

# Anti-pestprotocol



**De Bakelaar**  
kindcentrum

Schooljaar 2024-2025

Schoolstraat 35, 5761 BV Bakel, Tel.: 0492-341552  
[www.debakelaar.nl](http://www.debakelaar.nl)

## Inhoudsopgave

<b>Inleiding</b>	<b>blz. 3</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Doel Anti-Pestprotocol</li><li>• Uitgangspunten KC de Bakelaar</li></ul>	
<b>Preventief beleid</b>	<b>blz. 5</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• B-Good</li><li>• Observatiesystemen Leerling in Beeld en Kijk!</li><li>• Anti-Pestcoördinator</li><li>• Vertrouwenspersoon</li></ul>	
<b>Informatie over pesten</b>	<b>blz. 7</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Wat verstaan we onder pesten?</li><li>• Vormen van pesten</li><li>• Signalen voor een peestsituatie</li></ul>	
<b>Aanpak pesten</b>	<b>blz. 9</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Stappenplan: Aanpak pestprobleem</li><li>• Vijfsporenaanpak</li></ul>	
<b>Bijlagen</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Bijlage 1: Consequenties van pestgedrag</li><li>• Bijlage 2: Begeleiding van gepeste leerling en pester</li><li>• Bijlage 3: Informatie en adviezen aan ouders</li></ul>	 blz. 11 blz. 12 blz. 13

## 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 ons kindcentrum 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.

## Doel van dit Anti-Pestprotocol

*Alle kinderen moeten zich binnen KC De Bakelaar 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 en/of naar de opvang te gaan!

## Uitgangspunten KC de Bakelaar

*Opvang en onderwijs samen onder één hoedje, met aandacht voor elkaar, op basis van vertrouwen.*

## Betrokkenheid

Kindcentrum De Bakelaar staat voor opvang en onderwijs dat het beste uit ieder kind haalt. Dit doen wij door aandacht te hebben voor onze kinderen en door betrokken te zijn bij hun ontwikkeling. Wij denken graag in kansen en mogelijkheden. Daarom kijken wij goed naar de onderwijs- en begeleidingsbehoeften van ieder kind, zodat hij of zij zich optimaal kan ontwikkelen. Met open communicatie betrekken we onze collega's en ouders bij de ontwikkeling van het kind.

## Uitdagen en ontdekken

Ons enthousiaste en gedreven team vindt het belangrijk dat iedereen zichzelf kan zijn en dat onze kinderen met een goed gevulde 'rugzak' vol kwaliteiten en talenten de wijde wereld ingaan. Bij ons kunnen kinderen ontdekken wie ze zijn en kunnen ze zichzelf ontplooien. Daar bieden we de kinderen alle handvatten voor.

## Gehoord en gezien worden

Samen zorgen wij ervoor dat iedereen het fijn heeft op ons kindcentrum. We willen dat ieder kind zich veilig voelt en gehoord en gezien wordt en dat we elkaar met respect behandelen. Dit doen wij door vanaf het begin vertrouwen, structuur, waarden en normen mee te geven en grenzen te stellen. Daarmee creëren we een sociaal veilige sfeer, zowel voor kinderen als voor collega's.

## Verbinden

Als kindcentrum zorgen wij voor een doorgaande lijn van 0 t/m 13 jaar door opvang en onderwijs met elkaar te verbinden. Dit doen wij door er samen voor te zorgen dat de kinderen, bij zowel opvang als onderwijs, goed worden overgedragen naar de volgende groep. Waar mogelijk zoeken wij naar verbinding tussen opvang en onderwijs door gezamenlijke activiteiten. Vanaf het begin bieden

wij een doorgaande lijn in onder andere structuur, dagritme en uitstraling van onze lokalen en het gebouw.

### **Kwaliteiten en talenten**

Ons team leidt en begeleidt de kinderen, waardoor zij uitgedaagd worden tot zelfstandig en betrokken leren. Ook stimuleren wij het samenwerkend leren en spelen, omdat dit bijdraagt aan de autonomie en het eigenaarschap van het kind. Bij het jonge kind besteden wij extra aandacht aan het spelend leren. Wij zijn reflecterend en stellen steeds de vraag: 'Doen we de goede dingen en doen we die dingen dan ook goed?' Zo zijn wij voortdurend alert op de kwaliteit van onze opvang en ons onderwijs.

## Preventief beleid

Binnen ons kindcentrum werken wij met ons eigen programma: B-Good. Daaronder vallen alle programma's en methodieken die wij toepassen gericht op de sociaal-emotionele ontwikkeling en de sociale veiligheid van kinderen. Denk hierbij aan Taakspel (anti-pestprogramma), Leefstijl, Wonderwoordenwinkel, Klassenkracht, Rots & Water, Week tegen Pesten, maar ook putten wij uit diverse bronnen waardevolle activiteiten en hiermee geven wij inhoud aan de B-Goodweken en B-Gooddagen. Hierdoor leren de kinderen sociale vaardigheden en levert het een grote bijdrage aan het creëren van een veilige sociale omgeving.

## B-Good

Met ons B-Goodprogramma werken we preventief, structureel en effectief aan het creëren en onderhouden van een veilig en positief klimaat op ons kindcentrum. B-Good is een programma wat speciaal ontwikkeld en samengesteld is voor Kindcentrum de Bakelaar. Het wordt door de jaren heen steeds bijgesteld naar aanleiding van gesprekken over B-Good met leerkrachten, kinderen en ouders. Zo is het echt een programma wat aangepast is aan de behoeften van ons eigen kindcentrum.

### B-Good staat voor:

- Alles rondom sociaal-emotionele ontwikkeling en welbevinden voor álle kinderen van ons kindcentrum.
- Elk kind heeft recht op veiligheid en geborgenheid en daar zorgen we samen voor.
- Jezelf mogen zijn, "je bent goed zoals je bent".
- Elkaar beter leren kennen. Wie ben ik, wie ben jij en wat voor groep zijn wij?
- Respect, voor jezelf, voor wie je bent en wat je kunt maar ook voor waar je niet goed in bent.
- Positieve communicatie. Vriendelijkheid, leren om op een gezonde manier op te komen voor jezelf en leren om op een gezonde manier conflicten op te lossen. We maken hiervoor gebruik van wonderwoorden.
- Iedereen hoort erbij.

**B**

Staat voor **B**akel,  
**B**e/Zijn, **B**ee/bij



De bij zal het  
gaan verspreiden

**GOOD**

Iedereen is goed  
zoals hij/zij is!

### B-Good is uitgewerkt in een aantal thema's:

1. B-Yourself
2. B-Positive
3. B-Respectful
4. B-Safe
5. B-Together
6. B-Happy

Na de zomervakantie starten we met de Gouden B-Goodweken, zodat we meteen beginnen met het werken aan een positieve leefsfeer en groepsvorming. We geven iedereen een welkom gevoel en bieden veiligheid en vertrouwen. Ook gaan we in op een van de zes thema's die we bij B-Good

onderscheiden. Na iedere vakantie starten we met een B-Gooddag en na de kerstvakantie starten we een nieuw thema op en pakken we terug op de Gouden B-Goodweken van begin schooljaar.

### Observatiesysteem LIB en KIIK!

We maken, naast de dagelijkse observaties en de gesprekken met de kinderen, gebruik van Leerling In Beeld – Sociaal Emotioneel en KIIK! 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 Leerling in Beeld - Sociaal Emotioneel. Door het invullen van LIB – Sociaal Emotioneel krijgt de leerkracht een goed beeld van het veiligheidsgevoel en welbevinden van ieder kind. Vanaf groep 5 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, het handelen in de groep afstemmen op dat wat het kind of de groep nodig heeft.

### Anti-pestcoördinator

Op ons kindcentrum hebben wij een anti-pestcoördinator. Dit is **Marloes Bouwe-van Dijk**.

De taken van de anti-pestcoördinator zijn:

- Verantwoordelijk voor het anti-pestbeleid binnen ons kindcentrum; zicht houden op de berichtgeving en wetgeving, zorgen voor een up-to-date pestbeleid wat voldoet aan de wet.
- Verantwoordelijk voor dat alle direct betrokken partijen kennis hebben van het anti-pestprotocol en het regelmatig onder de aandacht brengen.
- Binnen ons kindcentrum is zij het aanspreekpunt voor alles wat te maken heeft met 'pesten'. Zowel leerlingen, als ouders/verzorgers en medewerkers kunnen een beroep op haar doen. (Ouders en kinderen kloppen in eerste instantie aan bij de eigen leerkracht.)

### Vertrouwenspersoon

Op ons kindcentrum hebben wij een vertrouwenspersoon. Dit is **Els Rutten**.

Bij de vertrouwenspersoon kunnen leerlingen, ouders en medewerkers terecht met klachten of het bespreken van vertrouwelijke situaties. De interne vertrouwenspersoon is gemakkelijk aanspreekbaar, zowel voor de kinderen als voor hun ouders.

Er zijn ook externe vertrouwenspersonen. De externe vertrouwenspersonen zijn deskundigen van **Vertrouwenwerk**. Vanuit Stichting Goo zijn **Marijke Creemers**, **Annelies de Waal** en **Roy Ploegmakers** aanspreekpunten.

## Informatie over pesten

### Wat verstaan we onder pesten?

We doen allemaal wel een iets (al dan niet bewust) wat een ander niet bevalt. De woorden 'plagen' en 'pesten' komen dan ter sprake, maar wat is het verschil hiertussen?

We spreken over plagen wanneer leerlingen min of meer aan elkaar gewaagd zijn. Het gedrag bij plagen is onschuldig en het gaat meestal om een vorm van spel. Plagen wordt door de betrokkenen niet bedreigend of echt vervelend gevonden. Plagen is niet systematisch (steeds weer opnieuw) en heeft geen nadelig gevolgen voor degene die het ondergaat.

We spreken van pesten als dezelfde persoon regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. 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



### Cyberpesten

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

Cyberpesten (of online pesten) is pesten via internet en sociale media. Bijvoorbeeld: een gemeen dreigberichtje sturen, uitsluiting in groepen, iemand uitschelden of belachelijk maken of foto's of filmpjes van iemand anders online zetten. Cyberpesten kan ook anoniem plaatsvinden.

Het cyberpesten vindt grotendeels plaats buiten ons kindcentrum, waardoor direct ingrijpen moeilijk is voor medewerkers. Dat betekent niet, dat wij ons daarom afzijdig houden. Als er signalen komen, nemen wij deze serieus. Bij het voorkomen van cyberpesten is een belangrijke rol weggelegd voor de

volwassenen: houd het internetgebruik van kinderen in de gaten. Wij hebben in de groepen daarom ook lessen rondom Mediawijsheid.

### Signalen voor een peestsituatie

Er ligt voor alle betrokkenen een taak om een peestsituatie 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.



## Aanpak van pesten

### Stappenplan bij pestprobleem

Wanneer er sprake is van een pestprobleem volgen we op KC de Bakelaar de volgende stappen.

#### Stap 1: Melding

*Slachtoffer of ouders van slachtoffer maken een melding van pesten bij de leerkracht.*

Rol leerkracht:

- 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.
- In gesprek met het gepeste kind: medeleven tonen, luisteren, vragen stellen en veiligheid bieden.
- Anti-pestcoördinator op de hoogte brengen.

#### Stap 2: Gesprekken

*Een gesprek met slachtoffer en pester samen.*

Rol leerkracht:

- In gesprek met de pester én het gepeste kind, zodat van beide partijen duidelijk wordt welke gevoelens er spelen.
- Formuleer het probleem helder en maak concrete afspraken. Registreer dit.
- Houdt een incidentenregistratie bij, alle situaties die met probleem te maken hebben worden geregistreerd.
- Anti-pestcoördinator sluit aan indien wenselijk.

#### Stap 3: Groepsplan

*Voorgaande stappen hebben geen verbetering van het pestprobleem teweeggebracht.*

Rol leerkracht en Anti-pestcoördinator:

- Als ouders nog niet betrokken zijn ouders betrekken.
- Groepsgesprek; in gesprek met de hele groep over pesten en hun eigen rol hierin. Hierbij mogelijke manieren van aanpak en oplossingen bespreken (extra aandacht voor groepsvorming, steungroepaanpak, rol van helpers).
- Samen een groepsplan opstellen en afspraken aan iedereen duidelijk maken. Groepsplan na 6 weken evalueren.
- Incidentenregistratie bij blijven houden en gemaakte afspraken registreren in Esis.

#### Stap 4: Doelen groepsplan

*Zijn de doelen niet behaald?*

- Doelen bijstellen en terug naar stap 3.
- Groter overleg met meerdere betrokkenen. (IB, KC-leider)
- Externe inschakelen (samenwerkingsverband, dorpsondersteuner, CJG etc.)
- Trajecten opzetten (gedragstraining, kanstraining, etc.)

Het is afhankelijk van verschillende factoren of en wat de consequenties van pestgedrag zullen zijn. De afspraken vanuit B-Good vormen de basis om hierover te besluiten. Bij besluitvorming rondom de consequenties heeft directie een leidinggevende rol. In bijlage 1 staan de fases omschreven die bij het overgaan tot consequenties handvaten bieden.

### **Vijfsporenaanpak**

Bij pesten zijn meerdere partijen betrokken. 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 vijfsporenaanpak. Dit is niet een vaste volgorde, maar alle sporen kunnen naast elkaar lopen.

#### **Spoor 1: Hulp aan het gepeste kind**

Het probleem wordt serieus genomen en er wordt uitgezocht wat er precies gebeurd is. Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen. Er wordt de leerling hulp aangeboden door de leerkracht, intern begeleider of anti-pestcoördinator.

#### **Spoor 2: Hulp aan de pester**

De leerling wordt met zijn gedrag en de gevolgen hiervan voor het slachtoffer geconfronteerd. Er wordt geprobeerd de achterliggende oorzaken voor het pestgedrag boven tafel te krijgen. Er wordt de leerling hulp aangeboden door de leerkracht, intern begeleider of anti-pestcoördinator.

#### **Spoor 3: Professionaliseren van / hulp bieden aan ouders/verzorgers**

Ouders die zich zorgen maken over het pesten worden serieus genomen. Het kindcentrum werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken. Het kindcentrum geeft adviezen aan de ouders in het omgaan met hun gepeste of pestende kind. Het kindcentrum verwijst ouders indien nodig door naar deskundigen.

#### **Spoor 4: De klas of groep / mobiliseren van de zwijgende middengroep**

De leerkracht of anti-pestcoördinator bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen uit de groep hierin. 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 het 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.

Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie.

#### **Spoor 5: Als kindcentrum de verantwoordelijkheid nemen / professionalisering medewerkers**

Het kindcentrum zorgt dat alle medewerkers voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten. Het kindcentrum werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen het kindcentrum zo optimaal mogelijk is waardoor een klimaat ontstaat waarin pesten bespreekbaar gemaakt kan worden en minder kans krijgt. Alle medewerkers van het kindcentrum vervullen een voorbeeldfunctie bij het signaleren en tegengaan van pestgedrag.



## Bijlage 1: Consequenties van pestgedrag

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 groepsgebesprek 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 hoelang de pester door blijft gaan met zijn pestgedrag en geen verbetering vertoont:

### Fase 1:

- Een of meerdere pauzes binnenblijven.
- 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.
- Excuses aanbieden d.m.v. een brief.
- Een 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 ervoor 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.

## Bijlage 2: Begeleiding van gepeste leerling en pester

### Begeleiding van de gepeste leerling:

- Medeleven tonen, luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest;
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten;
- 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 kind pest;
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil;
- Sterke kanten van de leerling benadrukken;
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders/beter opstelt;
- Praten met de ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester(s);
- Het gepeste kind niet 'overbeschermen' bijvoorbeeld naar school brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen'. Hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie, waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen;

### Begeleiding van de pester:

- Praten; 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 het kindcentrum: wij houden ons aan deze regel; straffen als het kind wel pest – belonen (schouderklopje) als het kind zich aan de regels houdt;
- Kind leren om 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?;
- Zoeken van een sport of club; waar het kind kan ervaren dat contact met andere kinderen wel leuk kan zijn;
- Inschakelen van hulp; sociale vaardigheidstrainingen; jeugdgezondheidszorg; huisarts; GGD.

### Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn:

- Een problematische thuissituatie
- Voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen)
- Voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt
- Voortdurend met elkaar de competitie aan gaan
- Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt

## Bijlage 3: Informatie en adviezen aan de ouders

### 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. Echter dat geeft die ander niet het recht om te gaan pesten! Bij pesten zit de pester fout en niet de gepeste.

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.

### 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 burens 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!



**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;
- Wanneer er op school iets gebeurt en het is opgelost, kom er dan thuis niet op terug. Opgelost is opgelost!
- Denk er eens over na wat u zoal bespreekt aan tafel, bedenkt u zich dan dat kinderen heel veel horen en opslaan!