

Pest- protocol

Evangelische
Basisschool
de Morgenster

Amsterdam
april 2018

Pestprotocol EBS de Morgenster

INHOUDSOPGAVEN	BLZ.
STAPPENPLAN PESTPROTOCOL	3
1. INLEIDING	4
2. PREVENTIE	6
2.1 Achtergrondinformatie voor leerkracht	
➤ Wanneer het pestprotocol raadplegen	
➤ Oorzaken van pestgedrag	
➤ Definities plagen & pesten	
➤ Conclusies	7
➤ Gevolgen van het pesten voor het slachtoffer	8
➤ Schema: gevolgen van het pesten	
2.2 Pedagogische klimaat in de klas	8
➤ Pestgedrag op school	
➤ Evangelisch kader	9
2.3 Bespreekbaar maken in de klas	10
3. AANPAK	11
3.1 Signaleren van pestgedrag	
➤ Signalen van slachtoffers	
➤ Signalen van pesterijen	
➤ Signalen van de pesters	12
➤ Vijf aandachtsgebieden bij pestgedrag in de klas	
○ Het slachtoffer	
○ De pester	13
○ De leerkrachten	
○ De klasgenoten	14
○ De ouders	
3.2 Directe aanpak	14
➤ Informatie No-Blame aanpak	15
➤ Stappenplan: No-Blame / steungroepaanpak	18

STAPPENPLAN PESTPROTOCOL

SIGNALEN PESTGEDRAG

NEE

JA

1. GESPREK MET GEPESTE DOOR LKR

2. GESPREK MET PESTER DOOR LKR

GEEF

HOUDT PESTGEDRAG AAN?

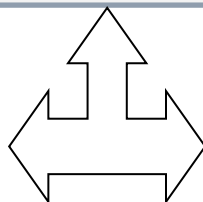
JA

OVERLEG LEERKRACHT MET IB / PESTCOÖRDINATOR

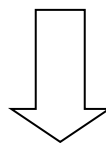
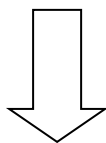
MAAK HP
UITVOERING
PEST-
PROTOCOL IN
PARNASSYS

3. (APART) GESPREK MET OUDERS
van pester en gepeste door lkr

GROEP 1-3: LEERKRACHT
VOERT TIPS UIT BIJ
GEPESTE EN PESTER



GROEP 3-8:
LEERKRACHT START
NO-BLAME AANPAK

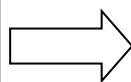


HOUDT PESTGEDRAG AAN?

NEE

JA

OVERLEG MET IB / PESTCOÖRDINATOR



OVERLEG: OKA, ZBO,
LEERKRACHT



(APART) OVERLEG MET OUDERS
van pester en gepeste

PBS LESSEN IN GOED GEDRAG O.A. 'STOP, HOU OPI'
EN 10 SCHOOLREGELS
REGISTREER INCIDENTEN IN PARNASSYS

1. INLEIDING

Dit pestprotocol is een leidraad voor het voorkomen en het aanpakken van het pestgedrag tussen kinderen op de basisschool de Morgenster.

Met dit pestprotocol zorgt de school dat:

- Alle kinderen zich in hun basisschoolperiode veilig voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen.
- Regels en afspraken zichtbaar worden. Hierdoor kunnen kinderen en volwassenen (als er zich ongewenste situaties voordoen) elkaar aanspreken op deze regels en afspraken.
- Een positieve sfeer gestimuleerd wordt. Dat gebeurt door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen. Dit zorgt er voor dat kinderen met plezier naar school te gaan.

Pesten komt op elke basisschool voor. Pesten wordt gezien als probleem door alle direct betrokken partijen: leerlingen (gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep), leerkrachten en de ouders/verzorgers.

Het lijkt onmogelijk het pesten uit de school te verbannen. De school kan er wel voor zorgen dat het pestgedrag zo veel mogelijk wordt terug gedrongen en deels voorkomen.

Het is daarom van groot belang dat er in eerste instantie is een goed preventiebeleid is.

Voorkomen is altijd beter dan genezen. Daarnaast is het erg belangrijk direct te handelen wanneer pestgedrag wordt signaleerd.

Nog belangrijker is te weten wat te doen en welke stappen te ondernemen als pesten in een ver stadium verkeert.

De school probeert pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten op dat moment wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld. Als pesten optreedt, moeten leerkrachten (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen en het plan van aanpak in werking zetten.

Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan is de inschakeling van een vertrouwenspersoon nodig.

De vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen.

Het team heeft een driejarige teamcursus SWPBS gevolgd (School Wide Positive Behaviour Support). Dit wordt op school afgekort als PBS. Doelstelling hiervan is dat het aanleren van gewenst gedrag in elke ruimte op dezelfde manier gebeurt en duidelijk is wat voor gedrag er wordt verwacht. Op school zie je dit onder andere terug in de posters met gedragsregels.

Gedurende het schooljaar blijven we de gedragsverwachtingen oefenen en herhalen middels lessen in goed gedrag.

Vast onderdeel zijn de pest-preventie lessen rondom het signaal: Stop, hou op!

Ieder teamlid doorloopt een vaste procedure bij een melding door een leerling van ongewenst gedrag. En gebruikt ook een vaste procedure na de melding van ongewenst gedrag, in het gesprek met de 'dader(s)'.

De drie waarden van de school zijn verantwoordelijkheid, respect en veiligheid. Deze zijn verankerd in de grondwaarden geloof en liefde.

2. PREVENTIE

2.1 Achtergrondinformatie voor leerkracht

➤ Wanneer het protocol raadplegen

- Wanneer er pestgedrag gesignaleerd wordt door de leerling, leerkracht of collega
- Wanneer er door ouders aangegeven wordt dat een kind gepest wordt
- Wanneer er dagelijks lichamelijk en / of geestelijk geweld plaatsvindt en wordt opgemerkt dat een kind teruggetrokken gedrag vertoont

➤ Oorzaken van pestgedrag

- Een problematische thuissituatie bij pester
- Voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen)
- Voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt
- Voortdurend met elkaar de competitie aan gaan
- Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt
- Wanneer een kind 'anders' is dan de groep afwijkend gedrag / kleding of fysiek kan een kind buiten de groep vallen en slachtoffer zijn van pestgedrag.

➤ Definitie plagen & pesten

Definitie plagen

“Bij plagen is er sprake van incidenten. Vaak is het een kwestie van elkaar voor de gek houden. Het is niet bedreigend. De machtsverhouding is gelijk. De geplaagde loopt geen blijvende psychische en/of fysieke schade op en is in staat zich te verweren”. (Olweus, 1992)

Definitie pesten

“Het op systematische wijze toepassen van lichamelijk, geestelijk of seksueel geweld door één of meer leerlingen ten opzichte van meestal één klasgenoot die niet (meer) in staat is zichzelf te verdedigen.” (Van der Meer, 2002)

“Pesten is een vorm van agressief gedrag dat wordt gekenmerkt door herhaalde handelingen tegenover een slachtoffer dat zichzelf niet makkelijk kan verdedigen. Pesten kan bestaan uit directe lichamelijk of verbale aantijgingen, maar omvat ook andere vormen van agressie zoals het uitsluiten van anderen of roddelen.”
(Fekkes, 2005)

“Pesten is een stelselmatige vorm van agressie waarbij één of meer personen proberen een andere persoon fysiek, verbaal of psychologisch schade toe te brengen. Bij pesten is de macht ongelijk verdeeld.”
(Nederlands Jeugdinstituut, 2011)

➤ Conclusies

Bij pesten gaat het vooral om machtsverschillen. In verschillende definities over pesten komt dit naar voren.

Bij pesten is de relatie tot de ander niet gelijkwaardig. Het richt zich op het kind of de personen die verbaal of fysiek zwakker zijn ten opzichte van de pester.

Bij plagen is dit anders, omdat de geplaagde zich nog kan verdedigen. Plagen is bijvoorbeeld bedoeld om grappig te zijn of om aandacht te vragen.

Let op: Pesten is natuurlijk ook vaak een vorm van aandacht vragen door de pester.

Er is bij plagen sprake van incidenten die NIET bedreigend zijn.

Bij pesten gaat het echter om het moedwillig pijn doen van de ander. Dit kan zowel fysiek als met woorden worden geuit, maar ook door het buitensluiten van de gepeste.

De pester ‘kiest’ iemand uit, waarover hij of zij de baas kan spelen. Degene die gepest wordt is de ondergeschikte en durft niet meer voor zichzelf op te komen, waardoor het pesten langdurig kan blijven doorgaan.

Pestgedrag wordt in de meeste definities beschreven als een vorm van agressie.

Het hoeft niet altijd met geweld gepaard te gaan, omdat pesten ook vaak op subtiele wijze plaatsvindt door te roddelen of kwaad te spreken over een ander.

➤ Gevolgen van het pesten voor het slachtoffer

Vooraf in de kindertijd en in de jeugd wordt de koers bepaald voor het lichamelijke en geestelijk welbevinden op latere leeftijd. Wanneer kinderen gedurende lange tijd worden gepest gaan zij dit als vanzelfsprekend beschouwen.

Kinderen gaan zich minderwaardig voelen en krijgen depressieve gevoelens. Ze sluiten zich af van de rest van de wereld.

Naast lichamelijke en geestelijke schade, heeft het langdurig pesten ook een negatief effect op de prestaties van het kind.

Een kind kan zich niet optimaal ontwikkelen als het voortdurend in angst en onzekerheid leeft.

➤ Schema: gevolgen van het pesten

Gevolgen korte termijn slachtoffer	Gevolgen lange termijn slachtoffer	Gevolgen korte termijn pester	Gevolgen lange termijn pester
Onveilig gevoel	Depressiviteit	Gedragsproblemen	Blijvende gedragsproblemen
Angstig	Angststoornis/ stress	Agressiviteit	Sociale problemen
Belemmering in ontwikkeling	Sociale problemen	Dominant gedrag	Middelen misbruik
Isolement	Negatief zelfbeeld	Moeite met vriendschappen	Crimineel gedrag
Gezondheidsklachten	Eenzaamheid/ isolatie	Isolement	Impulsiviteit
Vermoeidheid	Slaapproblemen		Antisociaal gedrag
Bedplassen	Zelfmoord neiging		Geweldpleging
Ongelukkig	Eetstoornis		
Slechte eetgewoonte			

2.2 Pedagogisch klimaat in de klas

➤ Pestgedrag op school

In de klas is er altijd minstens één persoon die buiten de groep valt. Voor de pesters een aanleiding dat kind in de rol van de zondebok te duwen. Gedrag wordt aangeleerd. Wanneer kinderen in een omgeving opgroeien waar geweld getolereerd wordt, zullen zij niet anders weten dan dat geweld normaal is. Het is de taak van de primaire opvoeders dit in goede banen te leiden. Het

klassenklimaat is van groot belang. Leerkrachten hebben een belangrijke voorbeeldfunctie. Als leerkracht moet je oog hebben voor de verscheidene facetten van het groepsgebeuren. Wanneer dit niet het geval is, kunnen kinderen hun gang gaan. Kinderen bepalen dan zelf hun normen en waarden en zien het verschil tussen goed en kwaad niet meer. De wijze waarop de gehele school werkt is ook van groot belang. Als de school veel waarde hecht aan een goed schoolklimaat, aan normen en waarden en aan respect voor elkaar, zorgt deze ervoor dat er activiteiten rondom deze thema's gehouden worden, waar elk medewerker van de school aan bijdraagt. Wanneer er daarnaast op brede wijze aandacht wordt geschonken aan het pesten en de preventie van pesten zal het pestgedrag in zijn geheel afnemen op school.

Gedurende het schooljaar blijven we de PBS gedragsverwachtingen oefenen en herhalen middels lessen in goed gedrag. Vast onderdeel zijn de pest-preventie lessen rondom het signaal: Stop, hou op!

Iedere leerkracht gebruikt een vaste procedure bij een melding door een leerling van ongewenst gedrag. En gebruikt ook een vaste procedure na de melding van ongewenst gedrag, in het gesprek met de 'dader(s)'.

➤ Evangelisch kader

Kader: evangelisch onderwijs. Ieder kind is uniek. En ieder kind mag er zijn. Voor ieder kind moet een school een veilige plek zijn. Jezus' liefde voor anderen mensen is hierin ons voorbeeld.

Verder benaderen we kinderen vanuit hun talenten en gaven.

Daarom benadrukken we wat kinderen al kunnen en goed doen!

Vanuit de context van Taakspel zal het positieve gedrag ook van pesters benadrukt worden.

Wij mogen allemaal leven uit genade, uit vergeving. Het is goed te beseffen dat je als leerkracht ook naar pesters toe uitspreekt, als het voorbij is, dat het nu weer goed is ("juf is nu niet meer boos").

Pesters hebben ook vergeving nodig.

2.3 Bespreekbaar maken in de klas

Een onderdeel van het pedagogisch klimaat is natuurlijk het bespreekbaar maken in de klas.

Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt, waarna met hen regels (o.a. begin van het jaar) worden vastgesteld. Bij de start van het schooljaar zijn er ook groepsvormende activiteiten. Bij deze activiteiten moet naast het gewenste gedrag ook het ongewenste gedrag (waaronder pesten valt) besproken worden.

In de lessen Sociale Vaardigheidstraining wordt hier aandacht aan besteed.

3 AANPAK

3.1 Signaleren van pestgedrag

➤ Signalen van de slachtoffers

- Ze zijn vaak alleen, ze lijken geen vrienden te hebben
- Ze proberen dicht bij de leerkracht te blijven
- Ze zien er bang, ongelukkig, neerslachtig en huilerig uit
- Ze vertonen een plotselinge of geleidelijke verslechtering in schoolresultaten
- Ze brengen geen klasgenoten mee naar huis
- Ze worden zelden ergens anders uitgenodigd
- Ze gaan vaak niet graag naar school
- Ze kiezen een vreemde weg om naar school te gaan
- Ze slapen niet goed
- Ze tonen vaak teruggetrokken gedrag wanneer er lichamelijk en/of geestelijk geweld plaatsvindt
- Ze vertonen soms plotseling ander zorgelijk gedrag

➤ Signalen van pesterijen

- Klasgenoten noemen een kind bijna altijd bij een bijnaam, eigenlijk nooit bij de eigen naam
- Zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot
- Een klasgenoot voortdurend ergens de schuld van geven
- Briefjes doorgeven
- Beledigen
- Opmerkingen maken over kleding
- Isoleren
- 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
- Pestgedrag is langdurig en vaak naar één persoon gericht. Het houdt niet vanzelf op en wordt steeds erger.
- Internetpestgedrag via social media bijvoorbeeld

➤ Signalen van de pesters:

- Ze zijn fysiek sterker dan een gemiddeld kind, of hebben fysiek sterkere kinderen, die met ze meelopen
- Ze hebben grote behoefte te overheersen en hun eigen zin te krijgen
- Ze zijn vaak tegendraads naar volwassenen toe
- Vaak hebben ze een positief zelfbeeld
- Ze intimideren kinderen
- Meisjes pesten op een subtielere manier dan jongens
- Vaak is er gebrek aan empathie

➤ Vijf aandachtsgebieden bij pestgedrag in de klas

1. Het slachtoffer

Praat met het kind. Geef het kind steun. Ga na of het hulp van buiten af nodig heeft zoals een sociale vaardigheidstraining. Ga samen met het kind op zoek naar een oplossing.

TIPS voor begeleiding van de gepeste leerling

- Medeleven tonen en luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest
- Een kind is nooit de oorzaak van pesten
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten en in laten zien wat de eigen reactie uitlokt bij de pester
- Zo is 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
- Bespreek met het kind het plan van aanpak en kom er dus ook op terug
- Sterke kanten van de leerling benadrukken
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders/beter opstelt

2. De pester

Bespreek met het kind wat pesten voor hem of haar betekent. Probeer er achter te komen waarom het kind een ander pest. Bespreek met het hem / haar wat pesten voor een ander betekent. Benadruk ook de positieve kanten van het kind. Maak het kind tegelijk wel duidelijk dat zijn of haar pestgedrag onacceptabel is. Ga samen met het kind op zoek naar een oplossing waarbij de pester actief betrokken is: zie uitvoering in stappenplan.

TIPS voor begeleiding van de pester

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

- Praten; zoeken naar de reden van het ruziemaken en pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling). Laat 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 (schouderklopje) als kind zich aan de regels houdt
- Kind: niet voor de groep, maar individueel tips geven; leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de ‘stop- hou op! opnieuw aanleren
- Praten met de ouders van de pester. Hen inlichten dat het pestprotocol/stappenplan in werking gaat. Als het pestprotocol niet het gewenste resultaat heeft binnen een maand de ouders van de pester(s) opnieuw uitnodigen.

3. De leerkrachten

Breng de schoolleiding en andere leerkrachten op de hoogte van wat er speelt in de klas.

Zoek indien nodig samen naar een oplossing, zo niet breng collega's op de hoogte van je plan van aanpak (zie stappenplan). Overleg met elkaar en vraag eventueel een ander om ook eens te observeren.

Laat het een vast onderdeel zijn van een bouwvergadering
Benoem het indien nodig bij pleinwacht.

Als het pestprotocol niet het gewenste resultaat heeft binnen een maand

- **Contact tussen ouders en school; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind; wat is de oorzaak van het pesten?**
- **In overleg met de intern begeleider hulp inschakelen. Denk hierbij aan: Ouder-kind adviseur, sociale vaardigheidstrainingen, Jeugdgezondheidszorg, huisarts, GGD**

4. De klasgenoten

Praat met de rest van de klas over pesten en hun eigen rol daarin. Probeer met de klas een oplossing te bedenken voor het pesten waarbij iedereen een actieve rol heeft.

Voer met de kinderen verschillende opdrachten uit rondom pesten. Laat de kinderen eens een keer schrijven over pesten en tekenen, toneelspelen enz.

Help kinderen zich in te kunnen leven in het slachtoffer en in de ester door bijvoorbeeld een rollenspel.

Geef gedurende het schooljaar de lessen in goed gedrag rondom het signaal: Stop, hou op!

Bij een concrete situatie zal een groepje kinderen ingeschakeld worden (zie stappenplan).

5. De ouders

Neem de ouders die zich zorgen maken over pestgedrag serieus. Geef informatie en advies rondom pesten.

Informeer de ouders over de problemen die er spelen. Breng de ouders op de hoogte van de afspraken die er gemaakt zijn en van het 'plan van aanpak'.

Verwijs ouders indien nodig (zie stappenplan) naar deskundige hulp van buitenaf.

3.2 Directe aanpak

Maak altijd een handelingsplan Uitvoering Pestprotocol in Parnassys.

Voor groep 1-3: zie de tips en de aanpak bij 3.1

Voor groep 3-8: werken we mb.v. de No Blame methode /
Steungroepaanpak

Literatuur:

- Pesten op school. Hoe ga je er mee om?
door: Landelijke organisaties voor ouders in het onderwijs,
2005
- Een schreeuw om hulp. De No-Blame aanpak bij pesten
door: George Robinson & Barbara Maines, 2003
- <http://leerlingzorgpo.kennisnet.nl>
- www.noblame.nl

De No-Blame aanpak

De methode is een aanpak om pesten te laten ophouden in situaties waarbij preventie niet meer toereikend is.

Hieruit volgt dat een paar belangrijke attitudes geïntegreerd moeten zijn om problemen aan te kunnen pakken.

Toegesplitst op het pestprobleem gaat dat om:

- Een sfeer kunnen creëren waarin pesten door het complete team eenduidig als ongewenst gedrag wordt aangemerkt. Het belang onderkennen dat er voor zowel slachtoffer als dader hulp geboden moet worden.
- Willen onderschrijven dat ook toeschouwers en ‘medeweters’ een rol in het proces vervullen. Begripvol kunnen luisteren, daar de tijd voor kunnen nemen en open staan voor ideeën van de kinderen.
- Steunend en hulpvaardig kunnen zijn. Het is bijvoorbeeld belangrijk dat je zorgt dat de kinderen merken dat je hun medestander bent, laat ze niet in de kou staan en help de groep goede oplossingen te vinden.
- Eén van de gevolgen van het toepassen van de No Blame methode is dat kinderen (en leerkrachten) leren om samen conflicten op te lossen door verantwoordelijkheid voor elkaar te aanvaarden. Bij deze methode wordt dat niet expliciet gemaakt of als een moraliteit ingehamerd, we volstaan met het laten ervaren van deze houding.

De No Blame aanpak is een hulpmiddel om effectief en oplossingsgericht tegen pesten op te treden.

De stappen zijn:

- **Neem het kind dat gepest wordt apart en bespreek de problemen**
- **Vervolgens formeer je een groepje kinderen die een steungroep vormen en de gepeste gaan helpen**
- **Kijk na twee weken of wat er veranderd is**

Omdat het bij deze aanpak belangrijk is geen deel van het probleem te worden en omdat je een beroep doet op de leerlingen om het probleem op te lossen, is juist de communicatieve vaardigheid van de leerkracht essentieel voor het slagen van deze aanpak.

Wat dit stappenplan bijzonder maakt, is dat het erin voorziet dat het pesten op een voor alle betrokkenen veilige manier wordt opgelost en dat het kinderen (en volwassenen) leert om op een andere manier om te gaan met conflicten.

Uitgangspunt is de gedachte dat het uiteindelijk niet helpt om te (dreigen met) straffen en dat het probleem samen opgelost dient te worden.

Op de Morgenster is de intern begeleider de pestcoördinator. Zij is het aanspreekpunt voor iedereen die met pesten geconfronteerd wordt. De pestcoördinator volgt het stappenplan pestprotocol om tot een bevredigende oplossing te komen.

Wat doe je bij concreet geweld?

Neem als school je verantwoordelijkheid en spreek de leerling aan op zijn concrete gedrag. In sommige gevallen moet het incident gemeld worden bij de politie.

Moet je alle feiten kennen?

In eerste instantie is het niet echt nodig. Je moet weten dat er gepest wordt en je moet de namen van de belangrijkste betrokkenen kennen. Het belangrijkste gegeven is dat een kind in de klas zich ongelukkig voelt en dat we daar gezamenlijke verantwoordelijkheid voor hebben. Wanneer je serieuze actie moet ondernemen, zorg dan dat je de objectieve feiten op een rij hebt.

Pathologische pesters

Het kan voorkomen dat kinderen vanuit schade die zij hebben opgelopen pathologische pesters zijn die niet aanspreekbaar zijn op hun gedrag. Voor hen is de No-Blame methode niet geschikt. Deze pesters moeten op een andere manier geholpen worden. Leerlingen moeten tegen hen beschermd worden.

Pathologische slachtoffers

Sommige kinderen hebben zulke gebrekkige sociale vaardigheden, of zijn zo beschadigd dat zij niet anders kunnen dan weerstand bij anderen oproepen. Deze kinderen moeten op gepaste manier geholpen worden. Maar dit ontnemt de klas niet haar verantwoordelijkheid.

STAPPENPLAN: No-Blame methode / steungroepaanpak

1. Een gesprek met het slachtoffer / de gepeste

- vraag algemene informatie, geen details over wat er juist gebeurd is
- vraag naar de beleving en gevoelens van het slachtoffer
- leg de aanpak uit, leg daarbij de nadruk op het niet-bestrafende aspect, vraag toestemming
- bespreek samen de namen om de groep samen te stellen
- vraag wat je WEL of NIET mag vertellen over de belevingen van het slachtoffer
- vraag eventueel naar een verhaal of een tekening over het gevoel van het slachtoffer
- geef aan dat je steeds bereikbaar bent voor het slachtoffer

2. Een groep wordt samengeroepen

- een groep wordt samengesteld bestaande uit de pesters, meelopers, vrienden en/of positief ingestelde jongeren
- het slachtoffer is niet aanwezig bij deze bijeenkomst. Dit kan de probleemoplossende aanpak bemoeilijken.

3. Leg het probleem uit

- vertel de groep dat je een probleem hebt
- gebruik eventueel het verhaal of de tekening van het slachtoffer
- praat niet over details van gebeurtenissen
- beschuldig niemand
- maak duidelijk dat er een probleem is dat moet opgelost worden

4. Deel de verantwoordelijkheid

- zeg duidelijk dat er niemand in de problemen zit of gestraft wordt
- elk groepslid kan bijdragen aan de oplossing
- de groepsleden hebben het meeste contact met het doelwit en dus de beste kansen om het pesten te stoppen

5. Vraag naar de ideeën van elk groepslid

- aanvaard alle positieve voorstellen (niets doen is ook een positief voorstel)
- vraag om de voorstellen concreet te maken, 'Hoe ga je dat doen?'
- heb aandacht voor 'ik-taal', wees niet tevreden met algemene uitspraken
- de intenties kunnen opgeschreven worden

6. Laat het aan hen over

- leg de verantwoordelijkheid bij de groep, zij alleen kunnen het probleem oplossen
- bedank hen en geef hen duidelijk vertrouwen
- vertel dat je hen na een week individueel wil spreken (blijf bereikbaar)

7. Spreek slachtoffer en steungroep opnieuw

- plan na twee weken een nieuw evaluatiegesprek
- laat elk kind afzonderlijk vertellen over zijn of haar bijdrage
- gebruik de kernvragen: hoe is het nu, is het gestopt, ben je tevreden, ...?
- indien het slachtoffer niet helemaal tevreden is kan de procedure herhaald worden
- doe hiervan verslag aan de ouders van de gepeste leerling en de meest betrokken ouders

Bron: DIVA diversiteitactie.be
Robinson, G & Maines B. (2009). Een schreeuw om hulp. De No-Blame-aanpak bij pesten. Mechelen: Bakermat.