

Ouderavond over Pesten
Basisschool de Brug

Ellen Labree
 Jeugdverpleegkundige
 GGD Hollands Noorden
 18 september 2014



Programma

- Informatie over pesten
- Tips voor ouders
- Wat doen kinderen online
- Wat doet de school aan pesten



Wat is pesten

Pesten is het gedrag waarbij één persoon herhaald en gedurende langere tijd door één of meerdere anderen behandeld wordt op manieren die lijden tot fysieke verwonding en/of psychisch lijden

Er is een verschil tussen plagen en pesten

Wat zijn de verschillen?

Wat is pesten

- Opzettelijk om iemand bewust te kwetsen
- Telkens opnieuw tegen zelfde personen
- machtsongelijkheid

Wat is plagen

- Niet opzettelijk/kwetsend bedoeld
- Gebeurt af en toe en steeds bij iemand anders
- Kinderen ongeveer even sterk

Vormen van pesten

- Direct en indirect pesten
- Digitaal pesten
- <http://youtube.com/watch?v=xkvv-HNRkqg>
- <http://youtube.com/watch?v=RVBToM6h6zA>
- 23% van de kinderen in het PO wordt regelmatig gepest
- 64% van de gepesten vertelt het niet aan ouders
- 77% vertelt het niet aan de leerkracht

Oorzaak pesten

- Slechte sfeer in de groep
- School/clubs/sportvereniging/buurt
 - onvoldoende toezicht
 - geen duidelijke regels
 - signalen niet opgemerkt
 - pesten gebeurt stiekem, het is slecht zichtbaar voor de leiding

Vervolg

- Uit angst
- Omdat het stoer is
- Erbij willen horen
- Problemen thuis



Waarom worden sommige kinderen gepest?

Drie factoren die van invloed kunnen zijn

- 'anders zijn'
- minder weerbaar
- eerder gepest zijn en daardoor een gewillig slachtoffer



Signalen van kind dat gepest wordt

- Vaak hoofdpijn en buikpijn
- Angst om naar school te gaan
- Schoolresultaten gaan achteruit
- Afzonderen
- Weinig tot geen vrienden



Kenmerken slachtoffer

- Angstiger, minder zelfverzekerd
- Voorzichtig, lief, verlegen
- Geen of weinig vrienden
- Afkeer geweld/moeite zich te verdedigen
- Soms provocerend/irriterend

Kenmerken pester

- Sterk, agressief gedrag vertonen
- Behoeft aan macht, de baas willen spelen
- Leeft zich niet in, voelt zich niet schuldig
- Moeite om gevoelens onder woorden te brengen
- Soms zelf ook slachtoffer geweest

Kenmerken rest van de groep

- Meelopers/meepesters
 - soms uit angst
 - soms actief meedoen
- De stille
- De stiekemer
- De helper
- Niets in de gaten

Gevolgen van pesten

- Weinig zelfvertrouwen, onzeker, eenzaam
- Verslechtering schoolprestaties
- Ontwikkeling sociale vaardigheden onvoldoende
- 60% van pesters voor 24 jaar al in aanraking met justitie
- Normverandering t.a.v. agressie/pesten

Vervolg

- Psychische, lichamelijke en sociale gevolgen
Voor zowel slachtoffer als pester
Maar ook voor de rest van de klas:
 - Ongezellige/slechte sfeer
 - Er wordt niet goed meer meegedaan in de klas
 - Klasgenootjes voelen zich rot

Stellingen

1. Van pesten word je hard daar moet je maar tegen kunnen
2. Als je ziet dat er gepest wordt, ben je ook verantwoordelijk

Niemand is schuldig
Iedereen is
verantwoordelijk

Tips voor ouders van gepeste kinderen

- Neem het probleem van uw kind niet over
- Neem uw kind serieus, wat betekent het voor hem/haar
- Stimuleer het zelfvertrouwen van uw kind
- Praat met uw kind over pesten
- Leer uw kind omgaan met de moeilijke kanten van het leven
- Bied onvoorwaardelijke steun
- Deskundige hulp
- Stel dat ... methode
- Steun bij uitvoeren oplossing

Stel dat.....

- Positief reageren op oplossing kind
- Kind bedenkt meer oplossingen
- Reactie ouder: positief waarderen
- Eventueel aanvullen, maar kind vragen naar mening
- Bespreek oplossingen
- Maak afspraken

Tips voor ouders van kind dat pest

- Neem uw kind serieus
- Onderzoek oorzaken
- Keur het pesten af, maak afspraken en regels
- Waardeer positief gedrag: beloon
- Laat uw kind zich inleven in slachtoffer: boeken en films
- Neem contact op met school
- Deskundige hulp

Tips voor alle andere ouders

- Neem problemen serieus: het kan ieder kind overkomen
- Geef het goede voorbeeld
- Iedereen is verschillend, iedereen hoort bij de klas
- Leer je kind voor anderen op te komen
- Corrigeer je kind wanneer het anderen buitensluit of meedoet met pesten
- Praat met je kind over school en koppel eventueel pestgedrag terug naar school
- Niemand schuldig, iedereen verantwoordelijk
- Pesten is onacceptabel

Sta op! Uitgangspunten

- Oplossen van het probleem is belangrijker dan het straffen van de pester
- Doe een beroep op de kracht van de groep
- Daardoor wordt het verantwoordelijkheidsgevoel en het zelfvertrouwen van de groep groter
- En ook het inlevingsvermogen van de pester en de omstanders

Stellingen

- Het is goed als ouder zelf op de pester af te stappen
- De beste oplossing is terugslaan
- Het gepeste kind lokt het zelf uit

Wat te doen: 5 sporen beleid

1. De school/leerkrachten
 2. De groep
 3. Het slachtoffer
 4. De pester
 5. De ouders
- Een schoolbrede aanpak!

7 stappen

- Gesprek met gepeste leerling
- Gesprek met supportgroep
- Problemen uitleggen zonder beschuldiging en vergroten van inlevingsvermogen
- Verantwoordelijkheid delen
- Nadenken over ideeën om pesten te stoppen
- Laat aan de groep over: gelegenheid goede voornemens uit te voeren
- Na een of twee weken gesprek met elke leerling en gepeste over verbeteringen

De vier stappen van weerbaarheid

- Benoem het gedrag van anderen en zeg dat je dit niet wilt
- Zeg boos dat je het niet wilt. Gaat de ander nog steeds door?
- Waarschuw de ander: luistert de ander nog steeds niet en gaat hij/zij nog steeds door?
- Doe dan waarvoor je hebt gewaarschuwd.

Wat doen kinderen online

- Social media
- Informatie zoeken
- Surfen en gamen
- Filmpjes bekijken

Tips voor kinderen en ouders om online pesten te voorkomen

- Instrueer uw kind nooit persoonlijke gegevens met anderen te delen
- Scherm je profiel af
- Plaats alleen neutrale foto's
- Accepteer geen vriendschapsverzoeken van onbekenden. Houd inlogcodes altijd geheim
- Vraag je kind jou te vertellen als hij iets vervelends heeft gezien of meegemaakt

Vervolg

- Zorg dat u uw kind kunt zien als hij/zij achter de computer ziet
- Ga geregeld in gesprek met uw kind wat hij/zij op de computer doet, surf mee
- Maak duidelijke afspraken met uw kind, zoals de tijd die online wordt doorgebracht

Vervolg


- Maak uw kind duidelijk dat de virtuele wereld een schijnwereld is. Wat gepresenteerd wordt als echt, kan een verzinsel zijn
- Bij kinderen is het belangrijk af en toe de history van de browser te bekijken. Hier kunt u zien waar ze geweest zijn. Instrueer tieners dat de history niet gewist mag worden
- Schakel bij steeds terugkerende dreigmail de school in

Tips om online pesten aan te pakken

- Bewaar alle mails, berichten of filmpjes
- Blokkeer de pester
- Sta er berichten of filmpjes of een website, benader dan de eigenaar
- Eventueel aangifte doen:
www.vraaghetdepolitie.nl


In gesprek met je kind hoe doe je dat

- Gebruik situaties uit het dagelijks leven
- Vraag je kind je wegwijs te maken op social media
- Gebruik humor
- Voorkom gezichtsverlies van je kind
- Stimuleer je kind zelf na te denken over het probleem en de oplossing



Waarom vertellen kinderen vaak niet dat ze gepest worden?

- Uit schaamte
- Door schuldgevoel
- Vanwege angst
- Bang dat ze van internet afmoeten
- Bang dat ouders direct actie ondernemen



Stellingen

1. Online pesten is de verantwoordelijkheid van de school
2. Online pesten is minder erg want je kunt de computer uitzetten



Pestprotocol

- Wat is een pestprotocol
- Waaruit bestaat een een pestprotocol
- Waarom is het belangrijk



Rol van de school

Bij wie kun je als ouder terecht als je te maken krijgt met pesten.

- Bij de leerkracht
- Bij de vertrouwenspersoon van school



Wat doet de school al?



GGD Hollands Noorden

U mag altijd contact opnemen met
Ellen Labree, jeugdverpleegkundige:
elabree@ggdhollandsnoorden.nl

Iedere dinsdagochtend houd ik opvoedspreekuur, daar kunt u met alle vragen over opvoeden en opgroeien terecht.

U kunt bellen naar 088-0100555 om een afspraak te maken
