



# Pestpreventie protocol

Kindcentrum Valkenhorst



Bremstraat 14  
9404 GD Assen  
T 0592820630



-



[directie@kindcentrum-valkenhorst.nl](mailto:directie@kindcentrum-valkenhorst.nl)



[www.kindcentrum-valkenhorst.nl](http://www.kindcentrum-valkenhorst.nl)



plateau

Kindcentrum Valkenhorst

## Pestpreventie protocol Kindcentrum Valkenhorst

In dit anti-pestprotocol worden definities en achtergronden van pestgedrag beschreven, de wijze waarop de obs Valkenhorst handelt in situaties van pestgedrag en de wijze van begeleiding van alle betrokken partijen. Dit protocol heeft als doel dat er adequaat en eensluidend wordt gehandeld bij pestgedrag, zodat het gedrag stopt, alle partijen zich bewust zijn van het gedrag dat van hen wordt verwacht en dit ook ten uitvoer brengen.

### Definitie

**Pesten: Een leerling wordt gepest als hij of zij herhaaldelijk en voor een langere periode wordt blootgesteld aan negatieve acties verricht door één of meerdere leerlingen.**

Een negatieve actie houdt in dat één of meerdere leerlingen bewust een andere leerling pijn doen, fysiek, met woorden of op andere manieren.

Pesten impliceert een verschil in macht tussen leerlingen, in fysiek of psychologisch opzicht.

Pesten gebeurt vaak zonder een duidelijke provocatie van de kant van het slachtoffer.

### Direct en indirect pesten

Er zijn twee vormen van pesten: openlijk of direct pesten en indirect pesten. Bij openlijk of direct pesten gaat het om openlijke aanvallen op de gepeste:

- vernederen, belachelijk maken,
- schelden,
- dreigen, afpersen,
- schoppen, slaan, duwen,
- opsluiten,
- spullen vernielen, etc.

Bij indirect pesten gaat het om sociale isolatie van de gepeste:

- het verspreiden van geruchten en leugens,
- negeren,
- buitensluiten, etc.

Dit zijn meer verborgen 'aanvallen' op het slachtoffer.

Pesten door middel van woorden (kwetsende en onaardige dingen zeggen, iemand belachelijk maken, bijnamen gebruiken, enz.) is de meest voorkomende vorm van pesten onder zowel jongens als meisjes.

### Het verschil tussen pesten en plagen

Plagen en pesten worden vaak door elkaar gehaald. Plagen is echter onschuldig, pesten is gemeen. Het is plagen als kinderen aan elkaar gewaagd zijn: de ene keer doet de een iets onaardigs, een volgende keer is het de ander. De geplaagde kan zichzelf verdedigen. Het is een spelletje, niet leuk, maar nooit echt bedreigend.

Soms kan het moeilijk zijn om aan te geven of plagen ook opgevat moet worden als pesten. Plagen wordt "pesten" als het gemeen of steeds herhaald wordt en als de betrokkene duidelijk aangeeft dat hij/zij hier niet van gediend is.

### Welke rollen worden onderscheiden bij pesten?

Bij pesten kunnen vijf rollen worden onderscheiden: pester, slachtoffer, meeloper, verdediger en buitenstaander. Deze laatste drie rollen worden ook wel de 'middengroep' genoemd, gevormd door de meeste leerlingen in een groep. De middengroep speelt geen actieve rol bij het pesten, maar is wel medebepalend voor het voortduren van het pesten.

Hieronder noemen we enkele gemeenschappelijke kenmerken van deze rollen. Dit zijn algemene beschrijvingen, in individuele gevallen kan het beeld van een gepeste leerling of pester heel anders zijn. Daarnaast kan een aantal van deze kenmerken zowel oorzaak, als gevolg van pesten zijn (bv. weinig zelfvertrouwen, weinig vrienden). Tot slot is het belangrijk om over deze mogelijke kenmerken niet te praten op een manier die pijnlijk of beledigend is voor kwetsbare leerlingen (die wellicht deze kenmerken ook hebben).

### Kenmerken slachtoffer

Bij slachtoffers van pesten is er een onderscheid te maken in passieve, onderdanige slachtoffers en provocerende, uitdagende slachtoffers.

#### Passieve, onderdanige slachtoffers

Passieve of onderdanige slachtoffers hebben één of meer van de volgende kenmerken:

- Meestal zijn ze stil, voorzichtig, gevoelig en wellicht huilen ze makkelijk.
- Ze zijn onzeker en hebben weinig zelfvertrouwen (negatief zelfbeeld).

- Als het jongens zijn, zijn ze vaak fysiek zwakker dan hun klasgenoten (met name de pesters) en ze houden niet van vechten.
- Ze hebben weinig of geen vrienden.
- Ze kunnen bang zijn om gewond te raken of zichzelf te verwonden.
- Ze kunnen vaak makkelijker omgaan met volwassenen (ouders, leerkrachten) dan met hun leeftijdsgenoten.

Passieve slachtoffers zijn meestal niet agressief en plagen niet. De reden dat ze gepest worden kan over het algemeen verklaard worden uit hun gedrag en houding. Ze geven een 'signaal' af aan hun omgeving dat ze angstig en onzeker zijn en niet terug zullen vechten als ze aangevallen of lastig gevallen worden.

#### Provocerende, uitdagende slachtoffers

Provocerende, uitdagende slachtoffers hebben één of meer van de volgende kenmerken:

- Ze kunnen opvliegend zijn en zullen soms terug proberen te vechten als ze aangevallen of lastig gevallen worden, maar meestal zonder succes.
- Ze zijn vaak onrustig, onhandig, ongeconcentreerd, en worden in het algemeen ervaren als ongemakkelijk en vermoeiend. Een aantal van deze leerlingen is als hyperactief te omschrijven (druk, impulsief, onrustig, concentratieproblemen, enz.).
- Sommigen hebben lees- en schrijfproblemen.
- Het kan voorkomen dat ze proberen om nog zwakkere leerlingen te pesten.

De problemen met pesten in een groep met een uitdagend slachtoffer zijn anders dan die in een groep met een passief slachtoffer. Typerend voor het pesten van een uitdagende leerling is dat een groot aantal leerlingen, soms de hele klas, betrokken kan zijn bij het pesten.

#### **Kenmerken pester**

Leerlingen die andere leerlingen pesten hebben één of meer van de volgende kenmerken:

- Ze hebben een sterke drang om de macht te hebben en andere leerlingen te onderdrukken.
- Ze hebben een positievere houding tegenover geweld dan de meeste andere leerlingen.
- Als het jongens zijn, zijn ze vaak fysiek sterker dan hun vrienden en (vooral) hun slachtoffers.
- Ze zijn vaak opvliegend, impulsief en kunnen niet goed omgaan met obstakels en vertragingen (frustraties).
- Ze hebben moeite zich aan de regels te houden.
- Ze lijken stoer en brutaal en ze tonen weinig medeleven met leerlingen die gepest worden.
- Ze zijn vaak agressief naar volwassenen toe, zowel tegenover leerkrachten als ouders.
- Ze praten zich gemakkelijk uit moeilijke situaties.

De populariteit van pesters verschilt sterk per geval. Sommigen zijn populair en anderen zijn dat niet, terwijl weer anderen gemiddeld populair zijn. Een pester heeft vaak een groep van twee of drie vrienden die hem of haar steunen (meelopers) en die vaak deelnemen aan het pesten. De populariteit van pesters neemt echter af in de hogere groepen van de basisschool. Maar ze worden nooit zo impopulair als de slachtoffers.

#### **Kenmerken meelopers**

Leerlingen die meedoen met pesten, worden meelopers genoemd. Ze hebben één of meer van de volgende kenmerken:

- Ze pesten actief mee, maar beginnen niet met pesten.
- Ze zijn vaak bang om zelf het slachtoffer van pesten te worden.
- Ze kunnen ook het stoere gedrag interessant vinden en denken daarmee populair in de groep te worden.
- Voelen zich niet schuldig over het pesten.

Doordat deze kinderen meepesten met een groep voelen ze zich niet verantwoordelijk voor wat er met pesten wordt aangericht. Vaak versterken zij het succes van de pestende kinderen door op een afstandje toe te kijken en te lachen om wat er gebeurt.

#### **Kenmerken verdedigers**

Leerlingen die opkomen voor het slachtoffer worden verdedigers genoemd. Ze hebben één of meer van de volgende kenmerken:

- Ze komen af en toe op voor het slachtoffer.
- Ze zijn meestal populair in de groep.
- Ze worden aardig gevonden.
- Ze hebben invloed in de klas.

Verdedigers zijn meestal populaire leerlingen in de klas. Vanwege hun invloed kunnen zij de sleutelfiguren zijn in een groep om het pesten te stoppen.

### Kenmerken buitenstaanders

Leerlingen die niet bij het pesten betrokken zijn, worden buitenstaanders genoemd. Ze hebben één of meer van de volgende kenmerken:

- Ze pesten niet, maar doen ook niets om het pesten te stoppen.
- Ze merken vaak niet dat er gepest wordt of willen het niet weten.
- Ze durven vaak niets tegen het pesten te doen, omdat ze zelf bang zijn om gepest te worden.

Buitenstaanders bemoeien zich het liefst helemaal niet met het pesten of weten niet eens dat er gepest wordt. Doordat zij de gepeste kinderen niet steunen of de pester stoppen, kunnen de pesters echter gewoon hun gang gaan.

### Mogelijke motieven om te pesten

1. Veel pesters hebben een sterke behoefte aan overwicht en macht: ze vinden het prettig om de baas te zijn en anderen te onderdrukken.
2. De jeugd van veel pesters kenmerkt zich door chaos en conflictueuze relaties binnen de familie. De manier waarop de ouder of verzorger omgaat met het kind blijkt van invloed te zijn op de manier waarop het kind relaties met leeftijdgenootjes aangaat. De volgende factoren in de opvoeding kunnen leiden tot agressie bij kinderen:
  - Een negatieve houding van de ouders/verzorgers, die gekarakteriseerd wordt door een gebrek aan warmte en betrokkenheid.
  - Het tolereren van agressief gedrag van het kind door de ouder of verzorger.
  - Het overmatig gebruik van machtsmiddelen in de opvoeding, bijv. slaan, schelden of andere heftige emotionele uitbarstingen.
3. Pesters ontvangen vaak materiële en psychologische "beloningen" voor hun gedrag. Ze kunnen slachtoffers bijvoorbeeld dwingen hen geld te geven of andere waardevolle zaken, of hen ertoe brengen snoep voor hen te stelen. Sommige leerlingen of groepen kunnen er ook op rekenen dat ze prestigie zullen vergaren door hun agressieve gedrag.

Er is een verband tussen pesten en gepest worden. Uit onderzoek<sup>1</sup> komt naar voren dat van de kinderen die vaak zijn gepest gedurende de afgelopen maanden 16% zelf ook vaak heeft gepest. Ter vergelijking: van de kinderen die niet zijn gepest, heeft 2% vaak gepest. Sommige ouders zijn dus zelf slachtoffers en sommige slachtoffers zijn zelf soms ouders. Waarom kinderen die zelf zijn gepest ook anderen pesten, is niet direct op te maken uit het onderzoek. Mogelijk hebben kinderen teruggepest uit wraak of genoegdoening of om zichzelf beter en minder onzeker te voelen.

### Groepsmechanismen

Pesten is meestal niet iets wat door een grote groep wordt gedaan. Vaak is de drijvende kracht achter het pesten een kleine groep van twee of drie leerlingen, veelal met een leider. Bovendien worden veel leerlingen door één enkele medeleerling gepest.

Pesten is een groepsfenomeen, dat leerlingen op verschillende manieren kan beïnvloeden.

Hieronder worden een aantal groepsmechanismen beschreven waarbij men ervan uit kan gaan dat zij, alleen of in combinatie met elkaar, een rol spelen als er gepest wordt.

- Sociale beïnvloeding. Bepaalde leerlingen kunnen zo beïnvloed worden dat zij deel gaan nemen aan het pesten. Dit proces wordt versterkt als de persoon die de leiding neemt populair is, of iemand is die zij bewonderen. De leerlingen die "sociaal besmet" raken zijn vaak zelf wat onzeker en willen zich zo bewijzen.
- Verminderen van remmingen bij omstanders. Als noch leerkrachten, noch andere leerlingen het pesten proberen te voorkomen, worden de pester of pesters beloond door hun 'overwinning' op het slachtoffer. Dat kan eraan bijdragen dat de remmingen bij de "meer neutrale" leerlingen om zich agressief te gedragen worden verzwakt, wat ertoe kan leiden dat ze zelf mee gaan doen met het pesten.
- Een afnemend gevoel van individuele verantwoordelijkheid.

De sociale psychologie heeft aangetoond dat een persoon zich minder verantwoordelijk en schuldig voelt als er meerdere personen zijn die meedoen aan een negatieve activiteit zoals pesten. Zo kan het voorkomen dat leerlingen die normaliter vriendelijk zijn, maar die misschien makkelijk beïnvloedbaar zijn, soms meedoen met pesten zonder zich echt schuldig te voelen. Anti-Pestprotocol 5

- Geleidelijke veranderingen in het beeld van het slachtoffer. Door de continue aanvallen en kleinerende opmerkingen zien de leerlingen het slachtoffer geleidelijk als een vrij waardeloos persoon "dat er om vraagt om bijvoorbeeld in elkaar geslagen te worden". Dat helpt om de schuldgevoelens te verminderen van degenen die aan het pesten deelnemen.

### **Gevolgen van pesten**

De gevolgen van pesten kunnen heel ernstig zijn. Uit onderzoek komt naar voren dat kinderen die worden gepest vaker last hebben van hoofdpijn, slaapproblemen, buikpijn, bedplassen, vermoeidheid en depressie in vergelijking met kinderen die niet worden gepest. Daarnaast worden de meeste leerlingen die gepest worden, verdrietig en neerslachtig. Ze kunnen hun interesse voor school kwijtraken, concentratieproblemen hebben en wellicht slechter gaan presteren op school. Vaak raken ze hun zelfvertrouwen kwijt en zien ze zichzelf als dom, een mislukking en onaantrekkelijk (ook al zijn ze heel normaal of 'beter' dan normaal). Soms is hun zelfbeeld zo slecht dat zij zichzelf verantwoordelijk achten voor het pesten.

Leerlingen die gepest worden, kunnen ook op de lange termijn en op volwassen leeftijd nog last hebben van een tekort aan zelfvertrouwen en depressieve gevoelens.

Ook voor kinderen die zelf pesten heeft dit negatieve gevolgen. Waarschijnlijk zullen veel leerlingen die vaak meedoen met pesten min of meer ongevoelig worden (ze kunnen zich slecht invoelen) ten aanzien van hun slachtoffers en hun situaties. Ze zullen geleidelijk aan steeds neerbuigender worden naar de slachtoffers van pesten toe. Als volwassenen zelden of nooit tussenbeide komen om het pesten te stoppen, of hun duidelijke afkeuring zelden laten blijken, kan dat makkelijk als een signaal opgevat worden dat ze de gebeurtenissen stilzwijgend goedkeuren. De kinderen ontwikkelen zo gemakkelijk een agressief gedragspatroon.

Ook voor de sfeer in de groep en op school kan het pesten negatieve gevolgen hebben. In groepen of op scholen waar pesten veel voorkomt, voelen de leerlingen zich onzekerder en gaan ze niet graag naar school. Dat kan onder meer tot gevolg hebben, dat de school niet langer een goede en veilige leeromgeving is voor leerlingen en vooral hen die leerlingen die gepest worden.

### **Misverstanden over pesten**

- Er wordt niet meer gepest op grote scholen of in grote groepen in vergelijking met kleine of gemiddelde scholen of groepen.
- Pesten is niet het resultaat van wedijver of een strijd om goede cijfers te krijgen.
- Het agressieve gedrag van de pester ten opzichte van andere leerlingen kan in de meeste gevallen niet toegeschreven worden aan een reactie op een gevoel van onbehagen over school of het gevoel op school een mislukking te zijn.
- Uiterlijke afwijkingen zoals overgewicht, rood haar, brillen, ongewone dialecten/spraak of ongewone kleding zijn meestal niet de aanleiding voor pesten. Wanneer een leerling eenmaal gepest wordt, kunnen deze uiterlijke afwijkingen wel gebruikt worden om bijvoorbeeld iemand uit te schelden.
- Pesters komen uit alle lagen van de maatschappij en dat geldt ook voor leerlingen die gepest worden. Er is geen verband tussen pesten of gepest worden en de socio-economische omstandigheden van het gezin, zoals inkomensniveau en opleiding.

### Hoe wil de obs Valkenhorst pesten voorkomen en bestrijden?

- Alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders/verzorgers (hierna genoemd: ouders) zien pesten als probleem.
- De school probeert pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, wordt het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld. (Soemo-kaarten).
- Als pesten optreedt, moeten leerkrachten dat signaleren en duidelijk stelling nemen en ouders hierover inlichten.
- Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, beschikt de school over een directe aanpak (Time-out aanpak)
- Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan worden uitgenodigd voor een gesprek. Hierbij wordt Schoolmaatschappelijk Werk uitgenodigd.

### Welke signalen verstaan wij onder signalen van pesten?

Pesten komt voor in alle groepen van de basisschool.

Signalen van pesterijen kunnen o.a. zijn:

- altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen
- zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- briefjes doorgeven
- pesten via sociale media
- beledigen
- opmerkingen maken over kleding
- isoleren
- buitensluiten
- buiten school opwachten, slaan of schoppen
- op weg naar huis achterna rijden
- naar het huis van het slachtoffer gaan
- bezittingen afpakken
- schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer
- somatische klachten

Deze lijst kan nog verder worden uitgebreid: je kunt het zo gek niet bedenken of volwassenen en dus ook leerlingen hebben het bedacht. Leerkrachten en ouders moeten daarom alert zijn op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.

### Hoe willen wij daar mee omgaan?

Op school stellen we regelmatig een onderwerp in de kring aan de orde. Aan het begin van elk schooljaar worden de omgangsregels besproken en wordt er op het niveau van de groep een vertaling daarvan opgehangen in de klas. Daarnaast worden er op jaarbasis 20 Soemokaarten besproken volgens een afgesproken schema, indien gewenst wordt hiervan afgeweken. Andere onderwerpen als veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in een groep, aanpak van ruzies etc. kunnen ook aan de orde komen. Andere werkvormen zijn ook denkbaar, zoals spreekbeurten, rollenspellen, regels met elkaar afspreken over omgaan met elkaar en groepsopdrachten. Het voorbeeld van de leerkrachten (en thuis de ouders) is van groot belang. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar verschillen worden aanvaard en waar ruzies niet met geweld worden opgelost maar uitgesproken. Agressief gedrag van leerkrachten, ouders en de leerlingen wordt niet geaccepteerd. Leerkrachten nemen duidelijk stelling tegen dergelijke gedragingen.

### Regels voor het voorkomen en bestrijden van pestgedrag.

#### **Regel 1:**

Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de leerkracht niet wordt opgevat als klikken. Vanaf de groep 1 leren we de kinderen:

Je mag niet klikken, maar als je wordt gepest of als je ruzie met een ander hebt en je komt je er zelf niet uit dan mag je hulp aan de leerkracht vragen. Dit wordt niet gezien als klikken.

#### **Regel 2:**

Een tweede stelregel is dat een medeleerling ook de verantwoordelijkheid heeft om het pestprobleem bij de leerkracht aan te kaarten. Alle leerlingen zijn verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep. Anti-Pestprotocol 7

### **Regel 3:**

Samenwerken zonder bemoeienissen:

School en gezin halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Dit neemt niet weg dat iedere partij moet waken over haar eigen grenzen. Het is bijvoorbeeld niet de bedoeling dat ouders naar school komen om eigenhandig een probleem voor hun kind op te lossen. Ouders, leerkrachten en directie lossen het probleem in overleg op.

### **Aanpak van ruzies en pestgedrag in vier stappen**

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

#### **Stap 1:**

Er eerst zelf ( en samen) uit te komen.

De gepeste zegt:

o ik vind het niet leuk, ik wil dat je **stopt**

o ik wil dat je **nu** stopt

o ik wil dat je nu stopt, **want anders** ga ik naar juf/meester

o ik ga **nu** naar juf/meester

#### **Stap 2:**

Op het moment dat een van de leerlingen er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) heeft deze het recht en de plicht het probleem aan de meester of juf voor te leggen.

#### **Stap 3:**

De leerkracht brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. Bij herhaling van pesterijen / ruzies tussen dezelfde leerlingen volgen sancties (zie stap 4).

#### **Stap 4:**

Bij herhaaldelijke ruzie/ pestgedrag neemt de leerkracht duidelijk stelling en houdt een gesprek met de leerling die pest /ruzie maakt.

In dit gesprek wordt aangegeven dat de verwachting is dat het pesten stopt .

De leerkracht biedt altijd hulp aan de gepeste leerling en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.

### **Begeleiding van de gepeste leerling**

- Medeleven tonen en luisteren en vragen: hoe en door wie er wordt 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 (zgn. 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.
- Inschakelen hulp; sociale vaardigheidstrainingen; Jeugdgezondheidszorg; huisarts; GGD

### **Begeleiding van de pester**

*N.B. : Dit is even belangrijk als de begeleiding van de gepeste leerling.*

- Praten; zoeken naar de reden van het ruzie maken!, pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling). 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; straffen als het kind wel pest / belonen (zgn. schouderklopje) als kind zich aan de regels houdt.
- Kind leren 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 hulp; sociale vaardigheidstrainingen; Jeugdgezondheidszorg; huisarts; GGD.

### Adviezen aan de ouders van onze school

#### **Ouders van gepeste kinderen:**

- Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek met uw kind.
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de leerkracht bespreken.
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.

#### **Ouders van pesters:**

- Neem het probleem van uw kind serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed extra aandacht aan uw kind.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat

#### **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.