



Pesten doet pijn, voorkom pestpijn

Plagen of pesten?

Iemand van zijn fiets trekken: Dit kan plagen zijn; maar ook pesten.

Het is plagen als de kinderen aan elkaar gewaagd zijn; de ene keer doet de een iets onaardigs, een volgende keer is het de ander. Het is een spelletje, niet altijd leuk, maar nooit echt bedreigend. Door elkaar te plagen leren kinderen omgaan met conflicten. Het hoort bij het groot worden.

Bij plagen is er sprake van incidenten, van gelijke machtsverhouding, er is geen winnaar of verliezer, het "slachtoffer" is in staat zichzelf te verdedigen en loopt geen blijvende schade op.

Pesten is wel bedreigend. Het gebeurt niet zomaar een keer, maar iedere keer weer, soms een jaar of langer achter elkaar. Bij pesten wordt een slachtoffer uitgezocht om de baas over te spelen op een bedreigende manier. De pester misbruikt zijn macht; het slachtoffer wordt buiten gesloten, uitgelachen, vernederd, gekleineerd, uitgescholden, geslagen.

Vaak is er een groepje kinderen dat meedoet met de pester, dit zijn de meelopers.

Het pesten vindt bijna altijd stiekem plaats, buiten de waarneming van leerkrachten en ouders. Dat het gebeurt is lang niet altijd zichtbaar.

Wat doet de school

Wij vinden het belangrijk dat uw kind zich veilig voelt op school. Daarom is er een pestbeleid op school waaraan iedereen zich moet houden. Kinderen, leerkrachten en ouders. In het begin van het schooljaar wordt het pestbeleid besproken in alle klassen. Wij werken volgens de regels uit de Kanjertraining. Per bouw wordt er gekeken naar een passende vorm. Het is een terugkerend bespreekpunt in alle bouwen. De leerkracht stelt met de klas antipest regels op waaraan alle kinderen zich houden.

Er is een pestprotocol ter inzage in de school aanwezig. Dit protocol is ondertekend door directie, MR en de ouderraad.

Het beleid t.a.v. pesten:

- 1 Voorkomen van pesten door het creëren van een veilige sfeer.
- 2 Aanpak van pestgedrag
- 3 Wat te doen bij extreem pestgedrag

Deze drie punten worden in het protocol uitgewerkt in praktische daden en adviezen. Er wordt een reader samengesteld waarin leerkrachten, overblijfskrachten en ouders nadere informatie kunnen vinden. Er is lesmateriaal voor alle bouwen aanwezig om pestgedrag bespreekbaar te maken in de klas. In het informatiepakket voor nieuwe kinderen is deze folder opgenomen.

Aanpak van pestgedrag

- Jaarlijks methodiek Kanjertraining.
- Klacht over pesten altijd serieus nemen.
- Kinderen direct aanspreken op gedrag (snelle feedback).
- In de groep bespreken:
 - Voor een ander opkomen.
 - Het effect van vluchtgedrag.
 - Leren letten op non verbaal gedrag (voordoen of via spel).
 - Fouten maken mag! Maar wel rechtzetten en een nieuwe kans krijgen.
- Werken aan een veilige sfeer in de groep:
 - Zicht krijgen op eigen gedrag (interactie tussen de kinderen).
 - Zicht krijgen op gedrag van de leerling (betrokkenheid op elkaar).
 - Leren spiegelen (via spel).
 - Complimentenkring.
 - Ouders inlichten over wat je doet.
- Kinderen leren IK-boodschappen te formuleren.
- Andere leerkrachten inlichten bij vaker voorkomend pestgedrag.
- Bij het buitenlopen kwetsbare kinderen en/of evt. pesters volgen (in de gaten houden).
- Regelmatig terugvragen aan het gepeste kind en de ouder(s) hoe het met hem/haar gaat. Dit geldt ook voor de pester en diens ouder(s).
- Zonodig extra gesprekken houden met zowel de leerling als de ouders.
- Noteer wat besproken/afgesproken is en kom daar op terug.

Extreem pestgedrag

- Ouder(s) van de pester op school uitnodigen voor een gesprek met directie/ IB, leerkracht, kind en ouder.
- Een grens stellen aan toelaatbaar gedrag.
- Bij blijvende herhaling kan dit leiden tot schorsing.
- Stellig zijn: **uw kind heeft hulp nodig.**
- Ouder van slachtoffer uitnodigen voor gesprek met directie/ IB, leerkracht en ouder. Zeggen dat er alles aan gedaan wordt om te voorkomen dat het ooit weer gebeurt.
- Luisteren/doorvragen naar eerdere voorvallen.
- Samen zoeken naar oplossingen.
- Eventueel ouders motiveren en adviseren te zoeken naar sociale vaardigheidstraining voor hun kind (dit geldt ook voor de pester) en hierbij hulp bieden. Eventueel consultatie of ondersteuning van de Ouder- en Kindadviseur.
- Herhaaldelijk controleren bij ouder en kind of het pesten werkelijk gestopt is.
- Bijhouden van een logboek.

Voorkomen door het creëren van een veilige sfeer

- Positief gedrag bekrachtigen.
- Heel stellig boodschap uitdragen: **Pesten mag nooit!**
- Naar kinderen toelopen i.p.v. roepen over afstand.
- Grof taalgebruik niet toestaan.
- Uitgaan van omkeerbaar gedrag: kinderen moeten de kans krijgen hun gedrag te veranderen.
- Vragen aan ouders om alles wat in de richting van pesten of gepest worden plaatsvindt, aan school door te geven.
- Direct ingrijpen als er iets gebeurt.
- Werken aan een rustige sfeer:
 - Rust tijdens zelfstandig werken.
 - Groep voor groep verstrekken, tijdens de pauze en bij het verlaten van de school.
 - Bij de deur/ingang staan bij binnenkomst en naar buiten gaan.
- Minimaal één keer per week, zo nodig dagelijks, voor- en nabespreken van pauzes, ook met de overblijfkraften.
- Observeren van gedrag tijdens groepswork (voor- en nabespreken).
- Omgangsregels binnen de school duidelijk zichtbaar ophangen.
- Per klas worden met de leerlingen omgangsregels afgesproken en vastgelegd in een contract. In de onderbouw maakt de leerkracht gebruik van een symbool, pictogram of tekening.
- Reageren volgens Kanjertraining.

De doelen van de Kanjertraining

- De leerkracht wordt gerespecteerd.
- Pestproblemen worden hanteerbaar/ lossen zich op.
- Leerlingen durven zichzelf te zijn.
- Leerlingen voelen zich veilig.
- Leerlingen voelen zich bij elkaar betrokken.
- Leerlingen kunnen hun gevoelens onder woorden brengen.
- Leerlingen krijgen meer zelfvertrouwen.

Regels van de Kanjertraining

- Niemand lacht uit.
- Niemand speelt de baas.
- Wij vertrouwen/helpen elkaar.
- Wij zijn eerlijk zonder te kwetsen.
- Niemand doet zielig.

Schoolregels

- Problemen los je op met woorden, niet met je handen.
- Je hebt respect voor elkaar en elkaars spullen.
- Er wordt niet geschreeuwd of gescholden.
- In de gang en op de trap loop je rustig.
- De deur houd je open als er nog iemand aankomt.
- Rommel op de grond ruim je op, ook als het niet van jou is.
- Als je op de gang hebt gewerkt, ruim je je spullen op en maak je de tafel weer netjes.

Deze regels gelden voor iedereen in en om de school: kinderen, leraren, stagiairs, vrijwilligers, ouders, verzorgers en bezoekers. Bij het niet naleven van de regels nemen wij gepaste maatregelen.

Instelling die informatie verstrekt over pesten en hulp kan verlenen aan kinderen, ouders en scholen

Opvoedtelefoon: 0900-8212205
Onderwijstelefoon: 0800-1608
Kindertelefoon: 0800-0432

Voor de wijk Oud- Oost kan men terecht bij:
Ouder- en Kindteam
Pontanusstraat 278
1093SH AMSTERDAM

Internetsites die voor ouders te raadplegen zijn:

- www.pestweb.nl
- www.pestenschool.web-log.nl
- www.demeedenkers.nl
Stress management Centrum Amstelveen De Meedenkers
Telefoon 020-6479 202
- www.posicom.nl
Posicom houdt zich bezig met het aanpakken van pesten en het optimaliseren van groepsprocessen.

Literatuur over pesten voor kinderen

In de bibliotheek en boekwinkels kunt u jeugdboeken over pesten vinden. Hieronder vindt u een aantal titels van mooie boeken. Voor een kind dat gepest wordt, kan het helpen om zo'n boek te lezen omdat het kan lezen dat het niet de enige is die gepest wordt. Kinderen die zelf pesten kunnen lezen wat ze een ander aandoen.

Een klap voor de grap (vanaf 7 jaar)

Erik van Os en Elle van Lieshout
Zwijzen, Tilburg, 1992

Poppe en Beer (vanaf 8 jaar)

Jos Lammers
Ploegsma, Amsterdam 1993

Hup Karel, Hup!

Een tien voor Karolien
Babette Cole
Infodok, Amsterdam 1989

Ik roep m'n grote broer (vanaf 9 jaar)

K.M. Peyfon
Jenny de Jonge, Amsterdam, 1992

Straf en andere verhalen (vanaf 10 jaar)

Wim Hofman
Van Holkema en Warendorf, 1985

Spijt!

Carry Slee
Van Holkema en Warendorf, 1997

Voor kinderen is er de mogelijkheid om de kindertelefoon te bellen. Hier kunnen ze terecht met hun vragen, ze kunnen er hun hart luchten en eventueel samen bekijken of er oplossingen zijn.

Telefoon: 0800-0432 (gratis)

Tips voor leerkrachten en ouders

Pesten bij kinderen: hoe kunt u als ouder helpen

S. Munro

Deltas: Oosterhout, 2003

Mieren in je buik

P van Lierop

Uitgever: era-nova.nl

Pesten, wat vind jij?

T. van Dugteren

Lannoo: augustus 2006

Brochure Tegen Pesten

Stichting de kinderconsument

www.Pestenslaf.nl

Brochure: De wifi-generatie

Stichting de kinderconsument

www.Pestenslaf.nl

Stichting aandacht voor pesten

www.aandachtvoorpesten.nl

Voor een (telefonisch) gesprek en adviezen over pesten,

Ouder- en Kindcentrum oud oost

Tel: 0205555961

Voor meer informatie kunt u ook terecht bij de Interne Begeleider en de Ouder- en Kindadviseur.