karakter
Scholen met de Bijbel
Alblasserwaard

Bijlage 2.2
Pesten & pestprotocol

Karakter

Ver. voor Scholen met de Bijbel
Alblasserwaard

Versie maart 2025

Pesten komt helaas op elke school voor, ook bij ons. Dat raakt ons, want pestgedrag heeft grote invloed op zowel de slachtoffers als op de kinderen die pesten. In dit protocol beschrijven we wat we als school met de Bijbel De Fakkel doen aan preventie, om zodoende het probleem zo veel mogelijk te voorkomen en wat onze aanpak is als er desondanks toch sprake is van pestgedrag. Dit alles heeft als doel onze kinderen een basisschoolperiode te geven waarin ze zich veilig voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen.

Wat is pesten?

'Pesten is een vorm van agressie waarbij herhaaldelijk wordt geprobeerd iemand fysiek, verbaal of psychologisch pijn te doen. Dit kan zowel offline als online. Pesten is een proces waarin verschillende personen een rol hebben. Pesters hebben vaak een sterkere sociale positie dan de gepeste of proberen die te versterken door anderen te kleineren' (Nederlands Jeugdinstituut).

Bij pesten is er sprake van ongelijkheid (bijvoorbeeld in leeftijd of fysiek), het gebeurt vaak in een groep en telkens is dezelfde persoon de klos. Pesten gebeurt vaker dan een keer, soms wel maandenlang. Volwassenen hebben vaak niet in de gaten dat er sprake is van pesten.

Er is verschil tussen plagen en pesten. Bij plagen ben je gelijk aan elkaar en liggen de rollen niet vast. Ook gebeurt het niet op structurele maar op incidentele basis. Plagen is meestal te verdragen of zelfs leuk, maar kan ook kwetsend en agressief zijn. Plagen is meestal eén tegen één en tegenpartijen wisselen keer op keer (niet steeds op dezelfde persoon gericht). Het is belangrijk dat teamleden en kinderen zich bewust zijn van dit verschil en de juiste termen gebruiken.

Om pesten zo veel mogelijk te voorkomen, hebben we een preventief programma op school. Dat wordt hieronder beschreven in deel 1. Als pesten desondanks toch de kop op steekt, wordt het pestprotocol ingezet (deel 2).

Signalen van pesten en/of pesterijen

- Altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen;
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot;
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven;
- Briefjes doorgeven;
- Beledigen/vernederen;
- Dreigen;
- Opmerkingen maken over kleding;
- Isoleren, buitensluiten;
- Buiten school opwachten;
- Slaan of schoppen;
- Op weg naar huis achternarijden;
- Naar het huis van het slachtoffer gaan;
- Bezittingen afpakken, schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer.

Deze lijst kan nog verder worden uitgebreid: je kunt het zo gek niet bedenken of volwassenen en ook leerlingen hebben het bedacht. Leerkrachten en ouders moeten daarom alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen de normen van de school overschrijden.

Deel 1: preventie

Duidelijke regels en afspraken
Naast specifieke groepsregels, die aan het begin van het jaar samen met de kinderen worden opgesteld, zijn er een aantal schoolregels die aan het begin van het schooljaar worden besproken en waar we gedurende het jaar geregeld op terugkomen, hetzij naar aanleiding van een incident, hetzij naar aanleiding van een les.

1. Als je gepest wordt, vertel je dit aan je juf of meester. Dit is geen klikken!
2. Iedereen is met elkaar verantwoordelijk voor de goede sfeer in de groep; als een ander kind wordt gepest, geef je dat door aan de juf of meester.
3. Behandel elkaar zoals je zelf graag behandeld wil worden.
4. Iedereen hoort erbij!
5. Kom niet aan een ander als de ander dat niet wil.
6. Zit niet aan de spullen van een ander.
7. Noem elkaar bij de voornaam.
8. We praten op een fijne manier met en over elkaar en luisteren naar elkaar.
9. Als je kwaad bent ga je niet schelden, schoppen of slaan. Je probeert het samen uit te praten; als dat niet lukt ga je naar de meester of juf.

Vertrouwenspersoon en anti-pestcoördinator
Op onze school is een vertrouwenspersoon aanwezig: de intern begeleider. Daarnaast is er een anti-pestcoördinator; dit is de directeur. De kinderen kunnen in eerste instantie bij hun eigen leerkracht terecht, of, als ze dat liever willen, bij de vertrouwenspersoon. Als blijkt dat er actie moet worden ondernomen, wordt de anti-pestcoördinator ingeschakeld. Deze zal de actie aansturen. Daarnaast heeft de anti-pestcoördinator de eindverantwoordelijkheid voor een veilig schoolklimaat, met zowel een rol in het aansturen van preventieve maatregelen als actie ondernemen bij situaties die (mogelijk) onveilig zijn.

Kwink
Door middel van Kwink, een methode voor sociaal-emotioneel leren, werken we aan de sociaal emotionele ontwikkeling van onze leerlingen om pestgedrag zo veel mogelijk te voorkomen. Door de verhalen, opdrachten, spelletjes, rollenspellen en gesprekken stimuleren we de vijf gedragscompetenties, zoals hieronder beschreven zijn door Kees van Overveld.

Besef hebben van jezelf
- Kunnen inschatten van je eigen gevoelens
- Kennis hebben van je interesses, waarden en kracht
- Een gezond zelfvertrouwen

Besef hebben van de ander
- Empathie
- Perspectief nemen
- Verschillen tussen individuen en groepen herkennen en waarderen
- Sociale cues (signalen) juist interpreteren
Keuzes kunnen maken
- Weloverwogen kiezen met de juiste aandacht voor jezelf en de ander
- Bijdragen aan een positief klimaat in je school
- Verantwoordelijkheid nemen voor je eigen gedrag
Zelfregulatie
- Impulscontrole bij stressvolle situaties
- Omgaan met heftige emoties
- Doelgericht gedrag
Relaties kunnen hanteren
- Relaties aangaan gebaseerd op samenwerking
- Sociale druk weerstaan
- Conflicten oplossen

Door het stimuleren van deze gedragscompetenties werken we aan het realiseren van een sterke groep waarin kinderen voor elkaar opkomen waardoor verstorend gedrag, waaronder pesten, voorkomen kan worden.
De school zien wij als een veilige oefenplaats, waar iedereen in de school verantwoordelijkheid draagt om op een positieve manier met elkaar om te gaan. Juist de omgang met medeleerlingen die anders zijn of anders denken helpt leerlingen om onderlinge verdraagzaamheid te ontwikkelen en pesten tegen te gaan.
De houding en het handelen van onze leerkrachten zijn hierbij een belangrijke sleutel voor morele educatie. We zijn ons bewust van onze voorbeeldfunctie en doen ons best om leerlingen tolerantie en verantwoordelijkheid bij te brengen en ze ook verantwoordelijkheid en vertrouwen te geven. We oefenen met onze leerlingen, want goed zijn voor elkaar vraagt oefening en gesprek. We denken met elkaar na hoe we een veilige situatie kunnen creëren, waarin iedereen ruimte heeft om te leren en fouten te maken.

De Gouden Weken; aandacht voor groepsvorming
Groepsvorming is werken aan sociale veiligheid, werken aan preventie van pestgedrag (Kees van Overveld). We onderscheiden vijf fasen in de groepsvorming, waarvan de eerste drie (forming, norming en storming) centraal staan in de eerste weken van een schooljaar.

- Forming vindt plaats tijdens de eerste paar dagen van het schooljaar, waarbij het draait om de hernieuwde kennismaking met elkaar.
- Norming loopt parallel aan de fase van forming en duurt enkele weken. Dit is de fase van de regelgeving. Deze fase vraagt om een leerkracht die heel duidelijk is in wat de regels, normen en waarden zijn. Kwink geeft hier ideeën en tips voor die we gebruiken tijdens deze fase.

- Storming is de periode die volgt op forming en norming. Leerlingen gaan op zoek naar hun eigen plek in de groep. De regels zijn duidelijk, maar moeten nu op een goede manier toegepast gaan worden. Tijdens deze fase is wij-taal heel belangrijk: we zijn als groep verantwoordelijk voor elkaar. Wat doen wij als we zien dat iemand verdrietig is, gepest wordt of juist zelf pest? Tijdens deze fase wordt ook besproken hoe conflicten op een goed manier kunnen worden opgelost. De lessen van Kwink blijven deze periode gewoon doorgaan.

Mediawijsheid
We nemen ook de tijd om kinderen om te leren gaan met moderne media en maken ze bewust van online pestgedrag. Met name in de bovenbouw komt dit onderwerp regelmatig ter sprake. Ook doen we mee aan de jaarlijkse week van de Mediawijsheid. Hierbij volgen we tips en lesideeën van Kwink. Vanaf 2025-2026 geven we lessen mediawijsheid met de methode STAPP.

Wonderlijk gemaakt
Deze methode wordt gebruikt voor seksuele vorming; onderdeel hiervan is seksuele weerbaarheid.

Startgesprekken en kindgesprekken
In onze gesprekkencyclus zijn momenten opgenomen waar er ruimte is voor ouders en kinderen om aan te geven waar zij tegenaan lopen en om te bespreken hoe de leerkracht zou kunnen helpen. Deze gesprekken zijn niet alleen gericht op het leren van schoolse vaardigheden, maar ook op de sociaal-emotionele ontwikkeling van een kind en zijn of haar plek in de groep. We hechten hier veel waarde aan, omdat we zo de ouders en leerlingen beter leren kennen en belangrijke signalen rondom de positie van de leerlingen in de groep kunnen oppikken.
De startgesprekken met ouders vinden plaats aan het begin van het schooljaar. De vaste kindgesprekken vinden plaats in september, februari en juni. Verder kunnen ouders en kinderen altijd om een extra gesprek vragen.

Zien en Succes!Spiegel
Naast de gewone dagelijkse observaties en gesprekjes met kinderen krijgen we ook informatie via de vragenlijsten van Kindbegrip en Succes!Spiegel, waarna zo nodig weer actie wordt ondernomen.

Als pesten toch plaatsvindt moeten kinderen daarop voorbereid zijn.
Uit onderzoek blijkt dat pesten in 57% van de gevallen snel stopt wanneer de peer pressure group ingrijpt. Dit zijn de mensen in de buurt van de pestsituatie, zoals vrienden, klasgenoten, collega's en omstanders. Als omstanders hebben we de kracht om pesten te stoppen en een groot verschil te maken. Door de methode Kwink bereiden we kinderen daarop voor, door middel van deze twee methodes. Methode 1 is met name geschikt voor de bovenbouw. Methode 2 voor de gehele basisschool.

Methode 1: Onderneem meteen actie

1. Kijk de pester recht in de ogen en zeg hem of haar te stoppen. Als een pester je plaagt op een manier die je niet leuk vindt, je uitscheldt of lichamelijk bedreigt, is oogcontact en een rustige en duidelijke 'nee' de juiste manier om de situatie te overwinnen. Vertel de pester dat je het niet eens bent met de manier waarop hij jou behandelt en maak duidelijk dat dit meteen moet stoppen.

   a. Als het lukt, probeer er dan om te lachen om de situatie minder beladen te maken. Pestkoppen proberen meestal indruk te maken op hun slachtoffer, dus als je deze persoon kunt laten merken dat je huid daar te dik voor is, geeft hij/zij misschien op en laat je met rust.

   b. Verhef je stem niet als je de pestkop tot de orde roept. Dit kan de pestkop ertoe brengen je nog meer te treiteren om een heftigere reactie uit te lokken.

2. Voorkom dat de situatie escaleert. Als je de pestkop uitscheldt of een gevecht uitlokt, maak je de situatie alleen maar erger. Schreeuw niet en daag niet uit tot lichamelijk geweld. De pester zal waarschijnlijk reageren door nog erger te gaan pesten en je loopt het risico om evenveel in de problemen te komen als hij/zij een aandeel in de situatie krijgt.

3. Weet wanneer je weg moet lopen. Als de situatie bedreigend of gevaarlijk wordt, maak dan dat je wegkomt. Draai je om en loop weg van de pestkop. Op een bepaald punt is hij/zij niet meer voor rede vatbaar.

   a. Als je je zorgen maakt om je veiligheid, ga dan een vertrouwenspersoon en vraag om hulp.

   b. Vermijd verder contact met de pester als je stappen hebt ondernomen om het pesten te stoppen.

4. Reageer niet op cyberpesten. Als je door iemand wordt gepest via sms, Facebook, je website, e-mails of een andere online manier, antwoord dan niet. Provoceren werkt alleen maar averechts in een situatie waarin de pester anoniem is. In plaats van de pestkop te beantwoorden, kun je de volgende maatregelen nemen:

   a. Bewaar het bewijsmateriaal. Verwijder dreigmailtjes, berichtjes of sms'jes niet. Je zou ze nodig kunnen hebben als de situatie erger wordt.

   b. Blokkeer de pester. Als je weet wie erachter zit, blokkeer de persoon dan op je Facebook, verwijder hem/haar uit je telefoonboek en blokkeer de correspondentie waar mogelijk. Dit is vaak genoeg om de pester te stoppen. Als de persoon anoniem is, markeer het e-mailadres dan als spam.

Pestweb

Meer weten over omgaan met pesten en de kracht van de omstander?
Kijk op **www.pestweb.nl**

Methode 2: Geef het goede voorbeeld

1. Zorg ervoor dat je pestgedrag op je eigen school geen kans geeft. Denk na over de manier waarop jij je klasgenoten behandelt. Is er iemand die je pest, zelfs als het niet zo bedoeld was? Iedereen gebruikt wel eens wat heftige woorden, maar als dat telkens tegen dezelfde persoon is, stop er dan mee, ook als dat wat je doet door jou niet als pesten wordt gezien. Maak er je levensstijl van om aardig te zijn tegen mensen, ook als je ze niet heel erg mag.

   a. Plaag niemand tot ze jou en je gevoel voor humor goed genoeg kennen.
   b. Verspreid geen roddels of geruchten over mensen: dat is een vorm van pesten.
   c. Sluit iemand niet opzettelijk buiten. Negeer nooit bewust.
   d. Verspreid nooit foto's of informatie over iemand anders via het internet zonder zijn/haar toestemming.

2. Kom voor mensen op. Als je ziet dat iemand op jouw school gepest wordt, kom dan voor die persoon op. Er niet aan mee doen is niet voldoende. Kom actief voor het slachtoffer op om het pesten te stoppen. Je kunt ingrijpen door met de pester te praten als je je daar zeker genoeg voor voelt of door aan je mentor of afdelingsleider te vertellen wat je hebt gezien.

   a. Als je vrienden over iemand roddelen, maak dan duidelijk dat je daar niet aan mee wilt doen.
   b. Als je deel uitmaakt van een groep die iemand buitensluit, laat de andere leden van je groep dan weten dat je daar niet achter staat en dat je vindt dat iedereen erbij mag horen.
   c. Als je het gevoel hebt dat iemand het pispaaltje is en je bang bent voor zijn veiligheid, vertel het dan aan je mentor of afdelingsleider.

3. Verspreid de opvatting dat pesten moet stoppen. Veel scholen hebben een anti-pestprotocol dat ervoor moet zorgen dat de school veilig en sfeervol blijft. Doe hieraan mee om je stem tegen pesten te laten horen.

Tips om pesten stoppen

- Denk eraan dat het niet jouw fout is als je gepest wordt.
- Zoek een lotgenotengroep als je gepest wordt of bent. Ze zijn zelfs online te vinden als je er niet persoonlijk voor uit durft te komen. Als je online hulp zoekt, geef dan nooit persoonlijke informatie zoals je telefoonnummer, adres of echte naam.
- Verlaag je nooit tot het niveau van de pester.
- Leg je hand op je heupen, draai je om en loop weg. Laat de pestkoppen weten dat je hierboven staat.
- Wees niet bang om voor jezelf of een ander op te komen. Jij hebt in elk geval de moed!
- Laat het niet merken als je onzeker bent, omdat de pester daar lol om zal hebben en je alleen maar meer te pakken zal nemen.
- Voorkom dat je jezelf afsluit voor anderen. Sluit vriendschap.
- Heb vertrouwen. Je zult meer mensen aantrekken en pestkoppen zullen je niet snel als slachtoffer kiezen als je zelfvertrouwen uitstraalt.

Deel 2: pestprotocol

Is er sprake ondanks de preventieve maatregelen toch sprake van pesten, dan volgen we het volgende plan, dat gebaseerd is op de vijf-sporenaanpak (Nationaal Onderwijs Protocol tegen pesten). Deze aanpak is gericht op het slachtoffer, de pester, de meelopers, de ouders en de leerkracht/het schoolteam.
Het is belangrijk dat er een structurele aanpak komt van signaleren, analyseren, een plan opzetten en uitvoeren en evalueren.

1. **Begeleiding van een kind dat gepest wordt**

- Medeleven tonen, luisteren en vragen (hoe en door wie wordt het gepest);
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat hij/zij doet voor, na en tijdens het pesten; huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken; de leerling laten inzien dat je ook op andere manieren kunt reageren - zoeken en oefenen van een andere reactie;
- Het kind laten inzien waarom een kind pest;
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil;
- Sterke kanten van het kind benadrukken;
- Praten met de ouders (mits het kind dat wil);
- Het gepeste kind niet over-beschermen en te veel in een uitzonderingspositie zetten ten opzichte van de rest van de groep; dit zou pesten weer in de hand kunnen werken;
- Zo nodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt (bijv. sociale vaardigheidstrainingen in of buiten school);
- Aangeven welke maatregelen er worden genomen.

2. **Begeleiding van het kind dat pest**

- Praten, zoeken naar de reden van het pesten;
- Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor het slachtoffer;
- Excuses laten aanbieden;
- In laten zien welke sterke/leuke kanten het slachtoffer heeft;
- Het kind leren niet meteen kwaad te worden;
- Prijzen/belonen als het kind zich aan de regels/afspraken houdt en/of een andere/betere manier van reageren toont;
- Gesprek met de ouders; elkaar informeren en overleggen; inleven in het kind (hoe komt dit kind tot pesten?); zo nodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt.

Allereerst wordt geprobeerd er door middel van een gesprek van de leerkracht met de betrokken kinderen uit te komen. Hiervan wordt ook een melding gemaakt in Parnassys, met daarbij ook de getroffen maatregelen.

Bij herhaaldelijk pestgedrag (of ruzie), neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest of ruzie maakt. Ouders worden door de

leerkracht of directeur op de hoogte gebracht. School en ouders proberen in goed overleg te werken aan een bevredigende oplossing.

Als het bovenstaande niet voldoende is om het pesten te stoppen, wordt er een straf toegepast. Deze is opgebouwd uit vijf fases; afhankelijk van de situatie (in hoeverre het gedrag van de pester stopt) worden een of meerdere fases doorlopen.

Fase 1:
Het geven van een korte straf. Denk hierbij aan een of meerdere pauzes binnenblijven, nablijven, en stelopdracht over zijn/haar rol in het probleem, enz.

Fase 2:
Een gesprek met de ouders waarbij nadrukkelijk de medewerking van de ouders gevraagd wordt om een einde aan het probleem te maken. School heeft al het mogelijke gedaan om het probleem op te lossen.

Fase 3:
Er wordt deskundige hulp ingeschakeld van bijvoorbeeld een ambulant begeleider, de schoolarts of het sociaal team.

Fase 4:
De leerling wordt tijdelijk binnen de school in een andere groep geplaatst of krijgt een time-out, waarbij hij/zij een korte tijd niet op school mag komen. Zie hiervoor het protocol voor schorsing en verwijdering.

Fase 5:
In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden. Zie hiervoor het protocol voor schorsing en verwijdering.

3. **De middengroep betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem door:**

- Met de kinderen te praten over pesten en over hun eigen rol daarin;
- Met de kinderen te overleggen over mogelijke oplossingen en wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen;
- Samen met de kinderen te werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen;
- Hulp aan de zwijgende middengroep door het melden van signalen van pesten te stimuleren.

4. **Hulp aan de leerkracht**

Deze hulp kan de vorm hebben van achtergrondinformatie over het verschijnsel zoals signalen, oorzaken, gevolgen en concrete (preventieve en curatieve) aanpakmogelijkheden.

5. **Adviezen aan ouders**

Adviezen aan ouders van het gepeste kind:

- Blijf in gesprek met uw kind;
- Als pesten op straat gebeurt en niet op school, kunt u het best contact opnemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken;
- Pesten op school kunt u direct met de leerkracht bespreken;

- Door complimenten kan het zelfrespect van uw kind vergroot worden;
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport;
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt;
- Werk samen met school. Dit kan door het aanleveren van informatie, het geven van suggesties en het ondersteunen van de aanpak door de school.

Adviezen aan ouders van kinderen die pesten:

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

Scholen met karakter

Korenbloemplaats 4 2971 BH Bleskensgraaf T: 0184-691595