



LZK School **De Vlinder**
Maashorst

Protocol Pesten

*Hoe om te gaan met pestgedrag binnen
cluster IV-school De Vlinder?*



Stichting Maashorst, Cluster IV-school De Vlinder
Debby ter Horst, orthopedagoog
Jessica Schel, behandelingscoördinator
Ursula de Louw, leerkracht

Reek, juni 2008

Inhoudsopgave

1	Waarom wij kiezen voor een pestprotocol?	3
2	Achtergrondinformatie	3
2.1	Wat verstaan wij onder pesten?	3
2.2	Pesten en autisme	3
2.3	Kenmerken van de pester	4
2.4	Kenmerken van de gepeste	4
2.5	Signalen die wijzen op pestgedrag	4
3	Hoe wordt er gehandeld in situaties, waarin pestgedrag wordt gesignaleerd?	5
4	Op welke wijze wordt in onze school gewerkt aan het voorkomen van pestgedrag?	6
4.1	Preventieve aanpak op schoolniveau	6
4.2	Preventieve aanpak op groepsniveau	7
5	Welke gedragsregels worden in de groep gehanteerd?	7
6	Welke maatregelen worden genomen, indien deze gedragsregels niet worden opgevolgd?	8
7	Hoe kunnen ouders omgaan met pestgedrag?	8
8	Bij dit protocol behorende informatiebronnen	9
9	Bijlagen	
1.	Het PAD-leerplan	11
2.	Websites over pestgedrag	12
3.	Lesactiviteiten	13
4.	Literatuurlijst voor groep 1 tot en met groep 8	16

1 Waarom kiezen wij voor een pestprotocol?

Op iedere basisschool worden kinderen gepest, ook op De Vlinder. Er mag in het algemeen aangenomen worden dat in iedere klas tenminste 1 à 2 kinderen het slachtoffer zijn van pesterijen. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en op onze school serieus willen aanpakken. Wij vinden namelijk dat alle kinderen zich in hun basisschoolperiode veilig moeten voelen.

Op school willen wij elkaar steunen en respect tonen voor de eigenheid van de ander. Wij willen bevorderen dat kinderen elkaar waarderen en we streven ernaar een open en veilig klimaat te scheppen, zodat alle kinderen met plezier naar school gaan. Dat bevordert een optimale groei en ontwikkeling bij elk kind. Daarom kiezen wij voor een pestprotocol. De klassenteams, ouders uit de oudercommissie en de medezeggenschapsraad onderschrijven gezamenlijk dit pestprotocol.

In dit document komt allereerst een stuk achtergrondinformatie over pesten aan bod. Vervolgens komt aan de orde hoe wij in onze school werken aan het voorkomen van en omgaan met pestgedrag. Hierbij komen onder andere onze gedragsregels aan bod. Tenslotte beschrijven we hoe ouders kunnen omgaan met pestgedrag, aansluitend bij de visie en benaderingswijze van de school. Wij vinden het namelijk van belang dat alle partijen bij pestproblemen betrokken worden, dat wil zeggen de leerlingen (de gepeste kinderen, de pesters en de zwijgende groep), de klassenteams (leerkrachten, onderwijsassistenten en stagiaires) en de ouders/verzorgers (hierna genoemd: ouders). Pas dan kunnen we de problemen omtrent pestgedrag goed aanpakken.

2 Achtergrondinformatie

2.1 Wat verstaan wij onder pesten?

Pesten wordt vaak verward met plagen. Ieder kind plaagt wel eens. Plagen gaat tussen twee mensen die elkaar aankunnen. De geplaagde kan zich verdedigen als dat nodig is. Plagen duurt meestal kort en is vriendelijk of zelfs grappig bedoeld.

Onder pesten verstaan wij daarentegen dat één van de twee kinderen zich niet durft of kan verdedigen. De pester heeft alle macht. Pesten komt lange tijd voor bij hetzelfde kind en is kwetsend bedoeld. Pesten gebeurt soms alleen, maar meestal met een groepje kinderen.

Verschillende vormen van pesten kunnen onderscheiden worden. Er kan sprake zijn van lichamelijk geweld (met het lijf), zoals slaan, duwen of schoppen. Daarnaast kan sprake zijn van psychisch geweld (met woorden), zoals uitschelden, bedreigen, beledigen of uitlachen. Tenslotte kan pesten ook zijn dat een kind overal wordt buitengesloten, nooit uitgenodigd wordt voor feestjes en nooit ergens aan mee mag doen. Pesten gebeurt overal: op straat, thuis, maar het meest op school. Jongens pesten vaker dan meisjes.

2.2 Pesten en autisme

Helaas zijn kinderen met autisme een makkelijk doelwit voor pesterijen. Ze hebben veel problemen met andere kinderen, omdat ze door hun informatieverwerkingsproblemen veel zaken niet begrijpen. Hierdoor lopen ze risico gepest te worden. Ze kunnen daarnaast moeilijk inschatten of hetgeen gebeurt toevallig was, of het opzettelijk gebeurde of misschien zelfs wel zo hoort. Sociale situaties kunnen ze hierdoor anders interpreteren. Kinderen met autisme denken hierdoor wel eens dat zij gepest worden, terwijl hiervan geen sprake hoeft te zijn. Verder hebben kinderen met autisme vaak geen 'weerwoord' op pesten. Zij missen de 'social scripts' hiervoor en reageren daardoor misplaatst.

Soms worden kinderen met autisme beschuldigd van pesterijen, terwijl ze zich daar helemaal niet bewust van zijn. Dat komt omdat ze in hun gedrag en oordeel soms alleen aan zichzelf denken. Dat gedrag kan dan opgevat worden als pesten.

2.3 Kenmerken van de pester

Kinderen beginnen met pesten om verschillende redenen. Het kan zijn dat ze op willen vallen bij andere kinderen, maar het kan ook zijn dat ze niet goed weten hoe ze contact moeten leggen met anderen (gebrekkige sociale vaardigheden). Pesters lijken erg veel zelfvertrouwen te hebben in een groep, maar dit is vaak niet waar. Kinderen die pesten zijn vaak juist erg onzeker over zichzelf. Dit proberen ze te verbergen door te gaan pesten, ze hopen zo geaccepteerd te worden door de andere kinderen. De pester is brutaler en lichamelijk sterker dan het slachtoffer. Hij kan behoorlijk agressief in zijn gedrag zijn: de pester ziet het kwaad niet in van geweld, kan zijn agressie moeilijk in de hand houden en reageert snel agressief in verschillende situaties. Vaak zijn pesters jaloers op degene die ze pesten. Een andere reden voor het pesten is dat de pesters vroeger zelf ook zijn gepest. Om te voorkomen dat ze weer gepest worden, gaan ze zelf pesten. Hierdoor laat de pester zien dat hij of zij heel wat durft. Daarnaast willen pesters vaak de baas zijn of kunnen ze pesten uit verveling. Veel pesters weten echter niet eens *waarom* ze pesten. Bij kinderen die pesten, ondervindt de persoonlijkheidsontwikkeling er schade van.

2.4 Kenmerken van de gepeste

Waarom worden kinderen gepest? Hierover bestaan geen wetmatigheden. Wel blijken sommige typen kinderen en gedragingen vaker te leiden tot gepest worden. Kinderen die een verhoogd risico lopen om te worden gepest, vertonen vaak gedrag dat afwijkt van het gedrag dat de meeste leerlingen laten zien. Dit gedrag kan onder andere zijn:

- Volgzzaam gedrag: ze doen letterlijk alles wat gevraagd wordt
- Sociaal ineffectief gedrag: ze trekken zich terug of zoeken op een hinderlijke manier contact met groepsgenoten, omdat ze zich niet houden aan sociale gedragsregels. Hierdoor gedragen ze zich vaak storend en agressief.
- 'Vreemd' gedrag: ze onderscheiden zich in spraak, kleding, haardracht, lichaamsgeur, gewoonte, waarden en normen
- Afkoopgedrag: ze gebruiken snoep en andere cadeautjes om gunsten te kopen
- Klikgedrag: ze vertellen iets aan de leerkracht en overtreden daarmee de groepscode
- Aandachttrekkend gedrag: ze vallen op

Bovenstaande soorten gedragingen geven echter niet de garantie dat kinderen zullen worden gepest. Het anders-zijn van de één kan leiden tot gepest worden, terwijl het anders-zijn van de ander juist statusverhogend werkt.

Kinderen die gepest worden, hebben daar veel last van. Het belemmert zowel hun sociale als hun emotionele ontwikkeling. Ze kunnen depressies, angsten en paniekstoornissen ontwikkelen. Tevens vertonen ze vaker kenmerken van een binnenvetter, in vergelijking met niet-gepeste kinderen. Gepest worden leidt vaak tot een laag zelfbeeld, weinig zelfvertrouwen en minder plezier in school en in het leven. De kans op vrienden wordt kleiner. Er moet dus iets aan gedaan worden om het pesten tegen te houden. In hoofdstuk 3 en 4 wordt ingegaan op de wijze waarop onze school werkt aan het voorkomen van en omgaan met pestgedrag.

2.5 Signalen die wijzen op pestgedrag

Pesten kent dus veel verschijningsvormen. Als pesten op school optreedt, moeten leerkrachten en onderwijssistenten dat, in samenwerking met ouders, kunnen signaleren. Sommige gepeste kinderen vertellen dit aan niemand. Des te belangrijker is het om oog te hebben voor de volgende signalen, die kunnen wijzen op pestgedrag:

- Altijd een bijnaam gebruiken, nooit bij de eigen naam noemen
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- Briefjes doorgeven

- Beledigen, uitschelden
- Opmerkingen maken over kleding
- Isoleren, negeren
- Buiten school opwachten, jennen, slaan of schoppen
- Op weg naar huis achterna rijden
- Naar het huis van het gepeste kind gaan
- Bezittingen afpakken, besmeuren, vernielen of verstoppert
- Schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer
- Afpersen: dagelijks snoep of geld laten meenemen
- Treiteren totdat het slachtoffer huult

Pesten is een groepsverschijnsel. Dat wil zeggen dat er in een klas krachten werkzaam kunnen zijn die het pesten bevorderen. Met name wanneer er in de klas aanhoudend ruzies, spanningen, bedreigingen en conflicten zijn of wanneer de klas steeds onder druk staat (bijvoorbeeld door een te streng schoolsysteem), dan heeft de groep de neiging een zondebok te zoeken.

Signalen waaraan je kunt merken dat een kind gepest wordt:

- Het kind gaat niet graag meer naar school
- De schoolresultaten worden slechter
- Het kind neemt nooit vrienden mee naar huis
- Het kind raakt regelmatig dingen kwijt of vertelt dat zijn/haar spullen zijn vernield
- Het kind heeft steeds vaker blauwe plekken en schrammen
- Het kind klaagt meer dan normaal over hoofdpijn of buikpijn
- Het kind slaapt slecht of heeft nachtmerries
- Er komt nooit een uitnodiging voor een verjaardag voor het kind of het kind wil zijn/haar eigen verjaardag niet vieren.
- Het kind durft steeds minder, wordt steeds bang voor andere kinderen.

Als bovenstaande signalen op school opgemerkt worden, is het van belang dat de betreffende klassenteams actie ondernemen.

3 Hoe wordt er gehandeld in situaties, waarin pestgedrag wordt gesignaleerd?

Het onderwijzend/begeleidend personeel van De Vlinder heeft oog voor de verschillende posities van de leerlingen in de klas. Zij houden in de gaten of bepaalde leerlingen het slachtoffer zijn van pesterijen. Als pestgedrag tussen kinderen wordt gesignaleerd, wordt dit serieus genomen door het klassenteam. Zij zullen het gedrag tussen de betreffende kinderen nauwlettend in de gaten houden en actie ondernemen. Het klassenteam biedt *altijd* begeleiding aan zowel de gepeste leerling als de pester. Hierbij worden positieve interacties en het vergroten van het zelfvertrouwen, in een open en betrokken klimaat, nagestreefd.

Begeleiding van de gepeste leerling kan er als volgt uit zien:

- Medeleven tonen aan, luisteren naar en vragen aan de leerling: hoe en door wie wordt er gepest?
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert: wat doet hij/zij voor, tijdens en na het pestgedrag?
- De leerling in laten zien op welke manieren hij/zij kan reageren op pestgedrag. Huilen of heel boos worden is vaak een reactie die een pester wil uitlokken.
- Zoeken en oefenen van een alternatieve reactie op pestgedrag, bijvoorbeeld: aansluiten bij een groepje in plaats van afzonderen
- De leerling in laten zien wat de reden is van pestgedrag (waarom een kind pest)
- Samen oplossingen uitwerken (eerst nagaan welke oplossing het kind zelf wil)
- Sterke kanten van de leerling benadrukken

- Belonen (schouderklopje, compliment) als de leerling zich anders/beter opstelt
- Inschakelen van hulp voor de leerling zijn, zoals trainingen en cursussen waarin wordt geleerd om om te gaan met lastige situaties en hoe beter door te krijgen wat zich in bepaalde situaties afspeelt
- Bij interpretatieproblemen (bijvoorbeeld als gevolg van autisme) nadrukkelijk uitleggen wat anderen bedoelen

Begeleiding van de pester kan er als volgt uit zien:

- Inleven in het kind, al pratende zoeken naar de reden van het pestgedrag (bijvoorbeeld: baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitensgeloten 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. Pestgedrag wordt gestraft, zich aan de regel houden wordt beloond (schouderklopje, compliment)
- De leerling leren niet meteen kwaad te reageren, maar leren zich te beheersen middels de 'stop-eerst nadenken-houding', tot 10 tellen of een alternatieve gedraging
- Zoeken naar een vrijetijdsbesteding van de leerling (sport of club), zodat het kind kan ervaren dat contact met andere kinderen wel fijn/leuk kan zijn
- Inschakelen van hulp, zoals sociale vaardigheidstrainingen
- Bij interpretatieproblemen (bijvoorbeeld als gevolg van autisme) nadrukkelijk uitleggen wat anderen bedoelen

De problemen van pesten proberen we dus eerst binnen de groep op te lossen, door het bespreekbaar te maken. De betreffende ouders (zowel van de gepeste leerling als de pester) worden op de hoogte gesteld van het pestprobleem. Met hen zal, indien nodig, overleg gevoerd worden. De inbreng van de ouders blijft bij voorkeur beperkt tot het aanreiken van informatie, het geven van suggesties en het ondersteunen van de aanpak van de school. Het is niet de bedoeling dat ouders naar school komen om eigenhandig een probleem voor hun kind op te lossen. Wel wordt er samengewerkt om tegen pestgedrag op te treden. Hoe ouders kunnen omgaan met pestgedrag, staat beschreven in hoofdstuk 7.

Bij herhaaldelijk pestgedrag tussen dezelfde leerlingen, wordt de Commissie van Begeleiding van De Vlinder in kennis gesteld en om advies gevraagd. Alle hulpvragen omtrent pestgedrag worden hier besproken en geregistreerd. Daarnaast wordt dan besloten of een deskundige het klassenteam gaat ondersteunen. Dit kan bijvoorbeeld een orthopedagoog/behandelingscoördinator zijn.

4 Op welke wijze wordt in onze school gewerkt aan het voorkomen van pestgedrag

In situaties waarin pestgedrag wordt gesignaleerd, wordt dus actie ondernomen om adequaat om te kunnen gaan met de betreffende actuele pestproblemen. Er wordt echter op De Vlinder ook actie ondernomen om pestgedrag te voorkomen. Er wordt onderscheid gemaakt tussen een preventieve aanpak op schoolniveau en een preventieve aanpak op groepsniveau.

4.1 Preventieve aanpak op schoolniveau

Pestproblemen proberen we te voorkomen, los van het feit of pestgedrag op school wel of niet aan de orde is. In onze school heerst een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar. Ruzies worden niet met geweld opgelost, maar worden uitgesproken. Agressief gedrag van leerlingen, onderwijzend/begeleidend personeel en ouders wordt niet geaccepteerd. Tevens worden verschillen tussen personen aanvaard. Door deze preventieve aanpak hopen we dat er binnen de school minder gepest wordt.

4.2 Preventieve aanpak op groepsniveau

Als in de lessen structureel aandacht wordt besteed aan pesten, kan het probleem effectief worden bestreden. Op De Vlinder is ervoor gekozen om het PAD-leerplan vanaf het schooljaar 2007-2008, als een doorgaande lijn te introduceren. Het PAD-leerplan is een programma om de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen tussen de vier en twaalf jaar te stimuleren. PAD betekent: Programma Alternatieve Denkstrategieën, oftewel Proberen Anders te Denken. Het PAD-leerplan wordt in iedere klas minstens twee keer per week in het lesrooster opgenomen. In de vorm van een kringgesprek wordt een onderwerp, omtrent pestgedrag, aan de orde gesteld. Het kan hierbij gaan om onderwerpen als veiligheid, omgaan met elkaar, verschillende rollen/posities in een groep, aanpak van ruzies, enzovoorts. Andere werkvormen zijn ook denkbaar, zoals spreekbeurten, rollenspelen (waarin bijvoorbeeld de pester de rol van gepeste speelt), omgangs- en gedragsregels met elkaar afspreken en groepsopdrachten. Dergelijke interventies komen meer tot hun recht in een klassenklimaat van openheid en betrokkenheid. Op De Vlinder wordt naar zo'n klimaat gestreefd. Hierbij is het voorbeeld van de leerkracht of onderwijsassistent van groot belang. Voor een nadere toelichting over het PAD-leerplan, wordt verwezen naar bijlage 1.

5 Welke gedragsregels worden in de groep gehanteerd?

Zoals eerder beschreven heerst in onze school een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar. Een effectieve methode om pesten te stoppen of binnen de perken te houden, is het afspreken van regels voor de leerlingen of nog beter *samen* met de leerlingen. Door regels en afspraken zichtbaar te maken, kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken

Regels die in alle groepen gelden, zijn onder andere:

- Het inschakelen van de hulp van de leerkracht, naar aanleiding van pestgedrag of ruzies (als je de sfeer niet prettig of gevaarlijk vindt), wordt niet opgevat als klikken.
- Een medeleerling heeft ook de verantwoordelijkheid om het pestprobleem (van anderen) bij de leerkracht aan te kaarten. Alle leerlingen zijn namelijk verantwoordelijk voor een goede sfeer in de klas.
- Probeer eerst samen te praten. Vraag anders hulp aan het onderwijzend/begeleidend personeel
- Word je gepest, praat er op school en thuis over. Houd het niet geheim.
- Luisteren naar elkaar
- Nieuwe kinderen willen we goed ontvangen en opvangen. Zij zijn ook welkom op onze school

<i>Wat doen we niet:</i>	<i>Wat doen we wel:</i>
lets bij een ander kind wat je zelf ook niet prettig zou vinden	Je behandelt de ander net zoals jij zelf behandeld wilt worden
Aan een ander kind komen als de ander dat niet wil	Je houdt je handen bij jezelf
Scheldwoorden gebruiken	Elkaar bij de voornaam noemen
Slaan, schoppen of krabben	Handen en voeten bij jezelf houden, tot 10 tellen, stoppen en eerst nadenken
Kinderen buitensluiten	Openstaan voor de eigenheid van de ander
Aan spullen van een ander zitten, dingen afpakken	Op je eigen spullen letten en daar zorg voor dragen
Iemand op het uiterlijk beoordelen, uitslachten	De eigenheid van de ander respecteren en waarderen

Leerlingen hebben zelf in hun eigen groep, in overleg met het klassenteam, een aanvulling gegeven op bovenstaande regels die binnen de school gelden.

De regels worden zichtbaar opgehangen in de groep en staan in de groepsmap beschreven.

6 Welke maatregelen worden genomen, indien deze gedragsregels niet worden opgevolgd?

Leerlingen worden regelmatig gewezen op de gedragsregels die binnen de school en groep gelden. Bij herhaling van regelovertredend (pest)gedrag tussen dezelfde leerlingen volgen sancties.

Consequenties van herhaaldelijk pestgedrag kunnen zijn:

- Eén of meerdere pauzes binnen blijven
- Een schriftelijke opdracht zoals een stelopdracht over de toedracht en de rol van de pester in het pestprobleem
- Door gesprek: bewustwording voor wat de pester met het gepeste kind doet
- Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komen, na een afgesproken periode, in een kort gesprek aan de orde
- Een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets uitlopen
- Bij aanhoudend pestgedrag, wordt via de Commissie van Begeleiding van de school deskundige hulp ingeschakeld, zoals de behandelingscoördinator/orthopedagoog
- Bij aanhoudend pestgedrag kan er voor gekozen worden om een leerling tijdelijk in een andere groep te plaatsen, binnen de school.
- In extreme gevallen kan een leerling geschorst of verwijderd worden

7 Hoe kunnen ouders omgaan met pestgedrag?

Bovenstaand hebben we uitvoerig beschreven hoe wij op school met pestgedrag omgaan. Het is echter van belang dat op meerdere terreinen (in dit geval op school en thuis) tegen pestgedrag wordt opgetreden. Op De Vlinder wordt gestreefd naar een open en transparante communicatie met ouders. Wij willen graag met ouders samenwerken om pestgedrag tegen te gaan. Dit afsluitende hoofdstuk bevat daarom tips over hoe ouders kunnen omgaan met pestgedrag. De beschreven aanpak sluit aan bij de visie en benaderingswijze van school.

Tips voor ouders van gepeste leerlingen:

- Houd de communicatie met uw kind open. Praat met uw kind regelmatig over zijn ervaringen en gevoelens. Dit kan bijvoorbeeld ook door samen een boek te lezen over het onderwerp
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders en begeleiders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken
- Pesten op school kunt u het beste direct met het klassenteam bespreken
- Door voldoende aandacht, waardering en positieve stimulering (schouderklopje, compliment) voor de (kleine) dingen die goed gaan, kan het zelfvertrouwen en –respect van uw kind vergroot worden of weer terugkomen
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport of aansluiten bij een club, zodat het kind positieve ervaringen kan opdoen met leeftijdgenoten
- Neem uw kind serieus en steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt en dat u het kind daarbij helpt
- Sta zelf model: leer uw kind omgaan met lastige situaties door te bespreken hoe u zelf moeilijke problemen oplost en hoe u omgaat met mensen
- Leer uw kind op te komen voor zichzelf en anderen. Help zijn zelfstandigheid en weerbaarheid te vergroten

- Sta open voor contacten met anderen. Isoleer u niet als gezin
- Zie erop toe dat uw kind niet te sterk uit de toon valt door het sterk afwijkend te maken in kleding en gedrag

Tips voor ouders van pesters:

- Neem het probleem van uw kind serieus
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans een pester te worden
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen
- Maak uw kind gevoelig voor wat het andere kinderen aandoet
- Besteed extra aandacht aan uw kind
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport of aansluiten bij een club, zodat het kind adequaat leert omgaan met leeftijdgenoten
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat
- Sta zelf model: leer uw kind omgaan met lastige situaties door te bespreken hoe u zelf moeilijke problemen oplost en hoe u omgaat met mensen

Tips voor 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

8 Bij dit protocol behorende informatiebronnen

Schoolgids De Vlinder, schooljaar 2007-2008

Internet

www.pestten.net

www.iselinge.nl/Scholenplein/pabolessen/02032bwatispesten/inhoud2.htm

Powerpoint Presentatie, Sylvia Hasper, Landelijk Netwerk Autisme

Boeken

Gezond gedrag in de basisschool

Floor Looy & Klaas Houterman

Groningen: Wolters-Noordhoff, 1998

Had me dat eerder verteld, opvoedkundige antwoorden op veel voorkomende problemen.

Prof. Dr. Jan van der Ploeg

Amsterdam: Uitgeverij SWP, 2006

Pubergids autisme, een praktische handleiding

Caroline van der Velde

Amsterdam: CeevanWee, 2007

Pedagogische adviezen voor speciale kinderen, een praktisch handboek voor professionele opvoeders, begeleiders en leerkrachten

Trix van Lieshout

Houten: Bohn Stafleu Van Loghum, 2002

Instanties die kinderen en ouders kunnen helpen

Kindertelefoon: Kinderen kunnen hun hart luchten en eventueel tips ontvangen om het probleem op te lossen. Telefoonnummer: 0800-0432 (gratis).

Opvoedtelefoon: Biedt ouders een luisterend oor, advies en informatie.
Telefoonnummer: 0900-8212205 (20 euro ct. p.m.)

Bijlage 1 Het PAD-leerplan

Het PAD-leerplan is een programma om de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen tussen de vier en twaalf jaar te stimuleren. PAD betekent: Programma Alternatieve Denkstrategieën, oftewel Proberen Anders te Denken. Het PAD-leerplan gaat verder dan alleen het voorkomen van agressie, geweld, pesten, en dergelijke. In het PAD-programma leren de kinderen expliciet om hun eigen gevoelens te herkennen en hiermee om te gaan. Deze individuele gerichte ontplooiing komt in het PAD-leerplan steeds tot stand in relatie tot de ander. Inzicht in eigen gevoelens is een voorwaarde om de gevoelens van anderen te kunnen zien.

Het leerplan richt zich op de volgende vaardigheden:

- Je inleven in de ander; proberen na te denken over wat de ander zou kunnen denken/voelen/willen (empathie).
- Je gedrag onder controle houden, niet als doel op zich, maar om behalve jezelf ook anderen te sparen.
- Leren om zelfstandig en op een effectieve manier problemen in de sociale omgang op te lossen, rekening houdend met de ander.

In het PAD-leerplan is veel aandacht voor positieve gevoelens.

Hoofddoelstellingen van het PAD-leerplan:

- Het bevorderen van de zelfkennis en de sociale vaardigheden van de leerlingen: leerlingen krijgen inzicht in de manier waarop hun emoties invloed hebben op hun eigen functioneren. Daardoor worden ze vaardiger in het omgaan met anderen.
- Het bevorderen van onderwijskundige en opvoedkundige processen in de groep.

De vier thema's in het PAD-leerplan:

- Zelfbeeld
- Zelfcontrole/Gevoelens
- Probleem oplossen



Hiërarchische opbouw van de PAD-lessen:

- De manier waarop de thema's worden aangeleerd: de lessen beginnen bij de ontwikkeling van het zelfbeeld van het kind en gaan, via het omgaan met gevoelens, naar het behandelen van steeds complexere processen, zoals het oplossen van problemen
- De manier waarop de lessen aansluiten bij de leeftijd en het ontwikkelingsniveau van de leerlingen: in de laagste groepen wordt bijvoorbeeld gewerkt met een schilpad als hulpmiddel voor zelfcontrole, in de hogere groepen wordt dit het stoplicht.
- De gebruikte werkvormen en leermiddelen worden steeds complexer: in de lagere groepen wordt veel getekend, gepraat, gezongen en spelletjes gedaan. In de hogere groepen doet het PAD-leerplan een beroep op vaardigheden als een onderzoekje doen, een interview houden, het kunnen beoordelen van het eigen gedrag en gezamenlijk verzinnen van oplossingen

Behalve een hiërarchische structuur kent de PAD-methode ook een cyclische opbouw. Dit betekent dat de thema's in verschillende leerjaren terugkomen en herhaald worden, steeds op een andere manier en met steeds meer nadruk op het complexere thema.

Voor meer informatie en uitleg ligt het PAD-leerplan (inclusief handleiding), ter inzage, in elke klas.

Bijlage 2 Websites over pestgedrag

www.gezondeschool.nl

www.schoolenveiligheid.nl

www.kidstegengeweld.nl

www.pestweb.nl

www.pestenislaf.nl

www.internetwijzer-bao.nl

www.pestten.net

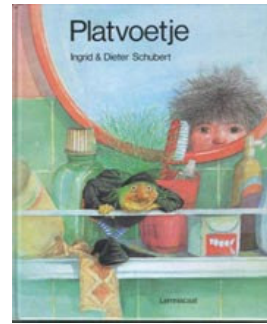
www.kennisnet.nl

www.leesplein.nl

Bijlage 3 Lesactiviteiten

1. Platvoetje

<u>Activiteit:</u>	Voorlezen en tekenen
<u>Doel:</u>	Praten en tekenen over pesten
<u>Leeftijd:</u>	Vanaf 5 tot 11 jaar
<u>Aantal:</u>	Maximaal 14 kinderen
<u>Materiaal:</u>	Het prentenboek Platvoetje (van Dieter en Ingrid Schubert) Papier Kleurpotloden, -stiften of verf



Het bij deze activiteit gebruikte prentenboek 'Platvoetje' biedt goede mogelijkheden om met de kinderen te praten over pesten.
Je start met het verhaal voor te lezen.

Verhaal

Platvoetje is een heks en op een dag merken de andere heksen dat Platvoetje weg is. De andere heksen voelen zich heel schuldig, omdat ze Platvoetje hebben geplaagd (OF BETER GEPEST).

Platvoetje is bij Nikki en ligt achter de beker met de tandenborstel. Nikki weet niet wat ze ziet. Nikki wil haar tandenborstel pakken, maar het heksje is haar voor en probeert op haar tandenborstel weg te vliegen. Het heksje is wil weg, ver weg. Zodra Nikki vraagt waarom, krijgt ze het hele verhaal te horen over de andere heksen die Platvoetje steeds plagen en uitlachen. Het is namelijk zo dat nadat Platvoetje een verkeerde toverspreuk zegt haar voeten weer groeien. Nikki probeert Platvoetje te troosten. Ze vertelt dat zij ook altijd geplaagd wordt vanwege haar grote oren. Het heksje en Nikki worden vriendinnen en Nikki mag kiezen wat Platvoetje voor haar gaat toveren. Nikki wil een draak. Platvoetje doet haar uiterste best. Na een paar mislukte pogingen is daar de draak Jason uit het heksenbos van Platvoetje.

Draak Jason vraagt of Platvoetje terugkomt naar het heksenbos. Hij zegt dat de andere heksen haar nooit meer zullen plagen. Platvoetje gaat mee met Jason en 's avonds ontvangt Nikki een brief. Uiteraard van Platvoetje.

Verwerking

Na het voorlezen van het prentenboek kan het verhaal nabesproken worden. Vervolgens gaan de kinderen een tekening of brief maken.

Jongere kinderen kunnen de hoofdpersonen tekenen.

Oudere kinderen kunnen de brief beantwoorden, die Platvoetje aan Nikki heeft gegeven: de brief in het prentenboek is een getekende brief. Platvoetje maakt met tekeningen aan Nikki iets duidelijk. De kinderen kun je daarop laten antwoorden met een soortgelijke brief.

2. Het Pestkwartet

<u>Activiteit:</u>	Kwartetten
<u>Doel:</u>	Inzicht krijgen in pesten en gepest worden.
<u>Leeftijd:</u>	Vanaf 8 tot 12 jaar
<u>Aantal:</u>	Minimaal 2 en maximaal 4 (groepjes) kinderen
<u>Materiaal:</u>	Het pestkwartet (zie bijlage)

Spelregels kwartetten

Bij aanvang geef je iedere speler acht kaarten. Ieder mag om de beurt een kaart aan zijn medespeler vragen en probeert met een setje van vier kaarten een kwartet te vormen.

Bij minder dan vier spelers vormen de overgebleven kaarten de pot.

Zodra een speler een kaart aan een andere speler vraagt en die speler heeft hem niet, mag er een kaart van de pot worden gepakt. De beurt is dan voorbij. Vervolgens is diegene waaraan de kaart is gevraagd aan de beurt.

Confrontatie

Omdat de kinderen elkaar steeds vragen stellen als: 'Heb je voor mij van - Wat kun je zoal doen tegen pestkoppen?- laten merken dat je kwaad wordt', worden ze geconfronteerd met gevoelens die gepeste kinderen kunnen hebben. Ook horen ze op deze manier ideeën om het pesten te doorbreken.

Verwerking

Na afloop kan aan de hand van dit kwartetspel nagepraat worden over gevoelens en ervaringen (pesten de kinderen zelf wel eens? Worden ze wel eens zelf gepest? Hoe voelt dat?). Er kan nagegaan worden of dat er nog bepaalde vormen van pesten niet in het kwartet zijn genoemd.

De kaarten waaruit het spel bestaat (bij de papieren versie van het protocol pesten zijn deze toegevoegd. Het ligt ter inzage en/of om te kopiëren op school):

1 Waarmee kun je gepest worden:

a/ je uiterlijk. b/ je kleding. c/ je karaktereigenschap. d/ je familie.

2 Wat zeggen pestkoppen meestal?

a/ scheldwoorden. b/ dat je niet mee mag doen. c/ lelijke dingen over je familie. d/ iets gemeens over je karakter of je uiterlijk.

3 Wat doen pestkoppen?

a/ slaan. b/ schoppen. c/ aan je haren trekken. d/ spugen.

4 Waarom wordt je een pestkop?

a/ je wilt stoer doen. b/ je wilt de baas zijn. c/ je bent zelf bang om gepest te worden. d/ je kan je niet verplaatsen in een ander.

5 Hoe kun je voelen als je gepest wordt?

a/ bang. b/ verdrietig. c/ alleen. d/ boos.

6 Wat kun je doen tegen pestkoppen?

a/ zeggen ermee op te houden. b/ laten merken dat je boos wordt. c/ je angst niet laten zien. d/ iets terug zeggen.

7 Hoe moet je pesten tegen pestkoppen?

a/ zet je benen een eindje uit elkaar. b/ ga rechtop staan. c/ kijk hen/haar recht in de ogen. d/ praat duidelijk en niet zacht.

8 Hoe kun je hulp zoeken tegen pestkoppen?

a/ met je ouders erover praten. b/ met de meester of juf over praten. d/ de kindertelefoon bellen(0800-0432)

3. Het pestverdrag

<u>Activiteit:</u>	Pestverdrag sluiten
<u>Doel:</u>	Het pesten in de groep tegengaan
<u>Leeftijd:</u>	Vanaf 8 tot 12 jaar
<u>Aantal:</u>	Complete groep kinderen
<u>Materiaal:</u>	Artikel met achtergrondinformatie over pesten, groot vel papier en kartonnen doos

Deze activiteit is prima toe te passen als het vermoeden bestaat dat er binnen de groep wordt gepest. Het kan misschien helpen om het pesten te stoppen.

Inleiding

Samen met de kinderen kan achtergrondinformatie over pesten en gepest worden bestudeerd worden. Oudere kinderen kunnen bijvoorbeeld zelf informatie opzoeken in boeken of op het internet. Bij de bespreking van de informatie kunnen tevens gevoelens aan de orde komen, bijvoorbeeld hoe het is om gepest te worden of hoe het is om te pesten.

Discussie

Met de groep kan in discussie gegaan worden. Vraag bijvoorbeeld wie er iets wil vertellen over zijn/haar ervaring met pesten of gepest worden. Geef hierbij ook aan dat je weet dat er ook in deze groep wordt gepest. Het is wellicht bedreigend om over pestsituaties binnen de groep te praten, laat de kinderen dan vertellen over pesterijen buiten de groep.

Pestverdrag opstellen

Hierna kun je de kinderen vragen of iedereen het ermee eens is dat het pesten wordt tegengegaan. Het kan gebeuren dat één of meer kinderen het hier niet mee eens zijn en dit durven te zeggen. Probeer ervoor te zorgen dat de hele groep vóór het opstellen van het pestverdrag is. Vervolgens stel je *samen* met de kinderen het pestverdrag op. Vertel de kinderen eerst wat een verdrag inhoudt. In het pestverdrag zet je dat er in de groep niet meer wordt gepest en dat het ieders verantwoording is om het pesten te stoppen.

Pestverdrag ondertekenen

Zodra het pestverdrag is opgesteld, laat je het door alle kinderen uit de groep ondertekenen. Hierna hang je het goed zichtbaar op in de groepsruimte.

Sancties

Er staan sancties op het overtreden van het verdrag. Laat de kinderen zelf de sancties verzinnen. Je moet dit wel enigszins sturen, omdat kinderen waarschijnlijk wel erge sancties bedenken. Het mag natuurlijk nooit zo zijn dat kinderen die zelf pesten in een isolement komen. Als onderwijzend of begeleidend personeel weet je dat kinderen die pesten vaak zelf problemen hebben (zie paragraaf 2.2). De groep moet wel weten dat de persoon die pest, wordt aangepakt (zie onder meer hoofdstuk 3 en 8).

Brievenbus

Vooraf heb je van de kartonnen doos een brievenbus gemaakt. Vervolgens introduceer je deze zelfgemaakte brievenbus en je vertelt dat het ieders taak is om het pestverdrag na te leven. Iedereen heeft dus ook een controlerende taak. Indien een kind ziet dat een ander kind wordt gepest, zelf het slachtoffer is of heeft gepest, moet hij dit melden door een briefje in de brievenbus te doen. De brievenbus kan alleen door het onderwijzend of begeleidend personeel worden geopend. De briefjes mogen anoniem in de bus worden gedaan. Het is wel belangrijk te benadrukken dat dit dus geen klikken is, maar het nakomen van een verdrag.

Niet afronden

Het is beter om dit project niet af te ronden. Het pesten moet altijd een aandachtspunt blijven. Zodra er minder wordt gepest, zal het vanzelf minder aandacht vragen.

Bijlage 4 Literatuurlijst voor groep 1 tot en met groep 8

Een uitvoerige beschrijving van onderstaande boeken ligt ter inzage en/of om te kopiëren op school, zie de papieren versie van het protocol pesten.

<u>Titel</u>	<u>Auteur</u>
(K)walrave	Rom Molemaker
Het Bailey spel	Celia Rees
Donna Lisa	Mirjam Oldenhave
Handen thuis!	Chris Vegter
Ik ben Marit	Elly de Vries
Ik ben niet bom!	Marion van de Coolwijk
Ik wil nooit meer naar school	Corrie Hafkamp
Pestmeiden	Jacqueline Wilson
Platneus	Jos de Valk
Pudding Tarzan	Ole Lund Kirkegaard
Nimkie Stinkie Krukkenbus	Leny van Grootel
Onweer in je hoofd	Cariet Leeuwis
Thomas en Taleesa: het verhaal van je leven	Nanda Roep
De woede van Wino	Peter de Zwaan
De wraak van Deedee	Mina Janssen