

# Beleid omtrent pestgedrag



de singel  
ontwikkel jouw talenten

*Basisschool De Singel*

Singel 1

4797 BJ Willemstad

tel. 0168-472589

Brin 070A

Directeur: Loeky Wijling

IB'er: Francien Vos

Gedragsspecialisten: Yvette Huisman en Marinka de Ridder

Vastgesteld door het team op: 26 maart 2019

Vastgesteld door MR: mei 2019

## Anti-pestprotocol De Singel

### Inhoud

|   |  |
|---|--|
| Hoofdstuk 1 In dit protocol   |  |
| Hoofdstuk 2 Doelen van dit anti-pestprotocol  |  |
| Hoofdstuk 3 Theorie over pesten<br>3.1 Definitie<br>3.2 Voorbeelden van pestgedrag en enkele cijfers<br>3.3 Gevolgen van pesten<br>3.4 Aanpak van pesten  |  |
| Hoofdstuk 4 Wat doet de Singel?<br>4.1 Niveau 1: Maatregelen voor een algemeen leefkwaliteitsbevorderend klimaat op De Singel.<br>4.2 Niveau 2: Algemene preventiemaatregelen op de Singel.<br><br>4.3 Niveau 3: Specifieke preventiemaatregelen tegen probleemgedrag op de Singel<br>4.4 Niveau 4: Curatieve maatregelen op de Singel, stappenplan |  |
| Hoofdstuk 5 Digitaal pesten   |  |
|   |  |
|   |  |
|   |  |

## Hoofdstuk 1: In dit protocol

In dit protocol wordt verteld wat De Singel doet tegen pesten. We leggen het doel van dit document uit in hoofdstuk 2. In het hoofdstuk 3 wordt de theorie uitgelegd, waarop het anti-pestbeleid van de Singel is gebaseerd. Hoofdstuk 4 beschrijft wat we als school concreet doen tegen pesten. Hier vindt u ook het stroomschema van acties die genomen worden als pestgedrag de kop opsteekt. Hoofdstuk 5 gaat in op digitaal pesten.

## Hoofdstuk 2 Doelen van dit anti-pestprotocol

De doelen van dit protocol zijn:

- Duidelijk maken wat onder pesten verstaan wordt
- Duidelijk maken wat effectief is om pesten te voorkomen of, als dat niet gelukt is, pestgedrag terug te dringen en te laten stoppen.
- De stappen beschrijven die de Singel neemt in geval van pesten.

## Hoofdstuk 3 Theorie over pesten

### 3.1 Definitie

Pesten is een stelselmatige vorm van **agressie** waarbij één of meer personen proberen een andere persoon fysiek, verbaal of psychologisch schade toe te brengen. Het is een **groepsproces** waarbij pesters, gepesten, omstanders of meelopers, volwassen beroepskracht (leraar, sportleraar) en ouders betrokken kunnen zijn. Bij pesten is de **macht ongelijk** verdeeld. Het is steeds hetzelfde kind dat wint en hetzelfde kind dat verliest. Anderen kijken tegen het sterkere kind op. De pester heeft geen positieve bedoelingen; wil pijn doen, vernielen of kwetsen. Het gepeste kind voelt zich eenzaam en verdrietig en is onzeker en bang. (Nederlands Jeugd Instituut, z.d.)

| Plagen?  | Pesten?   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Gebeurt maar één of enkele keren.</li><li>• Bedoeld als grapje.</li><li>• Je vergeet het snel.</li><li>• Niet altijd hetzelfde kind.</li><li>• Je hebt nog veel vrienden en vriendinnen.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Gebeurt bijna elke dag.</li><li>• Wil met opzet pijn doen, kwetsen of iets van hem vernielen.</li><li>• Maakt je heel verdrietig, doet wèl pijn.</li><li>• Altijd hetzelfde kind.</li><li>• Gebeurt vaak als volwassenen het niet zien.</li></ul> |

*Figuur 1. Het verschil tussen plagen en pesten*

### 3.2 Voorbeelden van pestgedrag en enkele cijfers

|                |            |   |
|----------------|------------|---|
| Verbaal pesten | vernederen | 'Haal jij de ballen maar uit de bosjes, je bent niet goed genoeg om mee te voetballen.' |
|                | schelden   | Viespeuk, etterbak, mietje  |
|                | Dreigen    | Als je dat doorvertelt, pakken we je.   |

|                     |   |   |
|---------------------|---|---|
|                     | Belachelijk maken   | Uitlachen om lichaamskenmerken of bij een fout antwoord in de klas. |
|                     | Bijnaam geven   | Rooie, dunne  |
|                     | Gemene berichtjes of briefjes   |   |
| Fysiek              | Trekken, duwen, spugen, schoppen, slaan, laten struikelen, krabben, bijten, haren trekken |   |
| Intimidatie         | Een kind achterna lopen of opwachten  |   |
|                     | Iemand in de val lokken, doorgang versperren  |   |
|                     | Dwingen om bezit af te geven  |   |
| Isolatie            | Dwingen om bepaalde handelingen te verrichten   |   |
|                     | Afspreken om kind niet uit te nodigen   |   |
| Stelen of vernielen | Kind niet mee laten doen met spelletjes/activiteiten                                      |   |
|                     | Afpakken van spullen  |   |
|                     | Beschadigen of kapot maken van spullen  |   |

Figuur 2. Voorbeelden van pesten

## Cijfers

In 2016 geeft 10 procent van de leerlingen uit groep 7 en 8 van het basisonderwijs aan dat zij slachtoffer geweest zijn van pesten. Hiervan geeft bijna 8 procent aan maandelijks gepest te zijn en bijna 3 procent wekelijks. Van de slachtoffers van pesten in het basisonderwijs geeft ruim 67 procent aan persoonlijk gepest te zijn. Bij 7 procent gaat het om cyberpesten. Andere manieren waarop kinderen gepest worden zijn onder meer via telefoongesprekken en briefjes. (Nederlands Jeugd Instituut, z.d.)

Meer cijfers zijn te vinden op <https://www.nji.nl/nl/Kennis/Dossier/Pesten/Cijfers>

### 3.3 Gevolgen van pesten

|               | Gevolgen voor de slachtoffers   | Gevolgen voor de pester  | Gevolgen voor de groep  |
|---------------|---|--|---|
| Korte termijn | Enmalig: zelden traumatiserend.   | Op korte termijn niet negatief. Pesters kunnen op school populair zijn en veel zelfwaardering hebben. Een pestend kind leert dat het doelen kan bereiken zonder op een sociaal aangepaste manier met anderen te onderhandelen. Daardoor kan hij uiteindelijk onaangepaste gedragspatronen ontwikkelen. | <ul style="list-style-type: none"> <li>De verstoring en afleiding die het pesten veroorzaakt hinderen het leren.</li> <li>Op dagen waarop niet-betrokken kinderen iemand gepest zien worden, vinden ze school minder leuk.</li> </ul> |
| Lange termijn | Herhaaldelijk gepest worden: <ul style="list-style-type: none"> <li>Sociale en emotionele problemen;</li> </ul> | Op lange termijn: <ul style="list-style-type: none"> <li>Een grotere kans op ernstige problemen in hun adolescentie.</li> </ul>  | Kinderen die dagelijks geconfronteerd worden met pesten krijgen de boodschap dat:   |

|  |  |   |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meer last van eenzaamheid en depressie;</li> <li>• Verergeren van bestaande problemen;</li> <li>• Vinden zichzelf minder leuk;</li> <li>• Geen vertrouwen meer in leeftijdgenoten;</li> <li>• Bang om naar school te gaan.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ze komen vaker met justitie in aanraking,</li> <li>• Drinken meer alcohol en plegen vaker zelfmoord.</li> <li>• Jongens die pestten zijn later vaker bij vechtpartijen betrokken. Meisjes die vroeger pestten hebben op latere leeftijd een grotere kans om betrokken te raken bij huiselijk geweld en om tienermoeder te worden.</li> <li>• Kinderen van vroegere pestkoppes vertonen op hun beurt weer vaker problematisch gedrag.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• toeschouwers niet ingrijpen,</li> <li>• Slachtoffers verdienen wat ze krijgen,</li> <li>• Macht belangrijker is dan rechtvaardigheid ;</li> <li>• Volwassenen niet goed voor kinderen zorgen.</li> </ul> |
|--|--|---|

Figuur 3. Gevolgen van pesten volgens NJI (z.d.)

### 3.4 Aanpak van pesten

Pesten komt vooral voor in groepen die langere tijd bij elkaar zijn, zoals schoolklassen en sportteams. Pesten kan op verschillende niveaus aangepakt worden. Allereerst is er het preventieve niveau, daarna het curatieve niveau. Pesten is een groepsprobleem.

Op dit moment is er nog veel onduidelijk over wat nu echt werkt tegen pesten ([www.watwerkttegenpesten.nl](http://www.watwerkttegenpesten.nl), z.d.). Het is belangrijk om zoveel mogelijk preventief te werken, om pesten te voorkomen. Een schoolbrede aanpak werkt het best.

In Nederland wordt vaak gekozen voor het 5-sporenbeleid ([www.schoolenveiligheid.nl](http://www.schoolenveiligheid.nl), z.d.). Hier volgt een opsomming van mogelijkheden waarbij de school de vijf verschillende partijen die een rol spelen in een peestsituatie kan ondersteunen gericht op het oplossen van het probleem.

#### 1. De algemene verantwoordelijkheid van de school.

- Als er pestgedrag plaatsvindt, ervaren we dat op school als een probleem voor de groep, de leerkrachten en de ouders van de leerlingen.
- De school schept een veilig pedagogisch klimaat, waarbinnen pesten als ongewenst wordt ervaren en absoluut niet wordt geaccepteerd.
- Leerkrachten en overblijfouders moeten alert zijn op pestgedrag in algemene zin. Zij kunnen signaleren en vervolgens adequaat handelen. De eindverantwoordelijkheid ligt altijd bij de leerkrachten.
- Als pesten desondanks toch optreedt, nemen de leerkrachten duidelijk stelling tegen het pesten.
- Wanneer pesten toch weer de kop opsteekt, onderneemt de school direct stappen.

#### 2. Steun bieden aan de leerling die gepest wordt.

- Naar de leerling luisteren en het probleem serieus nemen.

- Met de leerling overleggen over mogelijke oplossingen.
- Samen met de leerling werken aan oplossingen. Kinderen die voortdurend worden gepest kunnen op twee manieren gaan reageren: ze worden passief of ze gaan uitdagen. Beide vormen van reageren zijn aangeleerd gedrag als reactie op uitstoting. Deze aangeleerde gedragingen zullen moeten worden afgeleerd.
- Waar nodig zorgen dat de leerling deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining om weerbaar te worden.
- Zorgen voor vervolggesprekken

### 3. Steun bieden aan de leerling die pest.

- Bespreken wat pesten voor een ander betekent.
- Helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere leerlingen.
- Helpen om zich aan regels en afspraken te houden.
- Laat de leerling zich veilig voelen; leg uit wat u als leerkracht gaat doen om het pesten te stoppen.
- Stel grenzen en verbind daar consequenties aan.
- Zorgen voor vervolg gesprekken.

### 4. De rest van de klas betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem.

- Het nodig dat er duidelijke omgangsregels zijn. Kinderen dienen met respect met elkaar om te gaan. Dit is een leerproces en school moet kinderen hierin ondersteunen.
- Praat met leerlingen over pesten en hun eigen rol daarbij. Pesten kan stoppen als de groep laat merken het pestgedrag niet acceptabel te vinden.
- Overleg met de leerlingen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.
- Werk samen met de leerlingen aan oplossingen, waarbij zij zelf een actieve rol spelen.

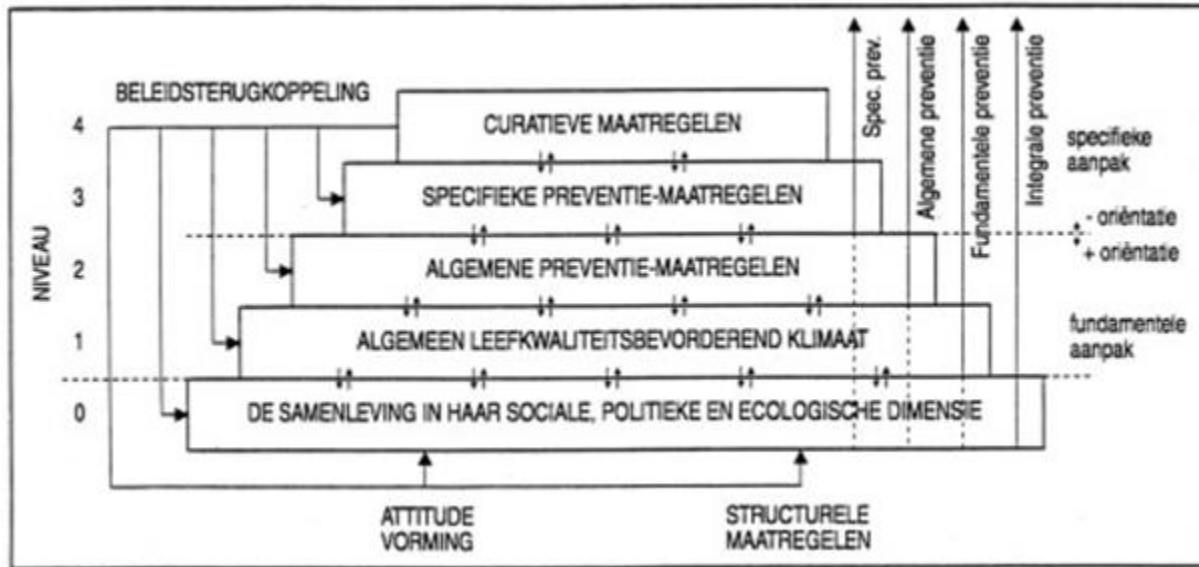
### 5. De ouders steunen.

- Ouders die zich zorgen maken over pesten serieus nemen.
- Ouders op de hoogte houden van peestsituaties.
- Informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt.
- In samenwerking tussen school en ouders het pestprobleem aanpakken. Zowel op school als vanuit de thuissituatie.
- Zonodig ouders doorverwijzen naar deskundige ondersteuning.

Op het curatieve vlak kunnen anti-pestprogramma's worden ingezet. Er is nog geen enkel anti-pestprogramma dat volgens onderzoek echt blijkt te werken tegen pesten.

## Hoofdstuk 4 Wat doet de Singel?

Op basisschool De Singel wordt er preventief gewerkt aan het voorkomen van pesten. Deklerck (2011) onderscheidt binnen scholen 4 niveaus van preventie van probleemgedrag, weergegeven in een piramide (figuur 3). Hij geeft aan dat het belangrijk is om problemen te voorkomen, wat vraagt om maatregelen op niveau 1 en 2.



Figuur 3. De preventiepiramide (Deklerck, 2011)

### 4.1 Niveau 1: Maatregelen voor een algemeen leefkwaliteitsbevorderend klimaat op De Singel.

Allereerst zijn er de missie en de visie van onze school, uitgebreider terug te vinden in de schoolgids:

#### *Samen werken...*

Op De Singel werken leerkrachten samen met de kinderen en hun ouders/verzorgers. We bieden een compleet leerpakket aan zodat elk kind zich zo breed mogelijk kan ontwikkelen. Indien nodig betrekken we externe mensen voor hun specifieke ervaring en expertise. Deze verbondenheid zorgt ervoor dat we als school betrokken zijn en oog hebben voor persoonlijk welbevinden. Zo draagt iedereen zijn steentje bij.

#### *Samen leren...*

Op De Singel leren we van en met elkaar. Kinderen en leerkrachten inspireren elkaar en ook de ouders/verzorgers spelen een actieve rol. Wij blijven ons ontwikkelen in het gebruik van de methode '4 x wijzer', gebaseerd op de meervoudige intelligenties van John Gardner. De kinderen werken voor '4 x wijzer' veel in groepjes en leren van elkaars inzichten en talenten.

#### *Met het kind van nu...*

Op De Singel kijken we naar de capaciteiten van een kind. Elk kind maakt continue ontwikkelingen door en wij bieden daarvoor steeds passend onderwijs. We maken daarvoor gebruik van de CITO monitoring. Om in te spelen op de verschillende niveaus in de groep, wordt de instructie en de lesstof in 5 niveaus aangeboden.

*In de samenleving van morgen....*

Op De Singel bereiden wij onze leerlingen op een duidelijke en krachtige manier voor op de samenleving in de 21e eeuw. Onze leerdoelen zijn gebaseerd op creativiteit, kritisch denken, communiceren, samenwerken, zelfregulering, digitale geletterdheid en sociale & culturele vaardigheden. Ook brengen we kinderen in contact met een geloof en is er ruimte voor hun eigen ontwikkeling. In onze methode 'Trefwoord' komen ook andere geloven aan bod.

Het team van basisschool De Singel heeft het welbevinden van de leerlingen hoog in het vaandel staan. De visie van het schoolteam is dat alle kinderen zich in de basisschoolperiode veilig moeten voelen, zodat ze de kans krijgen zich optimaal te ontwikkelen. We moeten niet vergeten dat je goed gedragen in een groep een leerproces is, waarbij fouten gemaakt worden. En fouten maken mag en moet, om goed te leren.

We gebruiken 4 **gedragsregels**:

- Voor groot en klein zullen we aardig zijn;
- We zullen goed voor onze spullen zorgen, dan zijn ze nog te gebruiken morgen;
- De school is vanbinnen een wandelgebied, daarbuiten lekker niet.
- Behandel de ander zoals je zelf behandeld wil worden.

Leerkrachten gebruiken deze **gedragsregels** als **kapstok** om andere klassenregels aan 'op te hangen'. Ze doen dit samen met de kinderen, aan het begin van het schooljaar. Daarna komen deze regels na vakanties opnieuw ter sprake.

Voor SEL (**Sociaal emotioneel leren**) gebruiken we de methode **Kwink**, geïnspireerd door het Groepsplan Gedrag (Van Overveld, 2012). De methode biedt een doordacht SEL-programma gebaseerd op de laatste wetenschappelijke inzichten. Het is gericht op preventie en de kracht van een veilige groep. Achtergrondinformatie en actuele informatie is te vinden op [www.kwinkopschool.nl](http://www.kwinkopschool.nl)

De school maakt gebruik van de methode **Trefwoord**, een methode voor godsdienstige en levensbeschouwelijke vorming, die de belevingswereld van kinderen en hun emoties centraal zet.

Tot slot zijn er op onze school **activiteiten die bijdragen aan een positief klimaat**. We bedoelen daarmee o.a. de sportdag, de schoolreis, het schoolkamp van groep 8, excursies en culturele vorming, de projectweek, vieringen en acties.

#### **4.2 Niveau 2: Algemene preventie maatregelen op de Singel**

Om de ontwikkeling van leerlingen goed in beeld te krijgen, worden verschillende instrumenten en hulpmiddelen gebruikt. Er is een **overdracht** met het **kinderdagverblijf** m.b.t. VVE-leerlingen en een overdracht tussende Singel en de scholen voor **Voortgezet Onderwijs**. Eerst was er ook een overdracht met de peuterspeelzaal, maar dit gaat niet meer i.v.m. de privacywetgeving.

De school gebruikt een **leerlingvolgsysteem** om leerlingen te volgen. Ook de sociaal-emotionele ontwikkeling wordt gevolgd. Dat gebeurt in de groepen 1 en 2 met behulp van **KIJK!**. In de groepen 3 t/m 8 wordt gebruik gemaakt van **ZIEN! Vanaf groep 5 wordt ook de leerlingvragenlijst door leerlingen**



**ingevuld.** De school onderhoudt **contacten met de ouders** door nieuwsbrieven, Parro, informatie-avonden en door het voeren van gesprekken met ouders.

Het team van de Singel werkt **handelingsgericht**, waarbij zoveel mogelijk uitgegaan wordt van de behoeftes van de leerling en de groep van de leerling.

Leerlingen krijgen **onderwijs in gezondheid en veiligheid**. Dit gebeurt bij verschillende vakgebieden, zoals bij de eerder genoemde methode **Trefwoord** maar ook bij **4xWijzer**, de aanpak van wereldoriëntatie. Op school is ook een **vertrouwenspersoon** aanwezig.

#### **4.3 Niveau 3: Specifieke preventiemaatregelen tegen probleemgedrag op de Singel**

De Singel heeft een **zorgprocedure** voor het bieden van zorg aan leerlingen die dat nodig hebben, ook als het gaat om sociaal-emotionele zorg. Indien dit wenselijk is worden de volgende programma's ingezet: **Taakspel, Meidenvenijn, de Ring-aanpak**. Daarnaast kunnen de **gedragsspecialisten** op school ingezet worden. Natuurlijk hebben we ook dit **anti-pestprotocol**.

#### 4.4 Niveau 4: Curatieve maatregelen op de Singel, stappenplan

Ondanks alle voorgaande maatregelen kan pesten toch de kop opsteken. In dat geval volgen we onderstaand **stappenplan**, waarin het **5-sporenbeleid** verwerkt is. Op deze laag kan de **Ringaanpak**, **Taakspel of Meidenvenijn** naast het stappenplan ingezet worden. De **gedragsspecialisten** worden op dit niveau ingezet. Indien nodig wordt **extern hulp** gezocht. Bovendien kan het bovenschoolse document **Schorsing en verwijdering** ingezet worden.

##### Stap 1 signalering

Het pestgedrag wordt gesignaleerd.  
Dit kan op verschillende manieren, via kinderen, ouders, leerkrachten of andere betrokkenen. Dit wordt aangegeven bij de leerkracht



##### Stap 2 in gesprek

De groepsleerkracht bespreekt het gesignaleerde pestgedrag.  
De leerkracht bepaalt wat in de situatie het meest wenselijk is: de betrokkenen apart of samen te spreken. Dit kan met de klas, individueel of in een klein groepje.  
  
De leerkracht heeft een luisterende rol. De leerkracht analyseert het probleem en beschrijft de onderwijsbehoeften van de leerling(en).  
  
De ouders van **gepeste en pester** worden op de hoogte gebracht van de situatie.



##### Stap 3 korte interventie

De leerkracht overlegt met de ib-er/gedragsspecialist wat de aanpak is voor de komende weken. Dit wordt genoteerd in Parnassys.  
De situatie bepaalt of dit met de klas, het betrokken groepje of individueel wordt besproken.  
  
Dagelijks wordt er besproken hoe het met de groep/leerling(en) gaat. De leerkracht bepaalt zelf of dat dit met de klas, het betrokken groepje of individueel wordt besproken.  
  
De ouders worden geïnformeerd over de aanpak en de stand van zaken.



Interventies kunnen zijn:

- Meidenvenijn
- Beloningsysteem
- Individueel kindplan
- Groepsvormende activiteiten
- Gesprekken
- Kwink-lessen en afspraken die aansluiten herhalen

**Stap 4 Evaluatie**  
Na 4 weken wordt er door de leerkracht en ib-er/gedragsspecialist geëvalueerd of er voldoende resultaat is.  
De ouders worden hierbij betrokken.



Onvoldoende resultaat?

**Stap 5 grote interventie**  
Er wordt een actievere interventie toegepast op de groep, subgroep of individueel.  
Hiervoor wordt er externe hulp ingeschakeld door de intern-begeleider.



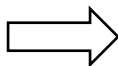
**Stap 6 evaluatie**  
Na 8 weken wordt er door de leerkracht en pest coördinator geëvalueerd.



Onvoldoende resultaat?



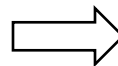
**Stap 6 Externe hulp**  
De situatie wordt in het zorgteam van Expertisecentrum Stichting de Waarden besproken met de ib-er/gedragsspecialist, leerkracht en ouders.



Einde korte interventie  
De leerkracht blijft alert

Grote interventie kan zijn:

- Rots en water
- Ring-aanpak
- Sova-training



Einde grote interventie  
De leerkracht blijft alert

## Hoofdstuk 5 Digitaal pesten

### 5.1 Wat is digitaal pesten?

Digitaal pesten (of cyberpesten) is het pesten of misbruiken via het internet en via mobiele telefoon. Digitaal pesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen op steeds jongere leeftijd er mee in aanraking. Ouders en docenten kunnen moeilijker ingrijpen omdat digitaal pesten lastig traceerbaar is.

### 5.2 Voorbeelden van digitaal pesten

Digitaal pesten kan op veel manieren:

- Pest-mail of app berichten (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- Stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van hate-mail (bedreigen)
- Shame sexting: verspreiding van seksueel getinte beelden van de ander tegen zijn wil in.
- Ongevraagd verspreiden van foto's en filmpjes
- Ongewenst contact met vreemden
- Hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pest-mail.

### 5.3 Preventie van digitaal pesten

We maken de kinderen bewust van de gevaren op internet, de effecten van cyberpesten en de strafbare feiten door:

- Het geven van lessen mediawijsheid (Kwink)
- De inzet van het internetprotocol

### 5.4 Het stappenplan na een melding van digitaal pesten

De school ontdekt of ontvangt een melding van digitaal pesten. De volgende maatregelen worden genomen:

#### 1. Bewaar de berichten als bewijs

Vertel de leerlingen hoe ze dat kunnen doen (screenshot, afdrukken, selecteren en kopiëren).

Overleg eventueel met [www.meldknop.nl](http://www.meldknop.nl)

#### 2. Ga in gesprek met het slachtoffer

Geef kind en ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen zoals het blokkeren van de afzender, niet online reageren,

Draag de klasgenoten op om belastend materiaal uit hun telefoon te verwijderen en verbied verdere verspreiding.

### **3. Probeer de dader op te sporen**

Ga in gesprek met leerlingen en wellicht kan de systeembeheerder of helpdesk provider achterhalen a.h.v. het IP adres vanaf welke computer het bericht is verzonden.

### **4. Ga in gesprek met de dader en breng indien mogelijk de ouders op de hoogte.**

Verzoek hem om foto's/filmpjes te verwijderen.

### **5. Verwijs de dader, slachtoffer en/of ouders zo nodig door**

0800-5010 de onderwijstelefoon of ondersteuning vanuit CJG

In het geval dat een leerling stelstelmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen bij de politie.

## **5.5 Tips bij digitaal pesten**

- Houd je wachtwoord en inlognamen geheim. Vertel ze aan niemand.
- Blokkeer degene die je het bericht stuurt.
- Negeer pest-mails/sms/chat. Stuur geen mail terug. Zo krijgt de pester geen aandacht! Als de pester geen aandacht krijgt, stopt hij/zij vaak.
- Mensen in een slechte bui, schelden soms zomaar tegen iedereen. Dat schelden is niet altijd tegen jou persoonlijk bedoeld.
- Verzamel bewijzen. Als de pester jou al heel lang pest, met hele vervelende dingen, dan helpt negeren vaak niet meer zo goed. Dan moet je bewijzen verzamelen van de pestmailtjes. Maak dan printjes van de pesterijen. Die bewijzen kun je aan je ouders laten zien of je leraar.
- Praat erover. Met je vrienden, ouders of juf/meester.
- Als het pesten toch maar steeds doorgaat en als je wordt bedreigd, dan kun je ook naar de politie gaan. Je kunt dan aangifte doen.
- Vergeet niet: het is niet jouw schuld dat je wordt gepest!  
Het is belangrijk dat ouders controle uitoefenen op het internetgebruik van hun kinderen. Internet biedt ontelbare mogelijkheden voor het vinden en onderhouden van sociale contacten. Het heeft echter ook zijn schaduwkanten. Sommige kinderen zitten te veel achter internet en vereenzamen daardoor op den duur. Een recente, erg vervelende ontwikkeling is dat kinderen via het internet gemakkelijk en vaak anoniem gepest en bedreigd kunnen worden. Daarnaast kunnen kinderen van hun stuk raken door hate-mail, grof taalgebruik in chat-rooms, of seksuele intimidatie. Deze zaken zijn helaas moeilijk aan banden te leggen.

## **Tien tips voor ouders en leraren over digitaal pesten**

Veel volwassenen weten te weinig van het virtuele leven van kinderen. En dat terwijl zij zich op internet blootstellen via chatboxen en msn, waardoor ze in aanraking kunnen komen met geweld en pesterijen. Hieronder staan 10 tips voor leraren en ouders om het surfgedrag van kinderen in de gaten te houden. Hierdoor wordt het risico op pesten zoveel mogelijk beperkt:

- 1.** Houd een kind niet weg van de computer. Internet biedt immers talloze voordelen en vormt vaak een belangrijk deel van het onderwijs. Controle is beter dan een verbod.
- 2.** Stel een tijdslimiet in. Op deze manier wordt een kind gestimuleerd om ook buiten de computer met leeftijdsgenootjes om te gaan.
- 3.** Surf af en toe samen met de leerlingen of uw kind. Laat u rondleiden langs sites waar ze regelmatig komen. Op een later moment kunt u controleren of sites veilig zijn, of dat er bijvoorbeeld veel wordt gescholden.

4. Vertrouw niet te veel op filters. Via een omweg komen kinderen toch bijna overal.
5. Reageer niet te overdreven als u iets aanstootgevends ziet, maar praat er rustig over. Kinderen zijn vaak veel laconieker dan u als het gaat om bloot of geweld.
6. Druk uw kind op het hart dat ze geen persoonlijke informatie, zoals adres of telefoonnummer, via internet verstrekken.
7. Als een kind afspreekt met iemand die hij/zij via Internet heeft leren kennen, licht dan meteen de ouders in. Zij kunnen de gegevens van deze persoon achterhalen en een eventuele riskante ontmoeting verbieden.
8. Controleer de geschiedenis van de pc, zodat u weet welke pagina's uw kind of de leerlingen bezoeken.
9. Maak uw kind of de leerlingen ervan bewust dat ze via internet voor de gek kunnen worden gehouden. Vertel dat er mensen en leeftijdsgenoten zijn die er op uit zijn misbruik van ze te maken of ze pijn te doen.
10. Plaats de pc op een plek op school of thuis waar u regelmatig 'onopvallend' langs kunt lopen.

#### **Handige websites**

[www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)

[www.mijnkindonline.nl](http://www.mijnkindonline.nl)

[www.veilig.kennisnet.nl](http://www.veilig.kennisnet.nl)

[www.pestenislaf.nl](http://www.pestenislaf.nl)

[www.oudersonline.nl](http://www.oudersonline.nl)

[www.pestenislaf.nl](http://www.pestenislaf.nl)

[www.ouders.net](http://www.ouders.net)

<http://pesten.startpagina.nl>

[www.kidstegengeweld.nl](http://www.kidstegengeweld.nl)

[www.sociaalemotioneel.nl](http://www.sociaalemotioneel.nl)