

Plan sociale veiligheid

Datum: april 2025

Inhoudsopgave

1. Waarom wij kiezen voor een plan sociale veiligheid?
2. Achtergrondinformatie
 - 2.1 Wat verstaan wij onder pesten?
 - 2.2 Kenmerken van de pester
 - 2.3 Kenmerken van de gepeste
 - 2.4 Signalen die wijzen op pestgedrag
3. Op welke manier wordt op onze school gewerkt aan het voorkomen van pestgedrag?
 - 3.1 Visie
 - 3.2 Gesprek – spel – werken - vieren
 - 3.3 Thema's
 - 3.4 kinderraad
 - 3.5 Problemen bij het buiten spelen
4. De no-blameaanpak in situaties waarin pestgedrag voorkomt
 - 4.1 De no-blameaanpak
 - 4.2 De zevenstappenprocedure
5. Informatie en hulpbronnen voor groepsleiding

1. Waaron wij kiezen voor een plan sociale veiligheid

Onze school is een Jenaplanschool. Jenaplanscholen proberen het échte leren, écht omdat het als zinvol wordt beschouwd, te stimuleren. Met andere woorden: we proberen kinderen in aanraking te brengen met echte dingen, echte mensen en echte gevoelens. We doen dit op een niveau dat ze kunnen bevatten. Samen leren en leven lukt alleen als iedereen zichzelf kan zijn. Pas dan kunnen ieders mogelijkheden volledig ontplooid worden. Het is daarom belangrijk dat kinderen zich in onze school veilig voelen. Wij streven naar een prettige, ontspannen en open sfeer, waarin de kinderen zich gerespecteerd voelen en ervaren dat er voor iedereen, ongeacht capaciteiten en vaardigheden, de nodige belangstelling en aandacht is.

In en rondom school doen zich buitengewoon veel situaties voor, waarin kinderen zich heel kwetsbaar opstellen, zowel in de stamgroep als tijdens het buitenspelen. Situaties die gemakkelijk kunnen leiden tot gevoelens van ontevredenheid, jaloezie, je achtergesteld of genegeerd voelen. Dergelijke situaties kunnen tot pestgedrag leiden. Pestgedrag is een fenomeen dat zich regelmatig voordoet, zowel bij kinderen als bij volwassenen. Een verschijnsel dat zich niet alleen op school of binnen het gezin voordoet, maar ook op bredere schaal binnen de samenleving. Pestgedrag heeft ingrijpende gevolgen voor kinderen, de ouders en de groep.

Een kind dat gepest wordt kan zich onveilig voelen. Hierdoor kan het zich niet optimaal ontwikkelen. Het kan zich bijvoorbeeld niet goed concentreren, het leren stagneert, het omgaan met andere kinderen verloopt moeizaam, etc. Ook in de thuissituatie kan het kind zich anders gaan gedragen. Het kind kan opstandig gedrag gaan vertonen, teruggetrokken gedrag, niet naar school willen, lichamelijke klachten krijgen, slaapproblemen ontwikkelen, etc. Ouders kunnen zich machteloos voelen doordat ze het gevoel hebben weinig grip te hebben op de situatie. Bij pestgedrag ontstaat bovendien een onveilige sfeer in de groep. Gesprekken zijn minder open en er kan een rollenpatroon ontstaan waarbij steeds dezelfde kinderen de boventoon voeren.

Met behulp van dit plan sociale veiligheid willen wij het pestgedrag binnen onze school niet alleen aanpakken nadat een peestsituatie is gesignaleerd, maar vooral voorkomen. Door dit gedrag met al zijn aspecten, gevolgen en de bijbehorende rollen van pester, meeloper en gepeste bespreekbaar te maken. Naast de nodige basisinformatie voor team en ouders is een plan van aanpak beschreven voor situaties waarin pestgedrag wordt gesignaleerd. En de schoolregels zijn opgenomen, deze zijn met de kinderen besproken en in de clusters duidelijk zichtbaar opgehangen.

Dit plan sociale veiligheid is een middel om de volgende doelstellingen te bereiken:

- Het team kan pestgedrag signaleren en onderkennen.

- Het protocol vormt een plan van aanpak voor ouders en school om samen
 - pestgedrag te voorkomen
 - pestgedrag tijdig te signaleren
 - pestgedrag te remediëren

2. Achtergrondinformatie

2.1 Wat verstaan wij onder pesten?

Voor ons betekent pesten:

"Gedrag dat min of meer bewust is gericht op een of meer kinderen en dat tot doel en tot gevolg heeft dat degene op wie het gericht is zich gekwetst, geraakt, vernederd, afgewezen en/of buitengesloten voelt."

Pesten heeft duidelijk andere kenmerken dan plagen. Uit een plaagsituatie kan wel heel makkelijk een pestsituatie voortvloeien. Een duidelijk overzicht van de kenmerken van plagen en pesten en van de gevolgen van dit gedrag vormen de basis voor het signaleren van pestgedrag.



Pesten en plagen, waar zit het verschil?

Plagen

Is onschuldig en gebeurt onbezonnen en spontaan, gaat soms gepaard met humor.

Is van korte duur of gebeurt slechts tijdelijk.

Speelt zich af tussen 'gelijken'.

Is meestal te verdragen of zelfs leuk, maar kan ook kwetsend of agressief zijn.

Meestal één tegen één.

Wie wíe plaagt, ligt niet vast. De partijen wisselen keer op keer.

Pesten

Gebeurt berekend (je weet meestal vooraf wie, hoe en wanneer je gaat pesten). Je wilt iemand bewust kwetsen of kleineren.

Is duurzaam: het gebeurt herhaaldelijk, systematisch en langdurig (stopt niet vanzelf en na korte tijd).

Ongelijke strijd. Onmachtgevoelens van de gepeste staan tegenover het machtsgevoel van de pester.

De pester heeft geen positieve bedoelingen en wil pijn doen, vernielen of kwetsen.

Meestal een groep (pester en meelopers) tegenover een geïsoleerd slachtoffer.

Er bestaan een neiging tot een vaste structuur. De pester is veelal steeds dezelfde, net als het slachtoffer.

De gevolgen van plagen en pesten

Plagen	Pesten
'Schaafwond' of korte draaglijke pijn (hoort bij het spel), wordt soms ook als prettig ervaren ('plagen is kusjes vragen').	Indien niet tijdig wordt ingegrepen, kunnen de gevolgen zowel lichamelijk als psychisch pijnlijk en ingewikkeld zijn en lang naslepen.
De vroegere relaties worden vlug hersteld. De ruzie of het conflict wordt spoedig bijgelegd.	Het is niet gemakkelijk om tot betere relaties te komen. Het herstel verloopt heel moeizaam.
Men blijft opgenomen in de groep.	Isolement en grote eenzaamheid bij het gekwetste kind. Aan de basisbehoefte om 'bij de groep te horen' wordt niet voldaan.
De groep lijdt er niet echt onder.	De groep lijdt onder een dreigend en onveilig klimaat. Iedereen is angstig, en men wantrouwt elkaar. Er is daardoor weinig openheid en spontaniteit. Er zijn weinig of geen echte vrienden binnen de groep.

2.2 Kenmerken van de pester

Alhoewel je niet zomaar iemand het etiket van 'pestkop' kunt opplakken op basis van een of meer van de volgende kenmerken en kinderen onderling verschillen, blijkt in de praktijk dat bij kinderen die pesten, vaak een of meer van de volgende kenmerken opvallen:

- Staat vrij positief tegenover geweld, agressie en het gebruik van stoere taal.
- Imitteert graag agressief gedrag.
- Is vlugger agressief, gebruikt meer geweld.
- Lijkt assertief: zegt spontaan wat hij denkt of voelt, komt uit voor zijn mening.
- Is vrij impulsief.
- Heeft de neiging anderen te overroepen of te domineren om controle te houden, maar is vaak minder zeker dan hij lijkt.
- Wil het middelpunt zijn en is vlug jaloers.
- Is meestal fysiek sterk of omringd door sterke vrienden die zijn gezag respecteren.
- Heeft moeite met regels, grenzen, en eigen of door anderen opgelegde regels.
- Schat situaties verkeerd in.
- Schat de gevolgen van zijn gedrag verkeerd in.
- Heeft het moeilijk met stress of spanning, die van buitenaf wordt opgelegd (proefwerken, agressie van ouders, etc.).

- Lijdt vaak aan faalangst.
- Hoe onveiliger hij zich voelt, hoe groter de behoefte aan een zondebok.
- Is niet noodzakelijk dommer of slimmer dan de rest.
- Geniet respect uit angst en niet uit waardering.
- Heeft een zwak inlevingsvermogen, is vooral met zichzelf bezig en houdt geen rekening met anderen.

2.3 Kenmerken van de gepeste

Alhoewel wij niet zomaar iemand het etiket van 'gepeste' kunnen opplakken op basis van een of meer van de volgende kenmerken en kinderen onderling verschillen, is in de praktijk wel gebleken dat bij kinderen die gepest worden een of meer van de volgende kenmerken opvallen:

- Houdt niet van geweld en agressief of onbeschoft taalgebruik.
- Weet niet hoe hij met agressie van anderen om moet gaan.
- Is meestal fysiek zwakker.
- Is eerder in zichzelf gekeerd.
- Is geneigd zich onderdanig of gedienschtig te gedragen.
- Is onzeker in zijn sociale contacten.
- Durft niet op te komen voor zichzelf.
- Heeft vaak een lage dunk van zichzelf en gelooft uiteindelijk, dat hij het verdient om gepest te worden.
- Voelt zich vaker eenzaam dan andere kinderen.
- Voelt niet goed aan, welke regels of normen er binnen de groep gelden.
- Reageert niet op de gepaste manier op druk: begint te huilen of gedraagt zich slaafs, gaat klikken of vleien, probeert zich vrij te kopen met snoep of geld, probeert de pestkoppen na te bootsen, maar faalt daarin.

2.4 Signalen, die wijzen op pestgedrag

Vaak kunnen door middel van een goede observatie al bepaalde signalen van pestgedrag worden opgevangen. Door het goed observeren van kinderen in verschillende situaties, zoals gesprek, spel, werk en viering, kunnen peestsituaties al in een vroeg stadium worden gesignaleerd en kan worden ingegrepen.

Mogelijke signalen bij de gepeste:

- Het kind zoekt het veilige gezelschap van de groepsleider.
- Het staat dikwijls alleen op de speelplaats; er komen geen vriendjes thuis om te spelen en het wordt ook niet uitgenodigd om te komen spelen, of te komen op feestjes en logeerpartijen. Als er groepjes worden gekozen, wordt het kind als laatste gekozen, of het blijft over.
- Het kind maakt zich het liefst onzichtbaar. Het is vaak verdrietig of neerslachtig, of heeft onverwachte stemmingswisselingen met driftbuien.
- In sommige gevallen is het onhandelbaar, agressief en overspannen.

- Het kind is vaker zijn spullen kwijt. Let zeker op, als het kind normaliter niet slordig is. Ook als het kind niet weet hoe het komt of excuses zoekt, is er vaak meer aan de hand.
- De schoolresultaten worden opeens veel slechter.
- Het kind is vaak afwezig, letterlijk of figuurlijk. Het vlucht weg in de fantasie. Het kind komt liever niet te vroeg op school en is meteen na school weer weg en is gestrest als het weer naar school moet, zoekt naar redenen om niet naar school te gaan.
- Het kind heeft blauwe plekken en schrammen.

Signalen bij de pester:

- Het kind kan zich moeilijk inleven in de gevoelens van anderen en heeft weinig of geen schuldgevoelens.
- Het kind kan moeilijk grenzen aanvaarden die door anderen worden opgelegd.
- Het kind vindt het moeilijk om samen te spelen of samen te werken, omdat het altijd de baas wil zijn.
- Het verdraagt het slecht om afhankelijk te zijn van het toeval of van de bekwaamheid of onbekwaamheid van anderen.
- Zijn vriendjes zijn vaak gelijkgezinden. Ze spreken vaak negatief of kleinerend over bepaalde kinderen. Wie niet bij de groep hoort, is een zwakkeling of zelfs een vijand.
- Zijn vriendjes zijn meelopers, die wachten op instructies van de pester.
- De pester is regelmatig brutaal tegenover een zwakker gezinslid. Dit kan ook een ouder zijn.
- Je krijgt de indruk, dat het kind een dubbelleven leidt: thuis of tegenover de groepsleider is het volgbaar en braaf, maar je hoort klachten over het kind op onbewaakte momenten.
- Het kind heeft blauwe plekken of schrammen.

3. Op welke manier wordt in onze school gewerkt aan het voorkomen van pestgedrag?

3.1 Visie

Er wordt op onze school veel aandacht besteed aan de ontwikkeling van sociale vaardigheden en aan expressie. Daardoor en door het feit dat kinderen vanuit hun eigenheid benaderd worden, kunnen alle kinderen zich op hun gemak voelen op school. Natuurlijk loopt er wel eens iets niet lekker, wordt er wel eens gemopperd en er wordt wel eens iemand boos, maar wanneer een bepaalde handelwijze wordt afgewezen, proberen we heel bewust te voorkomen dat de indruk ontstaat dat het kind zelf wordt afgewezen. Een band van vertrouwen moet blijven bestaan en is voorwaarde voor optimaal functioneren. Wanneer kinderen zich veilig en gewaardeerd voelen, is de kans op pestgedrag kleiner.

3.2 Gesprek – Spel – Werk - Viering

Het gesprek is de basis van veel activiteiten. Gedachten, gevoelens, ervaringen en standpunten worden uitgewisseld. Luisterend naar elkaar leren de kinderen de ander kennen

en tegelijkertijd gedachten onder woorden brengen, gevoelens uiten, meningen geven en kritisch naar andermans mening luisteren. Er zijn op onze school vele toepassingen van kringen en kringgesprekken. In het kader van dit plan sociale veiligheid zijn vooral de nabesprekingskring en de gesprekskring van belang. In een gesprekskring komen allerlei onderwerpen op sociaal-emotioneel gebied aan bod. Dit kunnen onderwerpen zijn die door de groepsleiding worden aangedragen, maar er kunnen in deze kring ook zaken besproken worden die op dat moment voor bepaalde kinderen belangrijk zijn, zoals problemen rondom pesten. Daarnaast werken we ook tijdens onze andere basisactiviteiten aan het voorkomen van pesten. Bij spel kun je bijvoorbeeld denken aan het spelen van een rollenspel en het maken van spelafspraken. Wat betreft het werk kun je denken aan het samenwerken tijdens het stilwerkuur, het schrijven van teksten over pesten en alles wat daar mee te maken heeft en het maken van een w.o. werkstuk. Maar ook tijdens bijv. reken en taal instructies is het belangrijk om verschillende inzichten en aanpakken te bespreken en te laten zien dat het hebben van verschillende meningen hoort bij het leven. Bij vieringen speelt samenzijn, samen genieten een grote rol. Dit bevordert de groepssfeer en de band die de kinderen onderling hebben.

3.3 Thema's

Wereldoriëntatie vormt het hart van het Jenaplanonderwijs. Binnen onze school geven wij vorm aan wereldoriëntatie aan de hand van thema's. Hierin kan pesten een thema zijn.

3.4 Kinderraad

Op school is er een kinderraad. Ook hier kunnen problemen rondom pesten worden besproken. De kinderraad bestaat uit kinderen uit verschillende groepen. Uit elke groep van de midden- en bovenbouw neemt één kind deel aan de kinderraad. Zij komen een aantal keer per jaar bij elkaar. Iedereen (kinderen, teamleden, directie) kan onderwerpen aandragen.

3.5 Problemen bij buiten spelen

- Veel probleemgedrag kan voorkomen worden door niet gestructureerde tijd voor te structuren.
- Spreek met kinderen een plek af waar ze "veilig" kunnen spelen. Geen ballen, tikspelen enz.
- Maak met kinderen een speelplan. Wat gaan ze doen? Met wie? Welk materiaal?

Stappenplan conflicten oplossen/ uitpraten

Te doen:	Wat als dit niet lukt?
Probeer de kinderen op een rustige manier bij elkaar te krijgen en zoek een plek op waar je kan praten.	Bijvoorbeeld kinderen rennen weg/ luisteren niet. Geef aan dat ze tijd krijgen om af te koelen en waar je ze verwacht. Bijvoorbeeld over 1 minuut bij de bank of boom.
Probeer erachter te komen wat de oorzaak van het conflict is. Laat ieder vertellen wat er gebeurd is, stel de oorzaak samen vast. Streef ernaar dat de kinderen zich in elkaar verplaatsen.	
Vraag bij de kinderen naar mogelijke oplossingen. Geef als begeleider als laatste aan welke oplossing je ziet.	Ga één voor één de oplossingen na en laat de kinderen bij elke oplossing hun mening geven. Streep oplossingen die door beide kinderen worden afgekeurd direct weg.
Beslis wat de beste oplossing is. Het liefst door de kinderen samen. Ga na of beide kinderen deze begrepen hebben.	Maak afspraken over wie wat wanneer gaat doen en wanneer bekeken wordt of de oplossing werkt.
Ga na of de oplossing gewerkt heeft.	

4. De no-blameaanpak in situaties waarin pestgedrag voorkomt

4.1 De no-blameaanpak

De no-blameaanpak is een niet bestraffende en probleemoplossende strategie. De verantwoordelijkheid wordt bij de groep gelegd. De pester(s), de meelopers en een aantal neutrale groepsleden worden samengebracht en gaan op zoek naar mogelijke oplossingen. Deze aanpak heeft niet ten doel de pester te beschuldigen of te straffen. De groep krijgt de verantwoordelijkheid een aantal voorstellen te doen om het negatief gevoel bij het slachtoffer weg te nemen of te verminderen. Op die manier wil men het inlevingsvermogen van de pester en andere groepsleden aanwakken. Deze aanpak past bij onze visie die een positief schoolklimaat en een open communicatie nastreeft. Ouders van kinderen die deel gaan nemen aan een gesprekscyclus worden door de groepsleider geïnformeerd. Met de ouders van de pester(s) bespreken we het niet wenselijke gedrag.

4.2 De zevenstappenprocedure

Als pesten is vastgesteld of gemeld, kan de no-blameaanpak een eenvoudige zevenstappenprocedure bieden die een begeleider kan toepassen. Elke stap is belangrijk in het geheel! Waar nodig kan de begeleider de stappen afstemmen op het niveau van de kinderen.

Stap 1: Gesprek met de gepeste

- Moedig het slachtoffer aan om te vertellen hoe hij zich voelt. Geef meelevende reacties: Dat zal wel heel erg voor je zijn; dus je was erg overstuur.
- Het is niet bedoeld om bewijsmateriaal te verzamelen. Spreek in termen van het pijnlijke effect, bijvoorbeeld: "Ze negeren me allemaal." "Dus je voelde je heel alleen en je was overstuur omdat niemand met je wilde praten."
- Geef aan dat niemand aangewezen gaat worden als schuldige of de schuld gaat krijgen.
- Ga na of de gepeste je iets gemeld heeft dat de groep niet mag weten.
- Vraag om namen van pesters, meelopers/toeschouwers en enkele vrienden (zij gaan samen de gespreksgroep vormen).
- Vraag het slachtoffer iets te tekenen of te schrijven over hoe hij zich voelt.
- Spreek af dat het slachtoffer tijdens het proces op elk moment kan komen om te melden als iets niet goed loopt.
- Het slachtoffer gaat geen deel uitmaken van de gespreksgroep.

Stap 2: Bijeenkomst organiseren met betrokken kinderen

- Liefst een groep van 6 tot 8 kinderen met daarin de pester(s), meelopers/toeschouwers en vrienden van het slachtoffer.

Stap 3: Leg het probleem uit

- Begeleider vertelt dat hij een probleem heeft ("is bezorgd om 'Piet' die het momenteel erg moeilijk heeft").
- Begeleider vertelt over pijn en misère van het slachtoffer en laat tekst/tekening zien.
- Er wordt geen enkele keer over de details van de gebeurtenissen gesproken, er wordt niemand beschuldigd.

Stap 4: Deel de verantwoordelijkheid

Stel uitdrukkelijk dat:

- Niemand zal worden gestraft .
- Er nu gedeelde verantwoordelijkheid is om "Piet" te helpen zich gelukkig en veilig te voelen.
- De groep bij elkaar geroepen is om het probleem te helpen oplossen.

Stap 5: Vraag naar de ideeën van elk groepslid

- Elk lid van de groep wordt aangemoedigd om een manier voor te stellen waarop het slachtoffer kan worden geholpen om zich gelukkiger te voelen. De ideeën moeten worden verwoord in 'ik-taal' ("Ik zal met hem naar school fietsen", "Ik zal hem uitnodigen om te spelen" enz).

Stap 6: Laat het aan hen over

- Beëindig de bijeenkomst en leg de verantwoordelijkheid om het probleem op te lossen bij de groep. Er wordt geen schriftelijk verslag gemaakt, het is een kwestie van vertrouwen.
- De begeleider bedankt voor het meedoen en geeft uitdrukking aan zijn vertrouwen in een positieve afloop.
- Afspreken hoe de begeleider elk lid van de groep afzonderlijk zal spreken om te horen hoe alles loopt.

Stap 7: Spreek hen opnieuw

- Ongeveer een week later spreekt de begeleider met elk groepslid en met het slachtoffer over de gang van zaken.
- Het slachtoffer hoeft niet het populairste lid van school te worden maar moet zich opnieuw veilig en gelukkig voelen.

5. Informatiebronnen en hulpmiddelen voor de groepsleiding

- *Een schreeuw om hulp* – George Robinson en Barbara Maines – Uitgeverij Bakermat
De No-blameaanpak bij pesten.
- Zie ook info schoolreglement: gedragsprotocol Jenaplanschool Hanevoet.