

Anti-pestprotocol



Kindcentrum de Dompelaar

Elsendorp
LIKE ME

De kracht van het samen oppakken



IN ELSENDORP STAAT
LIKE ME VOOR :

- L ike me (Je bent goed zoals je bent)
- E edereen hoort erbij!
- K ijk en kies. Wat doe jij?
- E lkaar respecteren begint bij jou!

M et elkaar, samen!

E cht en eerlijk zijn!



samen werken aan
een fijne tijd voor iedereen

St. Janstraat 49/51

5424 TS Elsendorp

Tel. 0492-359006

Website: www.dedompelaar.nl

Inhoudsopgave

Inleiding.....	3
Het doel van het anti-pestprotocol	3
Preventief beleid.....	3
Kwink	4
Observatiesysteem SCOL en KIIJK!	4
Fides	5
Wat verstaan wij onder pesten?	6
Vormen van pesten.....	6
Welke rollen zijn er?	7
Signalen voor een peestsituatie	8
Stappenplan (Nog kijken hoe we dit willen vorm geven. Een combi van beide lijkt me handig.)	9
Aanpak van ruzies en pestgedrag in vier stappen:	9
Eventuele problemen bij de aanpak van pesten	9
Aanspreekpunten	11
Informatie voor ouders van een gepest kind	12
Signalen.....	12
Wat kunt u als ouders van een gepest kind doen?.....	12
Tips:	13
Extra tips online pesten:.....	13
Informatie voor ouders van een pestend kind Signalen	14
Wat kunt u als ouders van een pestend kind doen?	14
Tips	14
Informatie voor alle andere ouders.....	15
Mogelijke instanties waar men extern hulp kan zoeken.....	15

Inleiding

Pesten komt helaas binnen ieder kindcentrum voor. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en willen aanpakken. Enerzijds voeren wij een actief preventief beleid om het pesten op onze school te voorkomen, anderzijds pakken we pestgedrag serieus aan. We streven naar een samenwerking tussen alle betrokkenen: het gepeste kind, de pester, de leerkracht/pedagogisch medewerker, de overige klasgenoten en de ouders.

Dit anti-pestprotocol geeft kinderen, leerkrachten, pedagogisch medewerkers en ouders duidelijkheid over hoe pesten wordt voorkomen en hoe gehandeld wordt wanneer er gepest wordt. We volgen dit protocol met als doel om een goed pedagogisch klimaat te creëren en alle kinderen zich veilig te laten voelen binnen ons kindcentrum.

Het doel van het anti-pestprotocol

“ Alle kinderen mogen zich binnen KC De Dompelaar veilig voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen”

Door regels en afspraken zichtbaar te maken, kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken.

Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle kinderen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

Directeur, leerkrachten, pedagogisch medewerkers, ouders uit de ouderraad, de medezeggenschapsraad en lokale oudercommissie onderschrijven gezamenlijk dit anti-pestprotocol.

Preventief beleid

Kindcentrum De Dompelaar wil staan voor een sociaal veilige school waarbinnen kinderen zich zo optimaal mogelijk kunnen ontwikkelen. Ons kindcentrum bestaat uit peuterwerk en onderwijs. Hier zijn pedagogisch medewerkers, leerkrachten, onderwijsassistenten, interne begeleiders en een managementteam werkzaam.

Binnen KC De Dompelaar mogen kinderen in hun eigen groep een aanvulling geven op de vastgestelde kindcentrumregels, in overleg met de leerkracht/ pedagogisch medewerker. Die aanvulling wordt opgesteld, door en met de groep, dit zijn de zgn. groepsregels. De groepsregels worden zo nodig in de groep opgehangen. Deze groepsregels worden altijd in de eerste week na de zomervakantie opgesteld met de leerkracht/ pedagogisch medewerker.

Op bouw - en groepsniveau worden met kinderen afspraken gemaakt. Tijdens klassikale informatie - avonden worden deze afspraken met u doorgenomen.

Deze afspraken kunnen bijvoorbeeld betrekking hebben op:

- Het geven van klassenbeurten
- Over de gang van zaken bij ruzie
- Over het spelen van spelletjes
- Over afspraken tijdens kringactiviteiten
- Over het gebruik en verbruik van materialen
- Over passende gymkleding en douchen na de gymles
- Over het omgaan met de computer/ tablet
- Het geven van straf

Kwink, SEO-methode

Door te werken met Kwink leren we de kinderen fundamentele levensvaardigheden, waarmee ze voor zichzelf, hun vriendschappen en hun latere werk effectief en moreel verantwoorde keuzes kunnen maken. Dat is een mooi doel waarmee kinderen op school kunnen oefenen en leren. We willen op KC De Dompelaar graag zoveel mogelijk preventief en groepsbreed werken. Daarom werken wij met Kwink.

Door te werken met Kwink:

- Zorgen we voor een sociaal veilige groep.
- Voorkomen we zoveel mogelijk verstorend gedrag en pesten.
- Verhogen we indirect de leeropbrengsten.

Specifieke, inhoudelijke kenmerken van Kwink:

1. Transitie momenten: Er wordt geoefend in een fictieve wereld waarmee kinderen zich kunnen identificeren, en elke les biedt ook transitie momenten. In de Kwink van de week wordt een concrete gedragsverwachting geformuleerd zodat dit ook meetbaar is voor kinderen en leerkrachten.
2. Actief burgerschap en sociale integratie: Kwink bevordert actief burgerschap en sociale integratie; hiermee wordt voorkomen dat ongenueanceerde meningen, onwenselijke effecten van hypes en grenzeloze emoties op een respectvolle manier in goede banen geleid wordt. Kwink brengt 3x per jaar een actueel katern uit, aansluitend bij; “Week tegen het Pesten”, “Week van de mediawijsheid” en “Week van de Lentekriebels”. Hier maken we adaptief gebruik van.
3. Emotiewoordschat: door kinderen te leren werken met emotiewoorden waarmee ze hun gevoelens kunnen verduidelijken voorkomen we de kans op misverstanden en conflicten en het verbeteren van interactie met anderen.
4. Goed klassenmanagement: dit is voorwaardelijk voor een positieve, sterke groepsvorming en succesvol sociaal-emotioneel leren. Hierbij denken we aan: inrichting van de klas, actieve leertijd, heldere regels/routines, gebruik van instructiemodellen, een goede en prettige communicatie met kinderen en in contact met ouders.

Observatiesysteem SCOL en KIJK!

We maken, naast de dagelijkse observaties en de gesprekken met de kinderen, gebruik van SCOL en KIJK als leerlingvolgsystemen op sociaal-emotioneel gebied.

Om de sociale veiligheid van kinderen te monitoren worden twee instrumenten ingezet. Voor de kinderen vanaf 0 jaar tot en met groep 2 maken we gebruik van Kijk!. Door het vastleggen van observaties in dit systeem wordt de sociaal-emotionele ontwikkeling nauwlettend gevolgd. Vanaf groep 3 tot en met groep 8 maken we gebruik van SCOL. Dit is een Sociale Competentie Observatie Lijst. Door het invullen van SCOL krijgt de leerkracht een goed beeld van het veiligheidsgevoel en welbevinden van ieder kind. Vanaf groep 6 vult ook ieder kind zelf deze vragenlijst in. Naar aanleiding van de uitslag van deze vragenlijsten kan de leerkracht in samenspraak met de intern begeleider en zo mogelijk met betrekken van het kind, het handelen in de klas afstemmen op dat wat het kind of de groep nodig heeft.

Fides

Om kinderen inzicht te geven in hun gedrag werken we op school systematisch met de symbolen van Fides. 'Fides' betekent 'vertrouwen'. Vertrouwen als kind, als jongere of als volwassene in jezelf. Daarmee bouwen we aan de ontwikkeling van totale weerbaarheid bij kinderen, waarbij zelfvertrouwen de basis vormt voor sociaal gedrag. Dit is heel belangrijk in de preventie van pestgedrag. Tevens gaat Fides in situaties waarin pesten wel voorkomt terug naar de kern van de oorzaak: 'Wat gaat er schuil achter het gedrag van pester of gepeste?' Bouwen aan en herstellen van weerbaarheid en zelfvertrouwen zien wij als belangrijkste sleutel tot de oplossing!

In de groepen 1 tot en met 8 worden de volgende 7 krachtige symbolen van Fides aangeleerd:

Symbolen	Betekenis
100 % jezelf	We accepteren wie we zijn en hoe we zijn en dat laten we ook zien. We zijn goed zoals we zijn.
Sleutelbos	We zouden een probleem voor kunnen stellen als een gesloten deur. Om die deur te openen, hebben we een passende sleutel nodig. Als we een bos vol sleutels hebben, zit er bijna altijd wel eentje bij die past.
Rugzak	We hebben als het ware een onzichtbare rugzak. De hele dag maken we vanalles mee en dat levert, samen met onze gedachten, allerlei gevoelens op. Deze ervaringen en de betekenis die we er aan gegeven hebben, hebben invloed op ons gedrag.
Matroesjka	Is een hulpmiddel om onszelf en anderen duidelijk te maken hoe we ons voelen. Het helpt ons om fijne en minder fijne gevoelens te accepteren, om er beter mee om te gaan. Ze zijn er en gaan ook weer voorbij.
Okee – ojee laatje	Ons gedrag wordt erg bepaald door wat we denken. Door 'ojee en oké gedachten' te herkennen, krijgen we inzicht in ons gedrag.
Ballon	Bij het werken aan zelfvertrouwen en opkomen voor onszelf, is het belangrijk om een goede houding aan te nemen. Dit is te leren door ons een ballon voor te stellen in onze borst.
Domino	Beeldt meeloopgedrag uit en geeft daarmee inzicht in groepsprocessen.

Wat verstaan wij onder pesten?

Plagen gebeurt vaak spontaan, het duurt niet lang en gebeurt niet dag in dag uit. Bij plagen ben je gelijk aan elkaar; niemand is de baas. Ook liggen de rollen niet vast, de ene keer plaagt de één, de andere keer plaagt de ander. Plagen gebeurt zonder iemand pijn te willen doen.

Bij pesten ben je niet gelijk aan elkaar. De pester is vaak verbaal en/of lichamelijk sterker en anderen kijken vaak tegen de pester op. De gepeste is vaak minder weerbaar. Pesten gebeurt doorgaans in een groep en is vaak gericht op dezelfde persoon. Pesten gebeurt moedwillig, met een vervelende bedoeling en voor langere tijd, vaak uit het zicht van toezichthouders.

Vormen van pesten

- Racisme
- Online pesten
- Seksueel (opmerkingen, gebaren en handelingen die seksueel getint zijn tegen de zin van het slachtoffer)
- Negeren (niet mee mogen spelen, niet gezien worden)
- Non-verbaal pesten (slaan, schoppen, haren trekken enz.)
- Verbaal pesten (opmerkingen, uitschelden, kleineren enz.)
- Materieel pesten (spullen vernielen of afpakken)

Online pesten

Het grootste percentage pestgevallen is nog steeds het verbaal pesten. Echter krijgt het online pesten ook steeds meer plaats in onze maatschappij, maar wat is nu online pesten?

- Misbruik maken van privé gegevens
- Uitsluiting van Whatsapp (contactgroepen)
- Verspreiden van beeldmateriaal (sexting, shame-sexting en sextortion)
- Dreigtweets
- Haatcampagnes

Welke rollen zijn er?

Bij pesten onderscheiden we verschillende betrokkenen. Om het pesten aan te pakken is het van belang dat de aanpak zich richt op alle betrokkenen: het gepeste kind, de pester(s), de ouders, de klas/groep en het kindcentrum. We noemen dit de vijf sporen aanpak.

Het gepeste kind

Er zijn helaas meerdere aanleidingen om door anderen gepest te worden. Veel kinderen die worden gepest hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen het pesten en stralen dat dan uit. Deze angst en onzekerheid worden versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor het gepeste kind in een vicieuze cirkel komt waar het zonder hulp niet uitkomt.

De pester

Het komt regelmatig voor dat een pester een kind is dat in een andere situatie zelf slachtoffer is of was. Om te voorkomen weer gepest te worden, kan een kind zich bijvoorbeeld in een andere omgeving als pester gaan opstellen. Een pester is vaak onzeker. Het lukt diegene niet om zich op een andere manier te uiten dan door het ongewenste gedrag te vertonen. Ook pesters hebben last van hun pestgedrag. Door hun beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om gelijkwaardige vriendschap op te bouwen en te onderhouden. Het is van belang om aandacht te besteden aan hun onmacht om met andere kinderen een gezonde relatie op te bouwen.

De ouders/verzorgers

Wanneer een kind wordt gepest, durft hij of zij dit in veel gevallen niet te vertellen. Soms ook niet aan de ouders. Ze kunnen bang zijn dat hun ouders naar het kindcentrum gaan en dat dit dan verkeerd uitpakt. Ze schamen zich vaak dat het hen overkomt en soms denken ze dat ze het pesten zelf hebben uitgelokt of verdienen. Ouders/verzorgers hebben hierin een signaalfunctie en moeten de ruimte voelen om samen met het kindcentrum pestgedrag aan te pakken. Ouders/verzorgers hebben in de opvoeding invloed op het pesten en er ligt ook voor hen een taak om pestgedrag te laten stoppen.

De klas/groep

Wanneer er sprake is van pesten, heeft ieder kind in de klas/groep daar een taak in. We kunnen dit onderverdelen in:

- De meelopers: de ene meeloper doet met de pester mee, omdat hij bang is om zelf gepest te worden. De andere meeloper vindt de sensatie wel spannend en zoekt dit op.
- De omstanders: deze kinderen weten dat er gepest wordt, maar doen er niets aan.
- Aspirant helpers: dit zijn de kinderen in de groep die de gepeste kind eigenlijk wel willen helpen, maar niet precies weten hoe of er wat huiverig voor zijn.
- De helpers: zij nemen het op voor het gepeste kind.

Het kindcentrum

De medewerkers van het kindcentrum en in het bijzonder de leerkracht/PM'er heeft invloed op het pesten, heeft een signalerende rol en zal het pestgedrag bespreekbaar moeten maken met alle betrokken partijen.

Signalen voor een pestsituatie

Er ligt voor alle betrokkenen een taak om een pestsituatie te signaleren. Denk hierbij aan:

- Als er veelvuldig en langdurig beklag is door of over hetzelfde kind.
- Als een kind er vaak ongelukkig en verdrietig uit ziet.
- Als een kind vaak afwezig is (omdat hij niet naar school wil).
- Als een kind iedere keer niet mee mag doen met een spel of als laatste wordt gekozen.
- Als het kind geen of weinig vrienden of vriendinnen heeft.
- Als het kind vaak de dupe is van fysiek of verbaal geweld.
- Als niemand naast het kind wil zitten of er mee wil samenwerken.
- Als er materialen bewust kapot worden gemaakt van hetzelfde kind.

Hiervoor kun je ook gebruik maken van de signaalkaart. Klik [hier](#) voor de signaalkaart.

Stappenplan

Aanpak van ruzies en pestgedrag in vier stappen:

Wanneer kinderen ruzie met elkaar hebben en/of elkaar pesten proberen zij en wij:

STAP 1:

Er eerst zelf (en samen) uit te komen.

STAP 2:

Op het moment dat een van de kinderen er niet uitkomt, (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) is het van belang deze het probleem aan de meester of juf voorlegt. Dit kan op de speelplaats ook via de leerlingen van groep 8 die pleinwacht hebben en wordt niet gezien als klikken.

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. Hierbij gebruikt de leerkracht/ pedagogisch medewerker ondersteunende taal zoals de wonderwoorden en ik- en sorry boodschap. Bij herhaling van ruzies / pesterijen tussen dezelfde leerlingen volgen sancties.

STAP 4:

Bij herhaaldelijke ruzie/ pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een gesprek met de leerling die ruzie maakt/ pest. De fases van maatregelen treden in werking (zie bij consequenties). Ook wordt de naam van de ruziemaker/pester genoteerd op de volgkaart. Bij iedere melding omschrijft de leerkracht 'de toedracht'. Uiterlijk bij de derde melding, indien nodig eerder worden de ouders op de hoogte gebracht van het ruzie-pestgedrag. Leerkracht(en)/ pedagogisch en ouders proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing. De leerkracht biedt altijd hulp aan de gepeste en (begeleidt) de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.

Aanpak van ruzies en pestgedrag

Wanneer er signalen van pesten zijn, kunnen de volgende stappen worden doorlopen:

- De signalen vastleggen in het logboek (Esis) van het gepeste kind/de pester en de juiste informatie verzamelen door gesprekken aan te gaan met het gepeste kind, de pester en eventuele andere betrokkenen.
- In gesprek met de pester: help de pester in te zien wat hij/zij doet met de gevoelens van diegene die hij pest en probeer te achterhalen waarom er gepest wordt.
- In gesprek met het gepeste kind: medeleven tonen, luisteren, vragen stellen en veiligheid bieden.
- In gesprek met de pester én het gepeste kind, zodat van beide partijen duidelijk wordt welke gevoelens er spelen.
- In gesprek met de hele groep en afspraken aan iedereen duidelijk maken.
- Inlichten van ouders van beide partijen.
- Wanneer het pesten niet stopt, overlegt de leerkracht/PM'er met intern begeleider over vervolgstappen.
- Het is afhankelijk van verschillende factoren of en wat de consequenties van pestgedrag zullen zijn. De afspraken van Like me en Fides vormen de basis om hierover te besluiten.

Eventuele problemen bij de aanpak van pesten

Wanneer het pesten niet stopt, zijn er drie groepen die daar iets aan kunnen doen: de pester, de groep en de gepeste. Bij alle drie de groepen kunnen er problemen ontstaan bij het oplossen van het

pestgedrag. Het is belangrijk om voor alle drie de groepen een overzichtelijk plan van aanpak te maken. Voor de pester en de gepeste kan een gesprek met ouders erbij ook werken. Een groepsgesprek behoort ook tot de mogelijkheden om het meeloopgedrag van de groep inzichtelijk te maken. Mocht een gesprek tussen de pester, de groep, de gepeste en de eventuele helpers/meelopers niet werken, dan worden onderstaande consequenties ingesteld.

De consequentie is opgebouwd in 5 fases; afhankelijk hoe lang de pester door blijft gaan met zijn/haar pestgedrag en geen verbetering vertoont in zijn / haar gedrag:

Fase 1:

- Een of meerdere pauzes binnen blijven.
- Nablijven tot alle kinderen naar huis vertrokken zijn.
- Een schriftelijke opdracht, zoals een stelopdracht over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem.
- Door gesprek: bewustwording voor wat hij met het gepeste kind uithaalt
- Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komen aan het einde van iedere week (voor een periode) in een kort gesprek aan de orde.
- Een gesprek met de ouders. Het verslag komt in Esis.

Fase 2:

- 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. De school heeft alle activiteiten vastgelegd en de school heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.

Fase 3:

- Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld zoals opvoed/ opgroeiondersteuner, de schoolarts van de GGD of een andere externe deskundige.

Fase 4:

- Bij aanhoudend pestgedrag kan er voor gekozen worden om een leerling tijdelijk in een andere groep te plaatsen, binnen de school. Ook het (tijdelijk) plaatsen op een andere school behoort tot de mogelijkheden.
- De directie coördineert.

Fase 5:

- In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden.

Aanspreekpunten

Anti-pestcoördinator

Leidt de curatieve aanpak niet tot resultaat, dan kan de inschakeling van een anti-pestcoördinator wenselijk/noodzakelijk blijken.

De anti-pest-coördinator is: Elle Berkers

Vertrouwenspersoon

Ook kan het inschakelen van een vertrouwenspersoon wenselijk/noodzakelijk zijn.

Dit is ook de vertrouwenspersoon voor teamleden en ouders.

De vertrouwenspersoon van KC De Dompelaar is: Elke Dinsbach

Overige contacten binnen het kindcentrum/de stichting

Buiten de scholen zijn er ook externe vertrouwenspersonen voor ons kindcentrum:

Ouders kunnen hun klacht melden of om een advies vragen bij één van bovengenoemde personen.

Informatie voor ouders van een gepest kind

Signalen

- Als een kind bang is om naar school te gaan
- Als een kind onrustig slaapt en last heeft van nare dromen
- Als een kind herhaaldelijk klaagt over buik- of hoofdpijn of misselijkheid
- Als een kind een vervelend gevoel ervaart op zondagavond of aan het eind van de vakantie
- Als een kind nooit klasgenootjes mee naar huis neemt
- Als een kind nooit wordt uitgenodigd voor feestjes
- Als een kind regelmatig thuiskomt met kapotte spullen of verwondingen
- Als een kind een onlogische route kiest om naar huis te gaan
- Als het gedrag verandert, met eventueel een terugval (duimen, bedplassen etc.)

Niet al deze signalen komen bij alle gepeste kinderen voor en al zeker niet in dezelfde mate. Het zijn enkele signalen die alarmbellen kunnen doen afgaan.

Wat kunt u als ouders van een gepest kind doen?

Iemand die gepest wordt, heeft (op dat moment) nog niet de mogelijkheid gevonden om adequaat te reageren op negatieve gedrag van een ander.

1. Klopt het, dat hij of zij gepest wordt? (H)Erkenning van het probleem. Is het daadwerkelijk pesten en hoe ervaart het kind dit?)
2. Door wie wordt hij of zij gepest? (Doorvragen: "Zijn er nog meer?")
3. Waar gebeurt het pesten? (Doorvragen: "Zijn er nog meer plekken?")
4. Hoe vaak wordt hij of zij gepest?
5. Hoeveel dagen, weken, maanden of jaren loopt dit al?
6. Weet de leerkracht/PM'er, of iemand anders, dat hij of zij gepest wordt?
7. Wordt het kind alleen op school gepest of ook elders?
8. Wordt het kind alleen door kinderen van de eigen school gepest of ook door andere kinderen?
9. Wat heeft het kind zelf al aan het pesten proberen te doen?
10. Op welke momenten wordt er niet gepest en op welke momenten wel?
11. Welke kinderen pesten hem of haar nooit?
12. Welke kinderen proberen hem of haar wel eens te helpen?
13. Bespreek samen met het kind, wat hij /zij kan doen tegen het pesten en bekijk samen met het kind welk gedrag hij / zij in een bepaalde situatie wil tonen. En oefen dat. Het kan zijn dat ouders het moeilijk vinden om dit hun kind te leren. Een sociale vaardigheidstraining kan dan ook aangeboden worden.

Tips:

- Maak een duidelijk onderscheid tussen plagen, ruzie en pesten.
- Geef alleen tips, die een kind kan uitvoeren en ook mag uitvoeren.
- Maak geen opmerkingen als: “Als ze mij gepest zouden hebben, dan.....”, want dat zijn opmerkingen waaruit het kind kan halen, dat je in hem of haar teleurgesteld bent.
- Bespreek met je kind een plan van aanpak, bijvoorbeeld naar de leerkracht/PM'er gaan om te vertellen dat het gepest wordt en doe dit stapje voor stapje. Benadruk de successen.
- Vraag aan je kind ook wat goed gaat op school.
- Ga na of een zelfverdedigingssport iets voor je kind is. Veel gepeste kinderen zullen het geleerde niet gaan toepassen, maar wel hierdoor een dosis zelfvertrouwen krijgen, hetgeen ze dan ook weer uitstralen, waardoor pesten vaak afneemt. Ook een teamsport waarin positieve en negatieve feedback wordt gegeven kan hiervoor geschikt zijn.
- Laat het kind een dagboek (logboek) bijhouden.
- Kinderen die langdurig gepest zijn, hebben vaak baat bij een sociale vaardigheidstraining om weer zelfvertrouwen te krijgen in het omgaan met mensen.
- Vertel je kind waarom je blij bent met hem of haar.
- Maak met school concrete afspraken over het aanpakken van pesten. Het pesten moet stoppen! Veel leerkrachten/pedagogisch medewerkers lukt het om pesten te doen stoppen.

Extra tips online pesten:

- Maak afspraken over telefoongebruik. Wanneer en waar mag de telefoon gebruikt worden?
- Deel nooit privégegevens, ook niet met jouw beste vriend/vriendin.
- Bekijk apps samen. Welke instellingen kun je activeren om het account van jouw kind zo privé mogelijk te houden? Doorloop alle tabjes.
 1. Whatsapp – Privacy
 2. Facebook – Instellingen en privacy
 3. Instagram – Privacy en heeft een extra instelling dat je als ouder toezicht kunt houden
 4. TikTok – Instellingen en privacy
 5. Snapchat – PrivacybedieningBij Snapchats kun je soms niet terug naar een foto. Hou de Snap ingedrukt om er een melding van te maken, zodat je daarna ook bewijs hebt.
- Bespreek ook de inhoud van de apps.
 1. Kies bijvoorbeeld een nickname i.p.v. jouw echte naam
 2. Kies een leuke afbeelding i.p.v. jouw eigen gezicht als profielfoto.
 3. Scherm jouw profiel af. Maak hem privé bij instellingen.
 4. Accepteer alleen bekenden/weiger onbekenden
 5. Zet geen foto's van jezelf op sociale media. Ze zijn waarschijnlijk erg leuk, maar anderen kunnen ze bewerken. Hou ze zo neutraal mogelijk.
- Geef jouw kind mee om niet te reageren. Pesters zijn ook online uit op een reactie.
- Reageer op jouw kind door hem/haar te willen helpen, dus niet ‘Waarom heb je dan ook die foto gemaakt? Maak van jouw kind geen schuldige.
- Spreek verwachtingen uit naar jouw kind. Wat verwacht je van hem/haar?
- Controleer ook wat er online gebeurt.

Informatie voor ouders van een pestend kind

Signalen

- Als een kind weigert om met bepaalde personen samen te werken
- Als een kind zich af zet tegen de groep, speelt de baas
- Als een kind snel de zwakke plekken van anderen weet te benoemen en ze daarop pakt
- Als een kind zich moeilijk in anderen in kan leven
- Als een kind moeilijk regels en grenzen aanvaardt
- Als een kind vaker impulsief en agressief reageert
- Als een kind signalen laat zien van een dubbelleven: in de buurt van autoriteit is er niets aan de hand, op onbewaakte momenten misdraagt het kind zich

Niet al deze signalen komen bij alle pesters voor en al zeker niet in dezelfde mate. Het zijn enkele signalen die alarmbellen kunnen doen afgaan.

Wat kunt u als ouders van een pestend kind doen?

Het is niet leuk, als je hoort dat je kind wordt gepest of pest. Pesten is niet alleen belemmerend voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van de gepeste, maar ook voor die van de pester. Omgaan met mensen is een vaardigheid die je leert en waar je je leven lang plezier van kunt hebben. Een pester leert zichzelf verkeerde vaardigheden. Je kunt er dan ook van schrikken als je hoort dat jouw kind pest.

1. Ga met je kind in gesprek. Probeer erachter te komen waarom je kind pest.
Voelt jouw kind zich wel/niet veilig op school?
Voelt jouw kind zich wel/niet veilig thuis?
Pest hij/zij om indruk maken op anderen?
Pest hij/zij om bij een groep te horen.
2. Vertel je kind dat pesten nooit mag. Neem met je kind door hoe hij zich anders tegen het gepeste kind kan gedragen.
3. Neem de tijd om gesprekken met hem/haar te hebben of het lukt om zich aan het bovenstaande besproken gedrag te houden.
4. Lukt dit? Beloon dit gedrag door hem/haar te complimenteren.
5. Lukt dit niet? Vraag jouw kind wat hij/zij hierin nodig heeft. Wanneer hij/zij dit niet kan benoemen vraag om expertise bij het kindcentrum.
6. Blijf het gesprek aangaan met jouw kind, zodat hij/zij weet dat hij/zij met jullie over alles kan praten.

Tips

- Probeer een vriendelijke sfeer in huis te krijgen of te handhaven, waardoor een kind zich fijn voelt thuis.
- Geef het kind positieve aandacht en doe leuke dingen met hem of haar.
- Vraag waarvoor hij of zij pest en ga daar dieper op in. Sommige pesters denken dat als je iemand niet mag, dat je hem dan mag pesten. Als de pester zich ergert aan de gepeste, bespreek dat dan met de leerkracht/PM'er.
- Goede sociale vaardigheden zijn nodig om te slagen in het leven. Lid worden van een teamsport of zelfverdedigingssport kan zinvol zijn voor het ontwikkelen van deze vaardigheden.
- Ga na of het kind genoeg zelfvertrouwen heeft, gekoppeld aan een goed zelfbeeld. Als het pesten niet stopt, is een sociale vaardigheids- of gedragstraining zeer zinvol. Vraag ernaar bij de huisarts. Ook is het mogelijk om je kind via school aan te melden voor sociale vaardigheidstraining. Hiervoor kun je de leerkracht/PM'er of het zorgteam benaderen.
- Ga na of je kind goed in zijn / haar vel zit.
- Neem meer tijd om met je kind over serieuze en minder serieuze zaken te praten.
- Geef structuur.

- Ga na of je kind veel echte vrienden heeft, of heeft hij of zij alleen volgelingen.
- Geef als ouders het goede voorbeeld door bijvoorbeeld positief over de buren en andere mensen te praten.
- Pestende kinderen zijn niet geliefd, maar ook pestende kinderen moeten de kans krijgen om te kunnen genieten van echte vrienden. Een goede sociale vaardigheidstraining kan een kind daarbij helpen.
- Stimuleer je kind om zelf na te denken over het probleem en de oplossing.
- Spreek met school af dat je regelmatig contact met elkaar heeft, om na te gaan of zijn of haar gedrag beter wordt. Niet gepest? Fijn!

Informatie voor alle andere ouders

1. Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
2. Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
3. Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
4. Geef zelf het goede voorbeeld.
5. Leer uw kind voor anderen op te komen.
6. Leer uw kind voor zichzelf op te komen

Mogelijke instanties waar men extern hulp kan zoeken

- GGZ: Alles Kits Kids (bovenbouw basisonderwijs) / zomertraining
- Centrum Jeugd en Gezin: Zij zijn om de x aantal weken op school
- Steunpunt opvoeding: voor ouders
- Schoolmaatschappelijk werk
- Bureau Jeugdzorg
- Veilig Thuis Zuidoost Brabant: Indien wordt vermoed dat kinderen "mishandeld" worden (door ouderen) in relatie met gesignaleerd pest- of slachtoffergedrag, moet de school Veilig Thuis inschakelen.
- Kindertelefoon: is er voor alle kinderen en jongeren van 8 tot 18 jaar die in vertrouwen willen praten over álles wat je bezighoudt. Ook zijn er sites waar je pesten kunt melden en hulp kunt krijgen: www.centraalmeldpuntpesten.org/ en www.meldknop.nl