

Pesten en de vijf-partijen-aanpak

**Wat je pest
ben je zelf**



Inhoud

Pesten en de vijf-partijen-aanpak.....	2
Het begrip pesten, de kenmerken, de signalen.....	2
Pesten gaat verder dan plagen.....	2
Hoe willen we daar op basisschool Honesch mee omgaan?.....	2
De vijf-partijen-aanpak.....	4
A: Tips voor ouders.....	5
B: Tips voor de leerkracht.....	5
C: Tips voor leerkrachten en ouders.....	5
D: Tips voor kinderen die gepest worden.....	6
Literatuur voor site over pesten.....	7



Pesten en de vijf-partijen-aanpak

Op basisschool Honesch vinden we het belangrijk dat kinderen met plezier naar school gaan. Kinderen moeten in een veilige omgeving kunnen spelen en werken. Dit betekent dat het schoolklimaat veel aandacht dient te krijgen. We willen voorkomen dat kinderen gepest worden en als het toch voorkomt, dan pakken we het pesten adequaat aan doormiddel van de vijf-partijen-aanpak.

De vijf-partijen-aanpak bestaat uit 5 delen: voor het gepeste kind, voor de pester, voor de middengroep, voor de ouders en voor de leerkrachten.

Het begrip pesten

Pesten is het systematische en langdurig uitoefenen van psychologisch of fysiek geweld door één of meerdere personen ten opzichte van één persoon, die niet (langer) in staat is zichzelf te verdedigen.

De kenmerken

- Het pesten gebeurt systematisch.
- De macht is ongelijk verdeeld.
- Het heeft een psychische of fysieke schade als gevolg.
- De gepeste is niet weerbaar.
- De bedoeling is om angst te veroorzaken of schade te berokkenen bij de gepeste.
- Het is een universeel verschijnsel.

De signalen

- Altijd een bijnaam, nooit bij eigen naam noemen
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- Beledigen
- Schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer
- Op weg naar huis achterna rijden
- Opmerken maken over kleding en uiterlijk
- Isoleren
- Buiten school op wachten, slaan of schoppen

Pesten gaat verder dan plagen

Het is belangrijk pesten niet te verwarren met plagen. De negatieve opzet die bij pesten hoort, is bij plagen veel minder sterk aanwezig. Ook is een plagerij een meer tijdelijk iets en zijn de gevolgen niet zo ernstig.

Hoe willen we daar op basisschool Honesch mee omgaan?

We beschouwen pesten als een groepsprobleem. Bij het aanpakken van pestgedrag hebben we oog voor de hele groep. Versterkers moedigen het pesten aan, assistenten pesten mee en buitenstaanders



laten het gebeuren. Zonder verdedigers maakt een gepest kind geen kans.

In de groepen stellen we regelmatig een onderwerp aan de orde doormiddel van de posters van “kids tegen geweld” en we besteden aandacht aan de “Week van het pesten” aan het begin van het schooljaar.

Daarnaast hebben we op onze school een algemene regel:

Je stoort elkaar niet door gedrag, houding of taalgebruik !

Dat betekent:

- Ik accepteer de ander en discrimineer niet
- Ik scheld niet uit en doe niet mee aan roddelen
- Ik blijf van de ander en de spullen van een ander af
- Ik bedreig de ander niet
- Als iemand mij hinder, vraag ik haar of hem daarmee te stoppen
- Als dat niet helpt vraag ik de leerkracht om hulp
- Wij helpen elkaar om ons aan de afspraken te houden

Om pesten te stoppen/binnen de perken te houden, hanteren we de volgende vier stelregels:

1. Bij pestgedrag wordt het inschakelen van de leerkracht niet opgevat als klikken. Als je wordt gepest of als je ruzie met de ander hebt en je komt er zelf niet uit, dan mag je hulp aan de leerkracht vragen. Ook thuis mag/moet je praten over pestgedrag.
2. De klasgenoten hebben ook een verantwoordelijkheid bij pestgedrag. Zij worden geacht problemen bij de leerkracht aan te kaarten. Het uitgangspunt is dat alle leerlingen verantwoordelijk zijn voor een goede sfeer in de groep.
3. Je behandelt een ander zoals je zelf behandeld wilt worden.
4. School en ouders werken samen. School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Dit neemt niet weg dat beide partijen moeten waken over eigen grenzen. Het is uitdrukkelijk niet de bedoeling dat ouder naar school komen om eigenhandig een probleem voor hun kind op te komen lossen. Ouders, leerkrachten en directie lossen problemen in overleg op.



De vijf-partijen-aanpak

1. Als er gepest wordt volgt er een afzonderlijk gesprek met de pester, de middengroep en met het kind dat gepest wordt.
2. De leerkracht heeft (telefonisch) contact met de ouders van alle betrokken kinderen.
3. Van de gesprekken wordt een verslag gemaakt dat wordt opgenomen in het leerlingdossier.
4. Er worden duidelijke schriftelijke afspraken gemaakt met de pester en de kinderen uit de middengroep. In deze afspraken staat in ieder geval ook vermeld welke sancties er volgen als de gemaakte afspraken niet worden nageleefd.
5. Na uiterlijk twee weken wordt de balans opgemaakt; hoe werken de afspraken, is er een verandering in het gedrag te zien?
6. Er volgt een afzonderlijk gesprek met de pester, de middengroep en het gepeste kind.
7. Als er geen duidelijke verandering in het gedrag van de pester is te zien volgt er een gesprek met de ouders.
8. De sancties zoals afgesproken in stap 4 worden opgelegd.
9. Na afloop van de straf wordt met het kind besproken hoe hij/zij dit ervaren heeft en wat hij/zij er van geleerd heeft.

1. Steun bieden aan het kind dat gepest wordt:

- Naar het kind luisteren en zijn/haar problemen 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.

2. 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, bijvoorbeeld sociale vaardigheidstraining.

3. De middengroep betrekken bij de oplossingen voor 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.

4. De school, het team steunen:

- 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.
- Duidelijkheid bieden in de vorm van de vijf-partijen-aanpak.

5. De ouders steunen:

- Ouders die zich zorgen maken over pesten serieus nemen.
- Informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt.
- In samenwerking tussen ouders en school het pestprobleem aanpakken.



- Zonodig de ouders doorverwijzen naar deskundige ondersteuning.

A: Tips van ouders voor ouders

- Over pesten moet je praten. Thuis en op school.
- Luisteren naar je kind en niet meteen boos worden.
- Aanmoedigen om pesterijen verbaal op te lossen en niet met geweld (onder andere: vechten, schelden, terugpesten).
- De pester positief benaderen en niet alleen ingaan op zijn negatieve gedrag.
- Het gepeste kind in zijn waarde laten en zorgen voor acceptatie. Zoeken naar de aanleiding van pesten. De gepeste zelf naar oplossingen laten zoeken.
- De meelopers als belangrijke groep aanspreken.
- Vergroten van de weerbaarheid van je kind. Je kind leren om 'nee' te zeggen als hij iets niet wil.
- Positieve houding aannemen ten opzichte van je kind. Hoe meer zelfvertrouwen een kind heeft, hoe positiever zijn zelfbeeld, hoe sterker het kind zich voelt.
- Als ouder het goede voorbeeld geven: respect voor anderen, tolerantie.
- Emoties en gevoelens van kinderen (pester, gepeste, rest) via rollenspelen naar buiten proberen te krijgen; ervaren van verschillende rollen die je kan hebben in een groep en de effecten daarvan.
- Confronteren met eigen gedrag.
- Geregeld contact zoeken met de leerkracht van je kind: wat gaat goed en wat gaat minder goed, wat zijn de regels rondom pesten (pestprotocol). Weten dat ook na schooltijd de school betrokken blijft bij pesten, ook al heb je te maken met kinderen van een andere school; de school er bij betrekken.

B: Tips voor de leerkracht

- aandacht voor normen en waarden in de groep, aandacht voor 'omgaan met jezelf en de ander', zorg om een kind snel delen met de ouders.

C: Tips voor leerkrachten en ouders

Hoe zou je kunnen omgaan met **de pesters**?

- Praten, zoeken naar redenen van pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling)
- Zoeken naar oplossingen
- Laten inzien wat het effect van zijn/haar pestgedrag is voor de gepeste
- Benadrukken van de sterke kanten
- Excuses laten aanbieden
- Laten spelen bij het kind dat hij/zij pest
- Laten inzien dat dat kind ook heel leuk kan zijn
- Ouders informeren en daarmee praten of leerkracht informeren en daarmee praten
- Agressief pestgedrag niet vergelden met harde lichamelijke straffen
- Regel: Pesten is verboden. Aan deze regel de hand houden. Straffen als kind wel pest - Belonen als kind zich aan de regel houdt
- Nagaan welke voorbeelden het kind heeft (broers - zussen - televisie - vrienden – volwassenen)
- Extra aandacht voor de pester, inleven in het kind, wensen
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de 'stoppen-eerst- nadenken-houding' of een andere manier van gedrag aanleren om je tegenover je vrienden te laten gelden (sport, bijv. judo)
- Zoeken van club, sport (bijvoorbeeld krachtsport) waar kind kan ervaren dat contact met andere kinderen wel leuk kan zijn
- Inschakelen van hulp (bijvoorbeeld sociale vaardigheidstrainingen).



BASISSCHOOL HONESCH!

Hasseltweg 10 7481 VB Haaksbergen T 053 572 15 48 DIRECTIE@HONESCH.NL WWW.HONESCH.NL



Hoe zou je kunnen omgaan met **de gepesten**?

- Medeleven tonen, het is echt heel vervelend, accepteren dat het zo is
 - Luisteren en vragen; waar, wanneer, hoe, door wie wordt gepest
 - Nagaan hoe het kind dan zelf reageert, wat doet hij/zij voor, tijdens en na het pesten
 - Laten inzien dat bijvoorbeeld huilen een slechte reactie is
 - Nagaan welke oplossingen het kind zelf wil
 - Zoeken en oefenen van andere reactie bijvoorbeeld je niet meer afzonderen, terugschelden, assertiever optreden
 - Sterke kanten van het kind benadrukken
 - Belonen als het kind zich anders/beter opstelt
 - Praten met de leerkracht en/of praten met de ouders van de pester en/of praten met de ouders van de gepeste
 - Het gepeste kind niet 'overbeschermen', bijvoorbeeld naar school gaan brengen of 'ik zal het de pestkoppen eens gaan vertellen'.
- * Inzetten van SOVA training.

Hoe kun je reageren **tijdens en na een pestsituatie**?

- Afhankelijk van de situatie:
 - o Niet ingrijpen, het zelf uit laten zoeken
 - o Afleiden.
- Bijvoorbeeld "als er harde klappen vallen, een kind altijd de dupe is":
 - o Ingrijpen
 - o Partijen laten afkoelen en dan bemiddelen, de kinderen hebben een probleem
 - o De kinderen zelf oplossingen laten bedenken voor hun conflict (beter dan van 'bovenaf' oplossingen aanpraten)
 - o Geen partij kiezen
 - o Een oplossing kiezen die voor beide partijen echt acceptabel is
 - o Een afspraak maken om na een tijdje te bekijken hoe de gekozen oplossingen werken
 - o Regels stellen - bij overtreding van regels volgt straf.
- En heel belangrijk:
 - o Werken aan een positieve sfeer thuis en op school
 - o Erachter zien te komen waar bepaald gedrag vandaan komt.

D: Tips voor kinderen die gepest worden

Bedenk je dat je niet de enige bent die gepest wordt; pesten komt juist veel voor. Je hoeft je niet te schamen, want het is niet jouw schuld. Het gebeurt gewoon, om de een of andere reden. De pesters moeten zich juist schamen, want zij doen iets lafs. Het belangrijkste is dat je weet dat er een oplossing te vinden is. Het zal echt niet altijd zo blijven. Het is heel gewoon als het je in je eentje niet lukt om van het pesten af te komen. Praat er daarom over met iemand, bijvoorbeeld een vriend, je ouders, je opa of een buurvrouw. Zeg het ook tegen de meester of juffrouw, misschien kan die iets bedenken. Je kunt het verder vertellen aan je knuffel of je dagboek, dat kan opluchten. Het is geen klikken als je het vertelt. De pesters doen iets fouts, en bezorgen jou daarmee een probleem dat je niet in je eentje kunt oplossen. In de bibliotheek zijn boeken te vinden over pesten. Het kan prettig zijn om die te lezen, omdat je merkt dat je niet de enige bent en omdat het je op ideeën kan brengen. Zeg tegen de pestkoppen dat ze ermee



op moeten houden. Dat kan moeilijk zijn, want misschien moet je eerst nog leren om meer voor jezelf op te komen en niet zo bang te zijn voor pesten. Daarvoor zijn echt wel manieren, bijvoorbeeld op een sport gaan of met iemand praten. Het helpt vaak als je leuke dingen gaat doen, bijvoorbeeld op een club gaan. Als je daar leuke kinderen leert kennen, merk je vanzelf dat er ook nog anderen zijn in de wereld, waarmee je het wèl fijn kunt hebben.

Literatuur en sites over pesten

Boeken

Drs. B. van der Meer, Wat volwassenen ervan moeten weten en eraan kunnen doen. Kosmos – Z&K Uitgevers, Utrecht/Antwerpen, 1993.

Stichting Opvoedingsinformatie. Schelden, schoppen, slaan. Amersfoort, 1993. Een brochure over omgaan met agressie in de opvoeding.

Pesten op school aangepakt. Overzicht van lesmateriaal en achtergrondinformatie, inclusief adressen. Landelijk Centrum GVO, 1992.

Sites

<http://pesten.pagina.nl>

<http://www.pestweb.nl>

<http://www.ouders.nl>

<http://www.pesten.net>