest worden, hebben behoefte aan steun. Dat kan zijn in de vorm positieve stimulering, een complimentje of een schouderklopje bijvoorbeeld. Hierdoor vergroot het zelfrespect. Ook kunt u uw kind steunen in het idee dat er een einde aan het pesten komt, dat het weer voorbij gaat.

### Ouders van pesters

- ❖ Ook hier geldt dat open communicatie belangrijk is. Probeer bijvoorbeeld in een gesprek te achterhalen wat zijn/haar drijfveren zijn. Maak het kind gevoelig voor wat het anderen aandoet. (bewustwording)
- ❖ Misschien kan het helpen om wat extra aandacht te geven aan uw kind en tijd voor hem/haar te nemen.
- ❖ Benoem positieve dingen (kwaliteiten die positief gebruikt worden) in het gedrag van uw kind.
- ❖ Maak duidelijk dat u het eens bent met de beslissingen van school rond het pestgedrag.

### Overige ouders

- ❖ Voor ouders onderling is het van belang dat ze zich begrepen voelen; neem daarom de ouders van het gepeste kind serieus.
- ❖ Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan. En geef zelf het goede voorbeeld!
- ❖ Ook belangrijk: leer uw kind om voor zichzelf én voor anderen op te komen.

*Bron: Stop pesten nu!*



Vastgesteld 20 januari 2025.