



Anti Pestprotocol

Versie: juni 2024

Inhoudsopgave

Inleiding	3
Wat is pesten	4
Pesten t.o.v. plagen	4
Voorbeelden van pesten	4
Digitaal/ online pesten	4
Voorbeelden van digitaal/ online pesten:	4
Preventieve maatregelen	5
Visie op persoonsontwikkeling gekoppeld aan het terugdringen van pesten	5
Groepsplan gedrag	5
Leerlijn sociale vaardigheden	5
Externe partners	6
Preventie in het algemeen	6
Betrokken partijen	7
Gepeste leerling	7
Pestende leerling/ pester	7
Middengroep	7
Medewerkers van de school	7
Ouders	8
Mentor	8
Coach (ondersteuningsmedewerker)	8
Anti-pest coördinator	8
Teamleider	8
Stappenplan bij pestincident	9
Registratie in magister door mentor/ anti-pest coördinator	9
Sociale vaardigheden training	9
Stap 1: signalering	9
Stap 2: gesprek met de gepeste leerling	9
Stap 3: gesprek met de pester	9
Stap 4: vastleggen verwachtingen en evaluatie	9
Stap 5: terugkoppeling aan gepeste leerling	10
Stap 6: aandacht voor het proces in de klas	10
Stap 7: evaluatie	10
Stap 8: wanneer het pesten niet stopt	10
Bijlage: Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	11
Bijlage: Leidraad voor een gesprek met de pester	12
Bijlage: Wat kunnen ouders zelf doen?	13

Inleiding

Stel je eens voor... een school waar jij je thuis voelt, waar respectvol met elkaar wordt omgegaan en waar je prettig kunt leren en werken. Een school waar je gezien wordt, waar aandacht is, waar de deur open staat voor iedereen en waar je een veilig gevoel hebt.

De Bossche Vakschool werkt er hard aan om zo'n school te zijn en probeert pesten te voorkomen door het uitdragen van deze uitgangspunten en het organiseren van preventieve activiteiten binnen de organisatie en de klas. Pestgedrag beschadigt mensen en leidt tot een onveilig leerklimaat. Op onze school worden methodieken gebruikt vanuit een preventieve benadering om ervoor te zorgen dat dit gevoel van veiligheid en respect gewaarborgd is. Wij vinden het belangrijk om de dialoog tussen leerlingen, ouders en professionals (als een driehoek) over de wenselijke normen en waarden te blijven voeren en elkaar over onze visie te blijven informeren.

In onze aanpak grijpen we in wanneer er wordt gepest door te reageren op signalen. Preventief is pesten een gespreksonderwerp binnen de klas. Wanneer er sprake is van een pest-incident is het van belang dat zowel gepeste leerling als pester worden 'gezien'. Er wordt samen gewerkt aan maatregelen en duidelijke afspraken. Wanneer nodig kan er sprake zijn van strafmaatregelen. Dit is echter niet de eerste insteek. In de afhandeling worden ouders betrokken. Na een incident vindt er een evaluatie plaats en houden we een poosje vinger aan de pols.

De Bossche Vakschool ziet pesten dus als een probleem wat niet gedoogd wordt. Doormiddel van dit anti-pest protocol willen we kinderen, ouders en medewerkers duidelijkheid geven over hoe gehandeld wordt wanneer er gepest wordt. Door het protocol te volgen ontstaat een samenwerking tussen medewerkers, pester, gepeste, overige klasgenoten en ouders.

Wat is pesten

Pesten t.o.v. plagen

Wanneer een kind zich al langer ongelukkig voelt omdat hij of zij stelselmatig geconfronteerd wordt met onaardig of agressief gedrag, wordt geplaagd of buitengesloten van de sociale groep (school, klas, etc.), spreken we van pesten. Vaak gaat het om last ondervinden van één of meer anderen en kan het kind zich daar niet tegen teweer stellen. Wij gebruiken dit begrip dus niet voor incidentele situaties waarbij kinderen zich een enkele keer vervelend of grof gedragen. We spreken van pesten wanneer het langere tijd aanhoudt.

Pesten verschilt op een belangrijke manier van plagen. Pesten is opzettelijk, om iemand te kwetsen. Het is telkens opnieuw tegen dezelfde persoon. Er is sprake van machtsongelijkheid. Plagen daarentegen gebeurt af en toe en tussen verschillende personen. Betreffende personen kunnen er (vaak) om lachen en er zit geen kwetsende bedoeling achter. Daarnaast is de machtsongelijkheid tussen betreffende personen niet of nauwelijks aanwezig.

PLAGEN	PESTEN
Niet gemeen	Gemeen
Kun je om lachen	Niet om te lachen
Komt geen ruzie van	Komt ruzie van
Stopt op tijd	Gaat te lang door
Vaak 1 tegen 1	Vaak een groepje tegen 1

Voorbeelden van pesten

- Verbaal: schelden, dreigen, intimideren, belachelijk maken, uitlachen of een bijnaam geven op basis van lichaamskenmerken, (etnische) afkomst, geloof of seksuele voorkeur of n.a.v. een verkeerd antwoord in de klas of andersoortig gedrag.
- Fysiek: trekken, duwen, spugen, schoppen, slaan, laten struikelen, krabben, bijten, aan de haren trekken en seksuele intimidatie.
- Isolatie: uitsluiten door een klasgenoot voortdurend duidelijk te maken dat hij of zij niet gewenst is, doodzwijgen of roddelen met anderen over de gepeste.
- Discriminatie: discriminatie wil zeggen dat er (uiteraard onterecht) onderscheid wordt gemaakt tussen mensen op grond van kenmerken die er niet toe doen, zoals sekse, handicap, leeftijd, afkomst, religie, huidskleur, etc.
- Stelen of vernielen van bezittingen: afpakken, beschadigen en kapotmaken van spullen.

Digitaal/ online pesten

Digitale middelen zijn niet meer weg te denken uit onze maatschappij. Vaak gebeuren er dingen buiten school, wat niet betekent dat het losstaat van de schoolcontext. Hieruit kunnen spanningen ontstaan tussen leerlingen en dit heeft invloed op de sfeer op school. Bij digitaal/ online pesten maken leerlingen gebruik van het internet. Online pesten kan nog veel harder aankomen. Kinderen worden er dan constant mee geconfronteerd en de ouders kunnen veel anoniemer blijven. Berichten die eenmaal geplaatst zijn kunnen niet altijd meer verwijderd worden.

Voorbeelden van digitaal/ online pesten:

- Haatmail of dreigmail: schelden, roddelen, bedreigen, beschuldigen, beledigen.
- Beeldpesten: beschamende foto's/ video's online zetten, bewerken van foto's of video's.
- Stalking: stelselmatig lastigvallen van iemand door het sturen van berichten en het online achtervolgen.
- Grooming: volwassenen die via internet minderjarigen benaderen en uitlokken tot seksueel gedrag.
- Sexting: het versturen van seksueel getinte berichten, foto's of filmpjes.
- Hacken, fake-accounts: stelen van gegevens of instellingen van de ander aanpassen. Berichten sturen uit naam van anderen.
- Sextortion: jongeren worden afgeperst met seksueel getint beeldmateriaal.

- Bedreiging: berichten versturen waarin je zegt iemand in elkaar te gaan slaan of de school in de fik te steken.
- Shaming: het openbaar vernederen, bekritisieren, bespotten, pesten of lastigvallen van iemand, op een online platform, het opstellen en verspreiden van 'bangalijsten'.

Preventieve maatregelen

Visie op persoonsontwikkeling gekoppeld aan het terugdringen van pesten

De Bossche Vakschool gaat samen met leerlingen, ouders en partners voor groei en ontwikkeling van onze leerlingen. Hier hoort persoonsontwikkeling bij. Binnen ons ontwikkelingsgericht onderwijs vraagt dit om aandacht voor begeleiding van ontwikkeling op de gebieden van loopbaanvaardigheden, sociale vaardigheden, leervaardigheden en werken in groepsverband.

Op de vlakken van sociale vaardigheden en het werken in groepsverband raakt de visie op persoonsontwikkeling het anti-pestbeleid. Door actief in te zetten op deze punten leren kinderen op een positieve manier met elkaar om te gaan, wat ondersteunend is in het tegengaan van pest-incidenten (preventie).

Groepsplan gedrag



De Bossche Vakschool investeert in groepsklimaat. Dit wordt onder andere gedaan aan de hand van groepsplan gedrag¹. Binnen groepsplan gedrag wordt de groep benaderd aan de hand van de fasen in een groep (zie afbeelding hiernaast).

Het betekent dat binnen elke groep de mentor samen met de coach periodiek kijkt naar interventies die het groepsklimaat verbeteren.

De interventies zijn gericht op de fase waarin de groep zich bevindt. Hierdoor leren leerlingen op een ondersteunende manier met elkaar omgaan.

Leerlijn sociale vaardigheden

In de onderbouw is er een leerlijn Sociale Vaardigheden. Hieronder vallen TOPs, maar ook meidenvenijn en rots en water. Het op een passende manier leren omgaan met social media is hier ook onderdeel van. Door actief in te zetten op sociale vaardigheden inclusief social media, leren we kinderen om elkaar op een helpende manier te benaderen en wordt pest gedrag voorkomen.

TOPs is een lesmethode en methodiek in één. Wanneer het leefklimaat op school onder druk staat, heeft dat negatieve gevolgen voor het leerklimaat en de prestaties. Met TOPs leren klassen om proactief te werken aan prosociaal gedrag en een positief pedagogisch klimaat in de klas. Het programma bestaat uit concreet uitgewerkte lessen en werkt aan een grondhouding die gericht is op het belonen van gewenst gedrag in plaats van bestraffen van ongewenst gedrag.

¹ Van Overveld 2021, Groepsplan gedrag



Rots en water is een programma gericht op het ontwikkelen van sociale vaardigheden. Rots staat voor eigen grenzen aan kunnen geven, zelfstandig beslissingen kunnen nemen, een eigen weg kunnen gaan. Water staat voor communicatie, kunnen luisteren, samen naar oplossingen kunnen zoeken, en de grenzen van anderen te respecteren.

Externe partners

De Bossche Vakschool heeft meerdere externe partners/ partijen die ieder schooljaar een belangrijk toegevoegd aandeel leveren aan het verbeteren van het pedagogisch klimaat en de sociale ontwikkeling van onze leerlingen. Voorbeelden zijn het school jongerenwerk (PowerUp073), bureau Halt, Humanitas, GGD, politie, etc. Doormiddel van gastlessen, workshops en theater worden veel voorkomende sociale uitdagingen aan het licht gebracht en leren onze leerlingen manieren om hier mee om te kunnen gaan en waar nodig duidelijke grenzen te stellen. Het school jongerenwerk is dagelijks aanwezig in de school, zij maken ook buiten lessen contact met leerlingen, organiseren activiteiten in de pauzes en maken de verbinding met de jongerencentra in de stad.

Ouderbetrokkenheid

De Bossche Vakschool wil ouders zoveel mogelijk betrekken bij het ontwikkelingsproces op school. Dit vanuit de overtuiging dat een helpend leerklimaat wordt geboden in samenwerking tussen school en thuis. Mentoren investeren van begin af aan in de relatie met de ouders. Gedurende het schooljaar is er regelmatig contact over de voortgang en het welbevinden, maar ook tussendoor als er signalen zijn die daartoe aanleiding geven. We nodigen ouders uit om zoveel mogelijk te participeren, zowel in het traject van hun kind, in algemene maatschappelijke thema's (bijvoorbeeld ouderavond) maar ook in ons onderwijsaanbod in het algemeen (bijvoorbeeld MR).

Om extra in te zetten op ouderbetrokkenheid heeft de school een zogenaamde brugfunctionaris. Deze organiseert regelmatig ouderactiviteiten die gericht zijn op het delen van ervaringen m.b.t. maatschappelijke thema's en het brainstormen over het samen gezond houden van het leerklimaat.

Preventie in het algemeen

Sociale veiligheid verdient bij medewerkers en leerlingen continue aandacht. Zo wordt er in de onderbouw gewerkt met kleine teams op een vaste groep leerlingen. Personeel is overal in de school zichtbaar aanwezig en er wordt voortdurend ingezet om de relatie met elkaar sterk te maken en te houden. Er zijn duidelijke huisregels die jaarlijks in overleg met de medezeggenschapsraad (en daarmee ook met vertegenwoordiging van ouders) worden vastgesteld.

De school heeft een vertrouwenspersoon waarmee leerlingen hun problemen, waaronder pest-incidenten, in vertrouwen kunnen bespreken.

Betrokken partijen

Bij een pest incident zijn diverse partijen betrokken. We maken onderscheid tussen:

- gepeste leerling
- pestende leerling
- middengroep
- medewerkers van de school
- ouders
- mentor
- coach (ondersteuningsmedewerker)
- anti-pest coördinator
- teamleider

Om het pesten zowel in preventieve (voorkomende) zin als in curatieve (herstellende) zin aan te pakken is het nodig dat alle partijen betrokken worden bij de uitvoering van het beleid. De stappen bij een pest-incident worden in het volgende hoofdstuk behandeld. Hieronder geven we per partij een korte omschrijving.

Gepeste leerling

Leerlingen die gepest worden hebben soms andere interesses dan hun leeftijdgenoten of ze doen dingen op een andere manier. Sommige leerlingen die gepest worden hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen het pesten en het pestgedrag wordt dus niet gestopt. Angst en onzekerheid worden versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor de gepeste leerling in een vicieuze cirkel komt waar hij zonder hulp niet uit komt. Gepeste leerlingen voelen zich vaak eenzaam, hebben in de omgeving waarin zij gepest worden geen of weinig vrienden om op terug te vallen en kunnen soms beter met volwassenen opschieten dan met hun leeftijdgenoten.

Pestende leerling/ pester

Pestende leerlingen zijn vaak fysiek en/ of verbaal sterker dan de gepeste leerling. Meisjes pesten in een groot deel van de gevallen door middel van psychisch geweld (buitensluiten, roddelen) en voor de rest door middel van fysiek geweld. Bij jongens is het andersom: in een groot deel van de gevallen door middel van fysiek geweld en voor de rest door middel van psychisch geweld. Pestende leerlingen stellen zich vaak agressief op en reageren dan met dreiging van geweld of de inzet van geweld. Ze lijken populair te zijn in een klas, maar dwingen hun populariteit in de groep af door te laten zien hoe sterk ze zijn en wat ze allemaal durven.

Middengroep

De meeste leerlingen zijn niet direct betrokken bij het actief pesten. Sommigen behouden enige afstand en andere leerlingen doen, uit angst of uit berekening, mee. Dit zijn de zogenaamde 'meelopers'. Er zijn ook leerlingen die niet merken dat er gepest wordt. Heel af en toe durft een leerling of een klein groepje leerlingen het op te nemen voor de gepeste leerling. Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf slachtoffer te worden. Maar het komt ook voor dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en denken daardoor op de populariteit van de pestende leerling in kwestie mee te liften.

Medewerkers van de school

Pesten is vaak een goed bewaard groepsgeheim: veel leerlingen weten dat in de groep wordt gepest, toch durft niemand het aan docent of ouder te vertellen. De medewerkers weten dus ook vaak niet dat er in de groep wordt gepest. Toch hebben medewerkers een belangrijke signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of vermoeden wordt er van hen verwacht hierop actie te ondernemen melden zij dit bij de mentor en de anti-pest coördinator. Medewerkers hebben tevens een voorbeeldfunctie; zij vertonen voorbeeldgedrag. We streven naar een open cultuur waarin we dit bespreken binnen het team.

Ouders

Wanneer leerlingen worden gepest, durven ze dit niet altijd aan hun ouders te vertellen. Ze kunnen bang zijn dat hun ouders naar school gaan, het aan de mentor vertellen en dat deze het dan verkeerd aanpakt. Ze schamen zich vaak dat hen dit overkomt. Soms denken ze dat ze het gedrag van de pestende leerling zelf hebben uitgelokt en het dus verdienen gepest te worden. Dit betekent dat ouders alert moeten zijn op vreemd, ongewoon gedrag van hun kinderen.

Mentor

De mentor speelt (samen met de anti-pest coördinator) een belangrijke rol in de afhandeling van een pest-incident. Preventief is de mentor samen met de coach degene die aandacht heeft voor de fase waarin de groep zich bevindt en welke interventies helpend zijn om de groep goed samen te laten werken.

Coach (ondersteuningsmedewerker)

De coach kijkt samen met de mentor naar een gezond groepsklimaat. Daarnaast kan de coach advies geven over training op het gebied van sociale vaardigheden, zowel voor de gepeste leerling als voor de pester.

Anti-pest coördinator

De anti-pest coördinator houdt de kennis over het onderwerp binnen de school bij en levend. Door zichzelf te laten trainen krijgt de coördinator nieuwe inzichten en kennis van methodes. De anti-pest coördinator wordt betrokken bij pest incidenten en houdt zich op de hoogte van de voortgang. Daar waar mogelijk neemt de coördinator een actieve rol in de afhandeling van het incident.

Teamleider

Wanneer in de afhandeling van een pest-incident het pesten niet stopt kan het incident worden opgeschaald naar de teamleider.

Stappenplan bij pestincident

Bij een pest-incident onderscheiden we de volgende stappen:

1. Signalering
2. Gesprek met de gepeste leerling
3. Gesprek met de pester
4. Vastleggen verwachtingen en evaluatie
5. Terugkoppeling aan de gepeste leerling
6. Aandacht voor het proces in de klas
7. Evaluatie
8. Wanneer het pesten niet stopt

Registratie in magister door mentor/ anti-pest coördinator

Binnen de stappen die hierna verder toegelicht worden spelen de mentor en de anti-pest coördinator een belangrijke rol. Samen dragen ze de verantwoordelijkheid om elke genomen stap te registreren in magister.

Sociale vaardigheden training

Tijdens de bovenstaande stappen is er ook overleg tussen mentor/ anti-pest coördinator en coach over de leerling. In overleg wordt er besloten of een sociale vaardigheidstraining aan de gepeste leerling of de pester wordt aangeboden.

Stap 1: signalering

Het pest-incident wordt gesignaleerd door een van de betrokken partijen (en gemeld bij een medewerker van de school).

Stap 2: gesprek met de gepeste leerling

Mentor en anti-pest coördinator gaan zo snel als mogelijk in gesprek met de gepeste leerling. Er wordt doorgevraagd op de feiten en er wordt besproken wat de leerling zelf kan doen om de situatie te verbeteren. In de bijlage staat een leidraad voor dit deel van het gesprek.

De mentor en de anti-pest coördinator maken een inschatting of de No Blame methode zou kunnen aansluiten op de situatie. In het gesprek gaat dan de focus meer liggen op wat er intern, in het hoofd, van de gepeste leerling gebeurt. Wat is het effect op hem als persoon van wat hem overkomt? De focus ligt op het gevoel van de leerling. De leerling kan een 'huiswerkopdracht' meekrijgen om tot uitdrukking te brengen hoe hij zich voelt (opstel, tekening, gedicht). Er kan gevraagd worden of dit product met andere leerlingen besproken mag worden.

Stap 3: gesprek met de pester

De mentor en de anti-pest coördinator gaan in gesprek met de pester. In dit gesprek wordt de pester geconfronteerd met het pestgedrag en wordt hij/zij herinnerd aan de omgangsregel op de Bossche Vakschool en de consequenties daarvan. Een leidraad voor dit gesprek is te vinden in de bijlagen.

Ouders worden op de hoogte gesteld van het gesprek. Wanneer nodig wordt ook een gesprek met ouders en pester gevoerd.

Stap 4: vastleggen verwachtingen en evaluatie

Er wordt door de mentor en de anti-pest coördinator een brief opgesteld voor ouders van pester en gepeste leerling waarin is opgenomen:

- Wat is er geconstateerd
- Welke verwachting is er richting de pester; welk gedrag dient deze te laten zien

- Wanneer wordt geëvalueerd of dit lukt

In de verwachtingen (voorwaarden) kan worden opgenomen dat de pester meewerkt aan een sociale vaardigheden training. De brief wordt voorgelegd aan de teamleider en bij akkoord namens de teamleider verzonden naar pester en ouders. Tevens wordt er door mentor en anti-pest coördinator een brief opgesteld voor ouders van de gepeste leerling en de leerling zelf. Hierin wordt opgenomen:

- Wat is er geconstateerd
- Welke verwachting is er richting de gepeste leerling; welk gedrag dient deze te laten zien en hoe schakelt deze hulp in tijdens de volgende weken.
- Wanneer wordt geëvalueerd of het pesten verminderd/ gestopt is.

Stap 5: terugkoppeling aan gepeste leerling

De mentor en de anti-pest coördinator maken de afweging of er een gesprek plaatsvindt met de gepeste leerling apart of met gepeste leerling en pester. Zij winnen hierover advies in bij de coach. Doel van het gesprek is het terugkoppelen van de gemaakte afspraken. Wat wordt er van de pester verwacht, maar ook: wat wordt er van de gepeste leerling verwacht. Dit gesprek kan in bepaalde gevallen ook met beide leerlingen samen, zodat ze richting elkaar de gemaakte afspraken kunnen uitspreken.

Stap 6: aandacht voor het proces in de klas

De mentor, de anti-pest coördinator en de coach overleggen welke interventie gepast is binnen het groepsproces in de klas. Mentor voert deze interventie uit. Wanneer nodig samen met anti-pest coördinator en/ of coach.

Stap 7: evaluatie

De mentor en de anti-pest coördinator organiseren een evaluatie met de gepeste leerling en de pester apart omtrent de voorgaande periode. Ingeval de gepeste leerling geen verbetering ervaart, wordt er opgeschaald naar de teamleider. Wanneer er sprake is van een verbetering maar er toch nog sprake is van (verminderd) pestgedrag worden de stappen hierboven herhaald. Er wordt sowieso (ook wanneer het pesten gestopt is) een tweede evaluatie na twee weken afgesproken.

Stap 8: wanneer het pesten niet stopt

Wanneer het pesten niet stopt wordt er opgeschaald naar de teamleider. In overleg met de mentor/ anti-pest coördinator/ coach wordt gekeken naar logische consequenties. Deze worden met betrokken leerlingen en ouders gedeeld. Het protocol Maatregelen ongewenst gedrag/ ernstige incidenten treedt in werking. Mogelijke interventies zijn: formele waarschuwing, externe schorsing, verwijdering.

Bijlage: Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (Herkenning van het probleem.)
- Door wie word je gepest? (Doorvragen: zijn er nog meer betrokkenen?)
- Waar word je gepest? (Doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak word je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat heb je tot nu toe zelf aan het pesten proberen te doen?
- Zijn er jongeren die jou weleens proberen te helpen?
- Wat wil je dat er nu gebeurt? Wat wil je bereiken?

Bespreek samen met de leerling wat hij/ zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let hierbij op de volgende aspecten.

- Hoe communiceert de leerling met anderen?
- Welke lichaamstaal speelt hierbij een rol?
- Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
- Heeft de leerling voldoende vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester, of moet hij hierbij geholpen worden?

Let op

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Besteed hier aandacht aan want niemand heeft het recht om een ander klein te maken. Leg hier nooit meteen de nadruk op en voorkom dat de gepeste het gevoel krijgt dat het zijn eigen schuld is en dat hij het pesten uitlokt.

Bijlage: Leidraad voor een gesprek met de pester

Het doel van dit gesprek is driedig.

1. De leerling confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan
2. Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
3. Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt

Confronteren

Confronteren is niet hetzelfde als kritiek geven. Confronteren is:

- probleemgericht en richt zich op waarneembaar gedrag. Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag wordt het persoonsgericht;
- relatiegericht. Je bent heel duidelijk op de inhoud in wat je wel en niet wilt, maar met behoud van de relatie;
- specifiek blijven. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, meestal en vaak;
- veranderingsgericht. Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

Achterliggende oorzaken

- Nadat het probleem benoemd is, richt jij je op het waarom.
- Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt?
- Wat levert het jou op?
- Wat reageer je af op die ander? Maak duidelijk dat er een tekort aan empathisch vermogen is in dit gedrag. Wat ga je eraan doen?

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt.

Bijlage: Wat kunnen ouders zelf doen?

Neem uw kind serieus en zeg dat u met anderen vertrouwelijk gaat praten om het pesten te stoppen.

Pesten op school kunt u het beste direct met de mentor bespreken.

Praat erover met uw kind of vraag uw kind op te schrijven wat het heeft meegemaakt. En garandeer uw kind, dat u zorgvuldig en vertrouwelijk hiermee zult omgaan.

Leg uw kind uit hoe het komt dat kinderen pesten.

Vertel dat als volwassenen niet ingrijpen, zij het misschien niet zien, of niet weten hoe het probleem moet worden opgelost.

Waarschuw uw kind dat het mogelijk is dat het pesten niet meteen ophoudt als er beter op wordt gelet. De problemen van het kind dat pest zijn soms erg groot en moeilijk op te lossen op korte termijn.

Houd het onderwerp bespreekbaar, informeer regelmatig hoe het gaat.

Wanneer u er van uw kind met niemand over mag praten, steun dan uw kind, geef achtergrondinformatie en maak duidelijk dat de school het zorgvuldig zal aanpakken. Voordat u dit belooft, is het raadzaam u te verdiepen in de aanpak van pesten op school.

Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind. Doe dat niet met een negatieve insteek, maar geef adviezen om een einde te maken aan het pesten.

Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.