

Pesten in de klas aanpakken en voorkomen

Als leerkracht wilt u dat er een positieve sfeer heerst in de klas, dat leerlingen prettig met elkaar omgaan en dat pesten geen kans krijgt. Toch komt pesten voor op elke school en in iedere groep.

Bij pesten is er sprake van een negatieve bedoeling. De negatieve handelingen zijn structureel tegen dezelfde persoon gericht. En er is sprake van machtsongelijkheid.

Pesten herkennen

Om pesten aan te pakken is het van belang pesten te herkennen. “Leerkrachten blijken maar twintig procent van het pestgedrag waar te nemen” aldus bioloog en pestonderzoeker Patrick van Veen (Apemanagement). Volgens hem is het herkennen van pesten lastig omdat u als leerkracht zelf deel uitmaakt van de groep waarbinnen het pesten zich afspeelt. Daarnaast kunt u gewoonweg niet alles waarnemen. Buiten uw zicht om pesten leerlingen elkaar bij de kluisjes, op het schoolplein, in de gangen, in de kantine en niet te vergeten op sociale media. De volgende signalen kunnen erop wijzen dat een leerling wordt gepest:

- De leerling is vaak afwezig of ziek.
- De leerling wordt door medeleerlingen aangesproken met een bijnaam.
- De leerling haalt plotseling slechtere resultaten.
- De leerling wordt regelmatig als laatste gekozen bij het indelen van groepjes of het samenwerken.
- De leerling is vaak alleen tijdens pauzes.
- De leerling komt ruim voordat de les begint naar de klas of blijft na de les hangen.

Tip: Gebruik de [Signaalkaart Pesten](#) (Apemanagement) als hulpmiddel voor het signaleren van pesten in de klas.

Dit informatieblad biedt leerkrachten (po en vo) een handreiking om pesten in de klas aan te pakken en te voorkomen. U krijgt informatie over:

- ✓ Pesten herkennen.
- ✓ Reageren op pesten in de klas.
- ✓ Het gesprek met leerlingen.
- ✓ Communiceren met ouders.
- ✓ Online pesten.
- ✓ Pesten voorkomen.
- ✓ Wat moet de school doen tegen pesten.



Reageren op pesten in de klas

U ziet vaak vooral de reactie op het pestgedrag en niet altijd wat er aan voorafgaat. Toch is het van belang te reageren op elk signaal of elke klacht die u krijgt. Als u niet reageert, wekt u de indruk dat u gedrag goedkeurt. Door te reageren geeft u aan dat u het serieus neemt. Onderneem de volgende acties:

- Ga in gesprek. Bespreek het pesten met de klas en eventueel met de betrokken leerlingen afzonderlijk. Vertel hen wat u heeft gezien of gehoord en vraag om uitleg. Hebben leerlingen zelf een idee hoe ze de situatie kunnen oplossen? Geef ze eventueel aanwijzingen en biedt uw hulp aan. Lees hieronder de tips voor het gesprek met leerlingen.
- Grijp in als het pestgedrag aanhoudt. Neem maatregelen en maak afspraken met de betrokkenen en hou het gesprek over pesten gaande in de klas.
- Hou de vinger aan de pols en check of gemaakte afspraken worden nagekomen en de situatie is opgelost.
- Neem afhankelijk van het voorval (straf)maatregelen.
- Informeer ouders over pestvoorvallen in de klas (en op sociale media). Breng ze op de hoogte van de gemaakte afspraken en de maatregelen die u heeft genomen. Zo kunnen ze het voorval ook thuis bespreken en laat u zien dat u pesten serieus neemt. Nodig afhankelijk van het voorval de ouders van de pester(s) en gepeste uit voor een gesprek. Zie de tips voor het gesprek met ouders.
- Raadpleeg de coördinator anti-pestbeleid op uw school. Deze persoon heeft ook de taak advies te geven over de aanpak van pesten en fungeert als klankbord voor collega's met vragen over pesten.

Tips: gesprek met de leerling

- Laat de leerling zijn verhaal vertellen.
- Luister en vat samen.
- Stel voornamelijk open vragen.
- Vraag: wat wil je dat ik nu doe?
- Vertel duidelijk wat je wel en niet kunt doen om de situatie te veranderen.
- Maak afspraken.
- Plan een vervolgspraak op korte termijn.
- Vertel de leerling dat er op school een aanspreekpunt pesten is.
- Bespreek met de leerling hoe de ouders kunnen worden geïnformeerd.

Tips: gesprek met ouders

- Neem vragen, zorgen en klachten van ouders over pesten altijd serieus.
- Maak een afspraak voor een gesprek en reserveer hiervoor voldoende tijd.
- Luister naar wat de ouders u te vertellen hebben en toon begrip voor hun zorgen.
- Vertel wat u als leerkracht ziet, hoort en weet over de situatie en vertel de ouders wat u al heeft gedaan om het pesten aan te pakken.
- Informeer ouders over het veiligheidsbeleid van de school (pestprotocol, aanspreekpunt pesten, veiligheidsplan, regels/afspraken).
- Spreek verwachtingen naar elkaar uit.
- Maak duidelijke afspraken en kom ze na.
- Verwijs ouders eventueel door (het aanspreekpunt pesten, de vertrouwenspersoon).

Online pesten

Veel pestgedrag tussen leerlingen speelt zich online af op sociale media en internet. Kinderen die offline gepest worden, worden veelal ook online gepest. Bij online pesten zijn de effecten merkbaar tot in het klaslokaal ook al speelt het pesten zich buiten school af. Onderstaande tips kunnen helpen om online pesten aan te pakken en te voorkomen:

- **Investeer in mediawijsheid**
Leer leerlingen bewust om te gaan met sociale media en internet. Besteed aandacht aan privacy en het zorgvuldig omgaan met persoonlijke gegevens en beeldmateriaal. Wijs ze op de risico's en gevaren en bespreek met de klas gewenst online gedrag. Maak bijvoorbeeld afspraken met de klas hoe met elkaar om te gaan op sociale media.
- **Bespreek school- /klassenregels en afspraken**
Weet welke afspraken en regels gelden op school- ook over online gedrag- en bespreek dit regelmatig in de klas. Wat mag wel en wat mag niet? Ga op een leuke manier aan de slag met het maken van afspraken over hoe de klas met elkaar wil omgaan. Denk daarbij ook aan het omgaan met elkaar op sociale media (de klassenapp). Lestip: [Whatshappy](#) (Kennisset)
- **Informeer over strafbaar gedrag**
Op dit moment is er geen wetsartikel dat cyberpesten expliciet strafbaar stelt. Sommige vormen van online pesten zijn wel strafbaar, zoals hacking, stalking, grooming en sexting. Leer leerlingen dat ze strafbaar gedrag vertonen als ze bijvoorbeeld een naaktfoto van een minderjarige doorsturen of als ze iemand bedreigen.
- **Bied hulp aan**
Vertel leerlingen bij wie ze op school terecht kunnen als ze te maken krijgen met ongewenst online gedrag (leerkracht, mentor, vertrouwenspersoon, aanspreekpunt pesten). Weet ook naar welke externe organisaties of websites u ze kunt verwijzen ([Pestweb](#), [Meldknop](#), [Helpwanted](#), [vraaghetdepolitie](#)). Adviseer leerlingen om bewijsmateriaal (screenshots, chats, mails) te verzamelen.



Pesten voorkomen

Als leerkracht speelt u een belangrijke en onmisbare rol in tegengaan van pesten. U doet dit niet alleen door in te grijpen bij pestgedrag. Minstens zo belangrijk is het investeren in het scheppen van een goede sfeer in de klas. De eerste weken van het schooljaar – de gouden weken- bieden hier een uitgelezen kans voor. Maar aandacht besteden aan een positieve groep is het hele schooljaar van belang. Door actief te werken aan groepsvorming heeft u invloed op de groep en zorgt u ervoor dat leerlingen eerder bij u komen als er iets speelt.

Informeer ook ouders over de manier waarop u werk maakt van een veilige en fijne groep. Meer informatie en handreikingen krijgt u in het [Informatieblad Groepsdynamica in de klas](#).

“Ik ben erg tevreden hoe kinderen met elkaar omgaan. Ik heb hier in de eerste schoolweken veel aandacht aan besteed en zie dat het zijn vruchten begint af te werpen. We worden steeds meer een groep en slagen er steeds beter in positief op elkaar te reageren”

Bericht aan ouders van leerkracht (groep 6)

Wat moet de school doen tegen pesten?

Zonder veiligheidsbeleid vanuit de school is het aanpakken van pesten in de klas niet makkelijk. Elke school voor primair en voortgezet onderwijs in Nederland is sinds augustus 2015 verplicht een actief veiligheidsbeleid te voeren gericht op het tegengaan van pesten. Iedere school moet onder andere een coördinator anti-pestbeleid hebben. En een ‘aanspreekpunt pesten’ waar leerlingen en hun ouders terecht kunnen als ze te maken krijgen met pesten. Lees meer over de [Wet Veiligheid op school](#) op onze website.

Voor vragen of advies over het aanpakken van pesten in de klas kunt u terecht bij de helpdesk van Stichting School & Veiligheid: tel: 030-285 66 16 (schooldagen van 9-16 uur)

Meer informatie over pesten vindt u op onze website www.schoolveiligheid.nl

