

## Routekaart bij pesten

### **Uitgangspunt van de routekaart bij pesten:**

De scholen binnen Resonans hebben elk een gedragscode, daarin staan de omgangsregels beschreven die binnen de school worden gehanteerd om een sociaal veilige school te zijn waar kinderen zich harmonieus en op een prettige en positieve wijze optimaal kunnen ontwikkelen.

We werken actief samen met de leerlingen, leerkrachten en het hele schoolteam aan het scheppen van een veilig pedagogisch klimaat waarbinnen pesten niet wordt geaccepteerd. Voor situaties waarin het niet lukt om het gewenste gedrag te tonen beschrijft de routekaart de acties die wij als schoolteam ondernemen om pestgedrag te stoppen. Het maakt onderdeel uit van het (verplichte) veiligheidsplan van de scholen.

### **Wat is pesten?**

Pesten is gedrag dat tot doel en tot gevolg heeft dat degene die gepest wordt, zich met regelmaat gekwetst, geraakt, vernederd, afgewezen en/of buitengesloten voelt.

Bij pesten gaat het niet alleen om het gepeste kind en de pester, ook de andere leerlingen, de meelopers en de andere leerlingen spelen een belangrijke rol.

Online pesten is een vorm van pesten die voor leerlingen niet anders is dan andere vormen van pesten. Bovendien is het zo dat leerlingen die online gepest worden meestal ook *in real life* gepest worden. Voor veel leerkrachten is online pesten ongrijpbaar. Maar de aanpak ervan is niet anders dan de aanpak van pesten in de klas.

### **Signalen van pesten kunnen o.a. zijn:**

- Altijd een bijnaam, nooit bij eigen naam noemen
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- Briefjes doorgeven
- Beledigingen
- Opmerkingen maken over kleding
- Isoleren
- Buiten school opwachten, slaan of schoppen
- Op weg naar huis achterna rijden
- Naar het huis van het slachtoffer gaan
- Bezittingen afpakken
- Schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer
- Ongewenst gedrag tegen het slachtoffer
- Opvallend; afwijkend gedrag van het slachtoffer

### **De 6 pest-alerts:**

Pestgedrag is vaak moeilijk te herkennen. Deze 6 'alerts' kunnen helpen om alert te zijn op pestgedrag. Het betekent overigens niet dat er niet gepest wordt als er op alle alerts negatief wordt geantwoord. Zelfs bij één positief antwoord is het tijd voor extra aandacht en misschien wel maatregelen.

#### **1. Let op vluchtgedrag**

Kinderen die gepest worden proberen vaak sociale groepen waarin ze het risico lopen om gepest te worden te vermijden. Deze vermijding noemen we vluchtgedrag. Voorbeelden zijn: alléén spelen op het schoolplein, langdurig toiletbezoek of in de gang blijven hangen, vrijwillig extra taken doen als de school uit is of tijdens het speelkwartier.

## 2. Kijk naar rol-vastheid

Bij pesten heeft iedereen zijn vaste rol, dit in tegenstelling tot plagen. Als iets een plagerijtje lijkt, kijk dan eens of het altijd dezelfde is die plaagt en altijd dezelfde die moet incasseren. Bij pesten zien we ook altijd meelopers en omstanders. De pester staat meestal niet alleen, de gepeste wel. Wees je ervan bewust dat pesten niet altijd uit grote gedragingen bestaat, soms is het een stemmetje imiteren of iemand nadoen, maar altijd in dezelfde rollen.

## 3. Let op signaalgedragingen

Kinderen die gepest worden, vertonen soms signaal-gedrag. Dit kunnen onschuldige gedragingen zijn, die aangeven dat er stress is, zoals: krabben, tics, vreemd praten, opeens druk met iets bezig zijn, dromen. Maar het kunnen ook ernstige signalen zijn zoals vaak ziek zijn, buikklachten of zelfbeschadiging (met een schaar in je arm snijden of jezelf opzettelijk verbranden).

## 4. Er is geen schuldgevoel of verzoening

Kinderen maken ruzie en vechten, dit hoort erbij, maar vaak hebben kinderen na afloop een schuldgevoel of zoeken ze naar een manier om te verzoenen. Elkaar voor een aantal dagen ontwijken kan ook een manier van verzoening zijn. Bij pesten zien we dat de pester meestal niet wil verzoenen en ook niet begrijpt waarom. Schuldgevoel ontbreekt omdat het slachtoffer het in zijn ogen verdient. Zie je dat kinderen conflicten hebben, maar geen toenadering zoeken dan is er misschien iets aan de hand.

## 5. Het is fysiek grensoverschrijdend

Pesten is soms letterlijk fysiek grensoverschrijdend en als iemand te dicht in de buurt komt kan dat bedreigend zijn. Pesters gaan deze grens vaak subtiel over door het slachtoffer even te duwen in het langslopen terwijl ze boeken uitdelen, de weg te blokkeren, onder de tafel met de voeten tegen de stoel te duwen en soms door heel dicht op de ander te staan. Fysiek grensoverschrijdend kan ook op afstand door de ander aan te staren terwijl het slachtoffer alles doet om de blik te ontwijken.

## 6. Herhaald plagen is pesten

Vaak wordt negatief gedrag afgedaan als een plagerijtje. Als het een herhaling is dan gaat het duidelijk om pesten. Een plagerijtje is leuk als het eenmalig is. Herhaling kan ook voorkomen omdat niet één leerling een geintje uithaalt, maar meerdere leerlingen hetzelfde geintje uithalen met hetzelfde slachtoffer. Heb je een geintje vaker gehoord: stop het!

### **Signaalkaart pesten:**

- Weg met vooroordelen  
Alle kinderen kunnen slachtoffer zijn van pesten, dus weg met vooroordelen dat alleen de kneusjes gepest worden. Ook de jongen die goed kan sporten of het meisje dat populair is, kan slachtoffer zijn van pesten. Het standaardprofiel van een slachtoffer of dader bestaat niet!
- Neem signalen serieus  
Als kinderen aangeven dat ze gepest worden of wanneer ouders hiervan melding maken in school, neem deze signalen dan serieus. Ook al heb je het pesten niet kunnen waarnemen, het betekent niet dat er niet gepest wordt. Het is voor kinderen vaak lastig om toe te geven dat ze gepest worden, dus elk signaal moet serieus genomen worden. Bovendien kan pesten zo subtiel zijn dat slechts weinig leerlingen het waarnemen, daardoor kan het lijken dat het niet voorkomt.
- Doe onderzoekjes en testjes  
Kinderen weten vaak goed wie door wie gepest wordt in de klas. Je kunt kleine onderzoekjes en testjes doen om erachter te komen wat kinderen weten (bijvoorbeeld een sociogram). Natuurlijk kan het beeld dat kinderen hebben vertekend zijn, maar het kan goede aanwijzingen bevatten.

### **Begeleiding van de gepeste leerling:**

- Medeleven tonen, luisteren en vragen, dan wel nagaan: hoe en door wie wordt er gepest;
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, vraag of probeer te verwoorden wat er is gebeurd in de ogen van de gepeste;
- Huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken. De leerling in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren;
- Zoeken en oefenen van een andere reactie bijvoorbeeld je niet afzonderen;
- Het gepeste kind in laten zien waarom een ander kind pest, dit is geen verontschuldiging van de pester!
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil;
- Sterke kanten van de leerling benadrukken en eventueel belonen;
- Praten met de ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester(s);
- Het gepeste kind niet overbeschermen (door ouders én leerkrachten). Hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.

### **Begeleiding van de pester:**

- Communiceren: zoeken naar de reden van het ruzie maken/ pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen);
- Laten inzien 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 in en om de school: wij houden ons aan deze regel; straffen als het kind wel pest, belonen (schouderklopje) als kind zich aan de regels houdt;
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de 'stop-eerst-nadenken-houding' of een andere manier van gedrag aanleren;
- Contact tussen ouders en school; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind; wat is de oorzaak van het pesten?
- Eventueel inschakelen externe hulp.

### **Begeleiding van de meelopers en andere leerlingen:**

- Bespreek het ongewenste karakter van het pestgedrag;
- Maak duidelijk dat het geen groepsnorm is om mee te gaan in het pestgedrag;
- Benadruk de verantwoordelijkheid van alle leerlingen om zorg te dragen voor een veilig sociaal schoolklimaat.

### **De rol van de begeleider:**

De leerkracht heeft een grote invloed op de sfeer in een groep en laveert tussen ruimte geven voor grensverkendend gedrag en grenzen stellen om grensoverschrijdend gedrag te voorkomen. Een groepsproces doorloopt een aantal fases. Leerlingen die net bij elkaar in de klas zitten kijken eerst de kat uit de boom en bepalen welke positie zij in kunnen nemen in de groep. Vervolgens wordt bij het innemen van de posities bepaald hoe er met elkaar omgegaan wordt en ontstaan (vaak onuitgesproken) regels. Dat kan gepaard gaan met botsingen in een onrustige sfeer. De leerkracht is onderdeel van de groep en leerlingen verwachten dat hij of zij een leidersrol op zich neemt. Doet hij of zij dit niet, dan zullen leerlingen deze rol op zich nemen en bepalen zij welke normen gelden in de groep. Door niet af te wachten tot de groep normen vaststelt, maar deze in een vroeg stadium samen met de groep te formuleren, heeft de leerkracht de regie en voorkomt hij of zij een onrustige sfeer.

De leerkracht kan de volgende dingen doen om invloed te krijgen op pestgedrag:

- Realiseer je dat je hoe dan ook de norm bepaalt, ook als je niets doet, geen regels stelt en niet ingrijpt;
- Neem vanaf de eerste les de leiderschapsrol in en stuur in een vroeg stadium de groepsnormering;
- Neem signalen of klachten van leerlingen of ouders over pesten altijd serieus;

- Vermoed je een pestprobleem: laat betrokkenen weten dat je ziet wat er gebeurt en bied aan te willen helpen. Houd vinger aan de pols, maar grijp niet direct in. Geef leerlingen de kans het zelf op te lossen, eventueel met jouw aanwijzingen;
- Maak het leerlingen gemakkelijk met vragen over pesten bij je te komen en verlaag de drempel door duidelijk te zijn over hoe jij hiermee omgaat;
- Maak leerlingen bewust van hun eigen invloed op de sfeer in de groep en stuur daar ook op;
- Ben je mentor? Vervul een vertrouwensrol, zorg voor een *helicopterview* en deel de in de groep gemaakte afspraken met collega's;
- Blijf met collega's in gesprek over observaties, gevoelens en incidenten en stem met elkaar af welke interventies geschikt zijn binnen deze groep. Samen met jouw collega's heb je de puzzelstukjes aan informatie over wat er speelt in een groep in handen;
- Erken dat ook in jouw klas wordt gepest en geef toe als je even niet weet wat te doen, het zorgt voor relativering en maakt de stap naar het vragen van hulp kleiner. Pesten is een ingewikkeld proces en vindt ook nog meestal buiten jouw zicht plaats. Niet de vinger kunnen leggen op wat er speelt, niet meteen weten hoe te handelen kan een onzeker gevoel geven en daar zal de groep op reageren. Onzekerheid met collega's delen creëert een klimaat waarin je je kwetsbaar naar elkaar op kunt stellen, waardoor je elkaar kunt ondersteunen en samen tot oplossingen kunt komen.

### **Adviezen aan ouders:**

#### Ouders van gepeste kinderen:

- Houd de communicatie met uw kind altijd open;
- Als pesten niet op school of in de taxi/bus gebeurt, maar in de thuisomgeving probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken;
- Pesten op school of in de taxi/bus kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken;
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen;
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een hobby;
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.

#### Ouders van pesters:

- Neem het probleem van uw kind 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 anderen aandoet;
- Besteed extra aandacht aan uw kind;
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een hobby;
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind;
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.

#### Alle andere ouders:

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus;
- 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 anderen op te komen;
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen.

## **Routekaart bij pestgedrag**

Aan het begin van het schooljaar stelt de leerkracht-groepsleiding samen met de leerlingen gedragsregels op waaraan gedurende het hele schooljaar actief aandacht aan wordt besteed.

Wanneer pesten plaatsvindt ervaren we dat als school als een gezamenlijk probleem voor zowel de gepeste kinderen, de pesters, de andere kinderen, de leerkrachten en de ouders. School hanteert de volgende procedure

### **Stap 1**

Een kind dat gepest wordt of merkt dat een ander kind gepest wordt, meldt dit aan de leerkracht. Wanneer ouders merken dat een kind pest of slachtoffer is, melden zij dit bij de leerkracht.

De leerkracht bespreekt het betreffende pestgedrag met de betrokken kinderen en met de groep, ze wijst op de binnen de school afgesproken gedragsregels.

Ouders van de pester en de gepeste worden door de leerkracht op de hoogte gesteld.

De betrokken leerlingen worden gestimuleerd om er samen uit te komen.

De leerkracht biedt altijd hulp aan de gepeste leerling en begeleidt de pester.

*Als dit onvoldoende resultaat heeft volgt stap 2.*

### **Stap 2**

De leerkracht brengt de pester en de gepeste opnieuw bij elkaar voor een verhelderinggesprek en probeert samen met hen de pesterij op te lossen en (nieuwe) concrete gedragsafspraken te maken. Ook wordt de pester gewezen op stap 3, 4 en 5 van de route kaart.

Ouders van de pester en de gepeste worden door de leerkracht op de hoogte gesteld.

*Als dit onvoldoende resultaat heeft volgt stap 3.*

### **Stap 3**

Wanneer het pestgedrag aanhoudt worden de ouders van de pester in het bijzijn van de pester door de leerkracht op de hoogte gesteld van het pestgedrag. Aan het einde van dit gesprek worden afspraken met de pester doorgesproken en vastgelegd. Ook de op te leggen sancties bij overtreding van de afspraken worden daarbij vermeld.

*Als dit onvoldoende resultaat heeft volgt stap 4.*

### **Stap 4**

Als het pestgedrag blijft aanhouden volgt een gesprek met de pester en ouders met de betrokken teamleider, met als doel verbetering van het gedrag.

*Als dit onvoldoende resultaat heeft volgt stap 5.*

### **Stap 5**

Als het pestgedrag van de pester niet aanzienlijk verbetert en/of wanneer de ouders van het kind onvoldoende meewerken om het probleem ook aan te pakken kan de teamleider of de directeur overgaan tot bijzondere maatregelen zoals het tijdelijk uitsluiten van de pester bij bepaalde lessen of activiteiten.

### **Verslaglegging:**

De leerkracht/pedagogisch medewerker zorgt bij iedere stap (teamleider bij stap 4) voor een heldere verslaglegging inclusief de gemaakte afspraken. Dit wordt vastgelegd in het logboek/notitie in ParnasSys en/of Caress. Door het vastleggen kan de leerkracht of opvolger ook in de toekomst alert blijven op het gedrag van de leerling.

*Eigenaar: Commissie van Begeleiding De Oeverpieper  
Vastgesteld februari 2022*