

# ANTI- pestactieplan

## 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 willen aanpakken, ieder schooljaar weer. In dit pestactieplan wordt beschreven hoe wij dit doen.

Om pestgedrag met succes tegen te kunnen gaan moet dit gedrag door alle partijen als probleem worden gezien: **door de leerlingen, de leerkrachten en de ouders**. Voorkomen is beter dan genezen; een prettig schoolklimaat is daarvoor een eerste voorwaarde. Voor iedereen duidelijke regels en afspraken zijn daarbij noodzakelijk.

Met dit pestactieplan willen wij bevorderen dat:

- alle kinderen zich op school veilig voelen, zodat zij met plezier naar school gaan en zich optimaal kunnen ontwikkelen
- er duidelijke regels en afspraken zijn waar kinderen en volwassenen elkaar op kunnen aanspreken

## Visie van onze school

Allereerst moeten wij als team doordrongen zijn van de ernst van de pestproblematiek in het algemeen. Daarnaast moet het besef groeien dat de eigen school hier zelf ook mee te maken heeft, of er nu wel of geen concrete problemen aan het licht zijn gekomen. Een ieder moet zich ook realiseren dat er iets aan de problemen gedaan kan worden, wat er precies gedaan kan worden, en welke rol een ieder hierin zelf heeft.

De school moet naar buiten toe, zowel naar de leerkrachten, de leerlingen, als naar de ouders duidelijk maken dat pesten niet toelaatbaar is. Slachtoffers weten dan dat "de school" in principe aan hun kant staat; pesters en leerlingen die pesters zouden kunnen gaan worden krijgen in de gaten dat er op ze gelet wordt. Aan de middengroep wordt duidelijk gemaakt dat het pesten moet gesignaleerd worden: er is een meldingsplicht.

## Afspraken en regels

### Afspraken:

Op onze school gelden ten aanzien van het pestbeleid de volgende afspraken:

- 1) Het team en de ouders onderkennen dat het pesten in elke groep en op elk moment kan voorkomen, en daarom voortdurende aandacht nodig heeft.
- 2) Agressief gedrag van leerkrachten, ouders en leerlingen wordt niet geaccepteerd.
- 3) In een aantal schoolregels hebben wij vastgelegd hoe wij met elkaar om willen gaan.
- 4) Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, worden deze schoolregels elk schooljaar regelmatig met de kinderen besproken.
- 5) Als pestgedrag wordt gesignaleerd, wordt geprobeerd dat d.m.v. het stappenplan op te lossen
- 6) Door hun kind in te schrijven bevestigen de ouders dat zij het pestactieplan met de bijhorende wederzijdse inspanningsverplichtingen onderschrijven.

## Schoolregels:

Bij de omgang met elkaar hanteren wij de volgende regels en standpunten:

- 1) Iedereen ziet er anders uit. Gelukkig maar, anders werd het saai
- 2) Samen speel je leuker dan alleen. Iedereen mag meedoen.
- 3) Elk kind is blij met zijn eigen spullen. Blijf er daarom vanaf.
- 4) Lachen is gezond, maar elkaar uitlachen niet.
- 5) Schelden doet wel zeer.
- 6) Kom niet aan een ander als die dat niet wil.
- 7) Grove taal hoort bij ons op school niet thuis.
- 8) Jij vindt het niet leuk als er over je gekletst wordt. Doe dat dus ook niet over anderen.
- 9) Ruzies worden uitgepraat. Vechten is geen oplossing.
- 10) De juf of meester is er om op alle kinderen te letten. Jij hoeft alleen maar op jezelf te letten.
- 11) Probeer bij een ruzie geen partij te kiezen. Laat de ruziemakers het zelf uitzoeken.
- 12) Als jij of iemand anders gepest wordt, vertel het dan aan je juf of meester en je ouders.
- 13) Natuurlijk heb je wel eens ruzie. Praat het uit en zand erover.

*Thuis en op school heb je van deze regels veel plezier.*

## Wat is pesten, wat is plagen ?

**Plagen en pesten, wat is daar het verschil tussen?** Iemand op het schoolplein een stevige duw geven kan plagen zijn, maar het kan net zo goed gaan om echt pestgedrag. We spreken over plagen wanneer kinderen min of meer aan elkaar gewaagd zijn en het vertoonde gedrag een uitnodigend karakter heeft om iets terug te geven vanuit een onschuldige sfeer. Het gaat dan om een prikkelend spelletje, dat door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren. Er is sprake van een pedagogische waarde: door elkaar eens uit te dagen leren kinderen heel goed om met allerlei conflicten om te gaan. Dat is een vaardigheid die later in hun leven van pas komt bij conflicthantering, waar iedereen in zijn leven mee te maken krijgt.

Het specifieke van pesten is gelegen in het bedreigende en vooral systematische karakter. We spreken van pestgedrag als het daarnaast ook nog regelmatig gebeurt, waardoor de veiligheid van de omgeving van een kind wordt aangetast. De inzet van het pestgedrag is altijd macht door intimidatie. Bij dit echte pestgedrag zien we

ook altijd een zekere rolverdeling terug bij een aantal betrokkenen zo heb je altijd de pester, het slachtoffer en de zwijgende middengroep

## **Voorbeelden van pestgedrag:**

### **Verbaal:**

- Vernederen: "Haal jij alleen de ballen maar uit de bosjes, je kunt niet goed genoeg voetballen om echt mee te doen".
- Schelden: " Viespeuk, etterbak, mietje" enz.
- Dreigen: "Als je dat doorvertelt, dan grijpen we je."
- Belachelijk maken, uitlachen bij lichaamskenmerken of bij een verkeerd antwoord in de klas.
- Kinderen een bijnaam geven op grond van door de kinderen als negatief ervaren kenmerken. (rooie, dikke, dunne, flapoor, enz)
- Gemene briefjes schrijven om een kind uit een groepje te isoleren of echt steun te zoeken om samen te kunnen spannen tegen een ander kind.

### **Fysiek:**

- Trekken en duwen of zelfs spugen.
- Schoppen en laten struikelen.
- Krabben, bijten en haren trekken.

### **Intimidatie:**

- Een kind achterna blijven lopen of een kind ergens opwachten.
- Iemand in de val laten lopen, de doorgang versperren of klem zetten tussen de fietsen.
- Dwingen om bezit dat niet van jou is af te geven.
- Een kind dwingen bepaalde handelingen te verrichten, bijvoorbeeld geld of snoep meenemen.

### **Isolatie:**

- Steun zoeken bij andere kinderen dat het kind niet wordt uitgenodigd voor partijtjes en leuke dingetjes.
- Uitsluiten: het kind mag niet meedoen met spelletjes, niet meelopen naar huis, niet komen op een verjaardag.

### **Stelen of vernielen van bezittingen:**

- Afpakken van schoolspullen, kleding of speelgoed.
- Beschadigen en kapotmaken van spullen: boeken bekladden, schoppen tegen en gooien met een schooltas, banden van de fiets lek steken.

## Maatregelen

Ruwweg zijn er twee soorten maatregelen: voorkomingmaatregelen, die erop gericht zijn om pesten te voorkomen en bestrijdingsmaatregelen die erop gericht zijn reeds plaatsvindende pestpraktijken een halt toe te roepen.

## Preventieve aanpak

### Voorkomingsmaatregelen:

- het anti-pestcontract in de klas bespreken en laten ondertekenen
- goed toezicht op de speelplaats
- agressie kanaliseren, meer speelmogelijkheden op de speelplaats en meer spel materiaal aanschaffen
- werken aan meer zelfstandigheid en verantwoordelijkheid van de leerlingen
- zelf als leerkracht respect afdwingen door op een positieve manier duidelijk leiding te geven aan de groep, zelfrespect te hebben en dat ook uitstralen, emoties weten te beheersen bij uitdagend gedrag en consequent en eerlijk optreden.
- Oplossingsgericht handelen stimuleren
- Kringgesprekken rond gevoelens
- Mogelijke sancties worden op voorhand per klas, voordat de pestsituatie zich voordoet, binnen de klas besproken (lager onderwijs). In de kleuterafdeling bepaalt de kleuterleidster de straf, hier wordt echter meer de nadruk gelegd op het leren verwoorden van gevoelens, van de situatie

## Het anti-pestcontract



1. Elkaar niet beoordelen op schoolresultaten
2. Je mag een andere mening hebben
3. Niet uitschelden of uitlachen
4. Niet roddelen over kleding en uiterlijk
5. Niet "zomaar pesten"
6. Niet meedoen met pesters
7. Niet pesten om vrienden te krijgen
8. Niet op een vervelende manier je met een ander bemoeien
9. Geen partij kiezen bij ruzie
10. Eerlijk zijn
11. Elkaar helpen als iemand hulp nodig heeft
12. Niet na-apen
13. Luisteren naar elkaar
14. Vertellen dat je gepest wordt is niet klikken
15. Als je gepest word, praat er dan over
16. Elkaar niet dreigen
17. Elkaar accepteren zoals je bent
18. Bij spel niemand uitsluiten

## Bestrijdingsmaatregelen: de aanpak van onze school

### STAP 1:

Wanneer leerlingen ruzie met elkaar hebben en/of elkaar pesten proberen zij er eerst zelf ( en samen) uit te komen.

### STAP 2:

Op het moment dat een van de leerlingen er niet uitkomt ( in feite 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.

### STAP 3:

De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderinggesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. Ook wordt er een evaluatiemoment afgesproken.

### STAP 4:

Bij herhaaldelijke ruzie/ pestgedrag wordt het zorgteam op de hoogte gebracht. De ouders worden ingelicht.

De leerkracht neemt duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest /ruzie maakt.

Mogelijke acties die de leerkracht kan ondernemen zijn:

- Eén of meerdere pauzes laten binnen blijven
- Een schriftelijke opdracht laten maken zoals een stelopdracht over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem
- Een gesprek: bewustwording van wat hij met het gepeste kind uithaalt
- Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen (gedragskaart). De naleving van deze afspraken komen aan het einde van iedere week (voor een periode) in een kort gesprek aan de orde
- Bij aanhoudend pestgedrag kan er voor gekozen worden om een leerling tijdelijk in een andere groep te plaatsen binnen de school.

## STAP 5:

Een gesprek met de ouders als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken.

## STAP 6:

Wanneer het pesten niet ophoudt wordt er deskundige hulp ingeschakeld bijv. CLB. In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden.

### Adviezen naar de leerkracht

1. Luister actief en probeer je in te leven in de klacht van een leerling (dat geldt zowel voor de klacht van de 'pestkop' als voor de beleving van het slachtoffer). Kies daarbij vooral geen partij. Als je voor het ene kind kiest, kies je tegen het andere en dat kind kan zich dan behoorlijk afgewezen voelen.
2. Als je naar beide partijen hebt geluisterd, kun je ze vragen om met elkaar te gaan praten waar je zelf bij zit. Laat ze tegen elkaar zeggen wat ze ervan vinden en wat ze zouden willen. Help ze daarbij om naar elkaar te luisteren en op elkaar te reageren en om elkaar bij het gesprek aan te kijken.
3. Vraag ze om samen een oplossing te bedenken waar ze allebei wel iets in zien. Help ze daarbij door vragen te stellen als: wat zou je daaraan kunnen doen, wie van jullie heeft er misschien een idee?
4. Laat ze samen een oplossing kiezen, vraag aan beiden afzonderlijk of ze de oplossing echt zien zitten. Help ze zo nodig om met elkaar een afspraak te gaan maken.
5. Maak met z'n drieën een afspraak om over een tijdje te kijken hoe de gekozen oplossing werkt.



## **Stappenplan voor een aanpak van pestgedrag: De vijfsporenaanpak**

Bij het bestrijden van pesten wordt meestal uitgegaan van de vijfsporenaanpak:

### **Steun bieden aan het kind dat gepest wordt:**

- Naar het kind luisteren en haar/zijn probleem serieus nemen.
- Met het kind overleggen over mogelijke oplossingen.
- Samen met het kind werken aan oplossingen.
- Zonodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining.

### **Steun bieden aan het kind dat zelf pest:**

- Met het kind bespreken wat pesten voor een ander betekent.
- Het kind helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.
- Het kind helpen om zich aan regels en afspraken te houden.
- Zonodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijv. een sociale vaardigheidstraining.

### **De middengroep betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem:**

- Met de kinderen praten over pesten en over hun eigen rol daarbij.
- Met de kinderen overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.
- Samen met de kinderen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.

### **De basisschool steunen bij het aanpakken van het pesten:**

- De leerkrachten en de rest van de schoolorganisatie informatie geven over pesten als algemeen verschijnsel en over het aanpakken van pesten in de eigen groep en de eigen school.
- Werken aan het tot stand brengen van een algemeen beleid van de school rond veiligheid en pesten waar de hele school bij betrokken is.

### **De ouders steunen:**

- Ouders die zich zorgen maken over pesten, serieus nemen.
- In samenwerking tussen school en ouders het pestprobleem aanpakken.
- Zonodig ouders doorverwijzen naar deskundige ondersteuning.

## Adviezen naar ouders

Ouders van gepeste kinderen:

- a. Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- b. 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.
- c. Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.
- d. Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- e. Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- f. Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.

Ouders van pesters:

- a. Neem het probleem van uw kind serieus.
- b. Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- c. Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- d. Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- e. Besteed extra aandacht aan uw kind.
- f. Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- g. Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- h. Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.

Alle andere ouders:

- a. Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- b. Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
- c. Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
- d. Geef zelf het goede voorbeeld.
- e. Leer uw kind voor anderen op te komen.
- f. Leer uw kind voor zichzelf op te komen.