



# ***Pestprotocol***



## Voorwoord

Een van de uitgangspunten van onze leerlingbegeleiding is “leren en je prettig en veilig voelen op school, horen bij elkaar”; we zeggen ook wel “zonder relatie geen prestatie”. We spreken hiermee heel duidelijk uit dat we al onze leerlingen een veilig pedagogisch klimaat willen bieden waarin zij zich harmonieus kunnen ontwikkelen en waarin goede leerprestaties mogelijk zijn. Alle teamleden bevorderen deze ontwikkeling door het scheppen van een open en prettige werksfeer in de klas en daarbuiten.

Er is ruimte voor iedereen om zichzelf te zijn zolang dat niet betekent dat de afgesproken regels overtreden worden of dat iemands persoonlijke grenzen overschreden worden. Pesten betekent dat iemands grenzen overschreden worden en dat past niet in een prettig en veilig leef- en leerklimaat.

Dit pestprotocol is geschreven voor de leerlingen, ouders en teamleden van OBS De Boomgaard. Het geeft het beleid van de school weer t.a.v. pesten.

Het protocol beschrijft wat we onder pesten verstaan, hoe pesten voorkomen kan worden en wat de aanpak is als er gepest wordt. Het hoofddoel van het protocol is het voorkomen en bestrijden van pesten door alle betrokkenen duidelijkheid te geven over ieders rol. Daarnaast heeft het protocol een informatieve en verwijzende functie.

## Inhoudsopgave

<b>VOORWOORD</b> .....	<b>1</b>
<b>UITGANGSPUNTEN</b> .....	<b>3</b>
<b>DE VIJFSPORENAANPAK</b> .....	<b>4</b>
DE ALGEMENE VERANTWOORDELIJKHEID VAN ONZE SCHOLENGROEP.....	4
HET BIEDEN VAN STEUN AAN DE JONGERE DIE GEPEST WORDT.....	4
HET BIEDEN VAN STEUN AAN DE PESTER.....	4
HET BETREKKEN VAN DE MIDDENGROEP BIJ HET PESTEN.....	4
HET BIEDEN VAN STEUN AAN DE OUDERS.....	4
<b>WAT IS PESTEN?</b> .....	<b>5</b>
<b>HOE WORDT ER GEPEST?</b> .....	<b>6</b>
<b>CYBERPESTEN</b> .....	<b>7</b>
<b>ACHTERGROND PESTEN</b> .....	<b>8</b>
DE GEPESTE LEERLING.....	8
DE PESTER.....	8
OORZAKEN PESTEN.....	8
DE MEELOPERS.....	8
HET AANPAKKEN VAN PESTEN.....	9
PREVENTIEVE MAATREGELEN.....	9
<b>STAPPENPLAN</b> .....	<b>10</b>
<b>BIJLAGEN</b> .....	<b>12</b>
BIJLAGE I: LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET DE GEPESTE LEERLING.....	12
BIJLAGE II: LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET EEN LEERLING DIE PEST.....	13
BIJLAGE III: DRAAIBOEK PESTPROTOCOL.....	14
BIJLAGE IV: LEIDRAAD VOOR OUDERS VAN KINDEREN, DIE GEPEST WORDEN.....	15
BIJLAGE V: LEIDRAAD VOOR OUDERS VAN KINDEREN, DIE PESTEN.....	16
BIJLAGE VI: INFORMATIE OVER PESTEN.....	17

## **Uitgangspunten**

Dit pestprotocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

1. Onze school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
2. Pesten wordt als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerkrachten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen.
3. Leerkrachten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. Onze school beschikt over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt.
5. Onze school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

## **De vijfsporenaanpak**

Onze scholengroep bindt zich door dit pestprotocol aan de vijfsporenaanpak. Dit houdt in:

### ***De algemene verantwoordelijkheid van onze scholengroep***

Onze scholengroep zorgt dat de medewerkers voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten. Onze scholengroep werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen onze scholen zo optimaal mogelijk is waardoor een klimaat ontstaat waarin pesten bespreekbaar gemaakt kan worden. Alle medewerkers van onze scholengroep vervullen een voorbeeldfunctie bij het signaleren en tegengaan van pestgedrag.

### ***Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt***

- Het probleem wordt serieus genomen;
- Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurd is;
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen;
- Het aanbieden van hulp door de mentor, de leerlingbegeleiders, de zorgcoördinator, de domeinleider of de schoolmaatschappelijk werkster.

### ***Het bieden van steun aan de pester***

- Het confronteren van de jongere met zijn gedrag en de gevolgen hiervan voor de pester;
- De achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen;
- Wijzen op het gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag;
- Het aanbieden van hulp (desnoods verplicht) door de mentor, de leerlingbegeleiders, de zorgcoördinator, de domeinleider of de schoolmaatschappelijk werkster.

### ***Het betrekken van de middengroep bij het pesten***

De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen en die van de school hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie.

### ***Het bieden van steun aan de ouders***

- Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen;
- De school werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken;
- De school geeft adviezen aan de ouders in het omgaan met hun gepeste of pestende kind;
- De school verwijst de ouders zo nodig naar deskundige hulpverleners.

De ouders van leerlingen die gepest worden, kunnen er moeite mee hebben, dat hun kind aan zichzelf zou moeten werken. Hun kind wordt gepest en dat moet gewoon stoppen. Dat klopt, het pesten moet stoppen. Echter, een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op onze school; hij / zij wil ook geaccepteerd worden. Hij / zij verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een (sociale vaardigheids-) training aan bijdragen.

## **Wat is pesten?**

We spreken van pesten als dezelfde persoon regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend.

Over de redenen waarom mensen zich agressief gedragen, bestaan allerlei theorieën. Volgens de ene theorie is geweld een onontkoombaar verschijnsel, dat op zijn best op een acceptabele wijze kan worden gekanaliseerd, volgens een andere theorie komt geweld voort uit frustratie en kan dit worden voorkomen door ontevredenheid weg te nemen, de agressie opwekkende omgeving om te vormen en reflectie op het gedrag te stimuleren.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen en docenten slachtoffer worden. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen. Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er greep op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten omstanders niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan. Dat is ook de reden van dit pestprotocol.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben echter een taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf) bij het tegengaan van pesten. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben.

Voor mentoren betekent dit dat ze groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groepssfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep. Ze maken afspraken met de klas en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden.

## Hoe wordt er gepest?

### **Met woorden**

- vernederen;
- belachelijk maken;
- schelden;
- dreigen;
- met bijnamen aanspreken;
- gemene briefjes;
- digitaal pesten.

### **Lichamelijk**

- trekken aan kleding;
- duwen en sjorren;
- schoppen en slaan;
- krabben en aan haren trekken;
- wapens gebruiken.

### **Achtervolgen**

- opjagen en achterna lopen;
- in de val laten lopen;
- klem zetten of rijden;
- opsluiten.

### **Uitsluiting**

- doodzwijgen en negeren;
- uitsluiten van feestjes;
- bij groepsopdrachten.

### **Stelen en vernielen**

- afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen;
- kliederen op boeken;
- banden lek prikken, fiets beschadigen.

### **Afpersing**

- dwingen om geld of spullen af te geven;
- het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.

### **Cyberpesten**

- anonieme berichten versturen via chat en telefoon;
- schelden, roddelen, bedreigen;
- foto's van mobieltjes en webcam op internet plaatsen;
- privégegevens op een site plaatsen;
- wachtwoorden en credits stelen en misbruiken;
- haatprofielen aanmaken;
- virussen sturen;
- happy slapping.

## **Cyberpesten**

### ***Effecten van cyberpesten***

De effecten van cyberpesten kunnen langduriger en wijder verspreid zijn dan bij traditioneel pesten. Opnames die via de webcam worden gemaakt, worden vastgelegd door een ander. Deze opnames verdwijnen nooit meer. Over de hele wereld kan een foto op een site staan. Foto's die eenmaal op internet staan zijn soms niet meer te verwijderen.

### ***Hoe kun je cyberpesten voorkomen?***

Voorop staat: helemaal voorkomen kun je het niet. Je kunt er wel voor zorgen dat leerlingen, ouders en medewerkers zoveel mogelijk op de hoogte zijn, zodat de kans dat een pestsituatie uit de hand loopt minimaal wordt:

1. We maken leerlingen bewust van de gevaren op internet, de effecten van cyberpesten en de strafbare feiten.
2. We spreken met de leerlingen over hun internetgedrag en maken samen met de leerlingen regels hierover.
3. We maken pesten bespreekbaar in de klas en moedigen leerlingen aan elkaar daarop aan te spreken.
4. We passen het pestprotocol consequent toe.
5. We leiden alle medewerkers in onze school op, zodat hun kennis up to date is.
6. We informeren ouders op een informatie- of ouderavond. Ouders zijn over het algemeen niet goed op de hoogte van wat hun kind op internet doet. Alleen door met de ouders samen te werken, is digitaal pesten aan te pakken.

### ***Hoe pakken we cyberpesten aan?***

Voorbeeld 1 Een blootfoto van een leerling is op het internet geplaatst.

- We luisteren naar de leerling.
- We tonen begrip en veroordelen niet.
- We nemen contact met de ouders op.
- We melden het bij de domeinleider.
- We adviseren ouders aangifte bij de politie te doen.

Voorbeeld 2 Een leerling wordt steeds lastig gevallen (stalking).

- We leren de leerling assertief te zijn: nee zeggen, contact afsluiten.
- We leggen de leerling uit waarom niet in te gaan op de stalker.
- We brengen de ouders / verzorgers op de hoogte.
- We adviseren de ouders en de leerling om bewijslast te verzamelen.
- We adviseren de ouders aangifte bij de politie te doen.

Voorbeeld 3 Over een leerling wordt geroddeld via de chat.

- We geven steun aan de leerling en luisteren naar hem / haar.
- We adviseren de leerling berichten te bewaren en op te slaan.
- We spreken de pesters aan.
- De mentor voert eventueel een klassengesprek.
- We nemen contact met de ouders / verzorgers op

Tussen plagerij en pesten loopt een diffuse grens, die voor ieder persoonlijk verschillend is. Iedereen is gerechtigd zelf aan te geven wat hij als acceptabel beschouwt.



## **Achtergrond pesten**

### ***De gepeste leerling***

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dat kan met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen te maken hebben. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.

Een kind dat wordt gepest, praat er thuis en op school niet altijd over. Redenen hiervoor kunnen zijn:

- Schaamte.
- Angst dat de ouders met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt.
- Het probleem lijkt onoplosbaar.
- Het idee dat je niet mag klikken.

### ***De pester***

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Zij zijn of lijken populair, maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en proberen ze zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken. Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig, want het slachtoffer vraagt er in hun ogen immers om om gepest te worden. Daarnaast hebben pesters vaak ook een positieve blik op het gebruik van geweld.

### ***Oorzaken pesten***

- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken.
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas.
- Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school; iemand is autoritair en laat op een onprettige wijze blijken dat hij de baas is.
- Dergelijke spanningen kunnen op een zondebok worden afgereageerd.
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau).
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid) of juist een te sterk gevoel voor autonomie.
- Een negatief zelfbeeld, weinig eigenwaarde.
- Een problematische thuissituatie, negatief voorbeeldgedrag van ouders/verzorgers.

### ***De meelopers***

Meelopers zijn omstanders die incidenteel actief of passief meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te liften met de pester. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen.

De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen. Het is belangrijk deze leerlingen tot helpers te maken.

### **Het aanpakken van pesten**

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit onze school. De grote vraag is hoe dat het beste kan en vooral ook hoe we dat binnen onze school en het team het beste kunnen aanpakken.

Pesten kan grote gevolgen hebben voor de gepeste (onzekerheid, faalangst, depressie, zelfdoding) en de pester (problemen met sociale relaties, positief tegenover het gebruik van geweld en een grotere kans in het criminele circuit terecht te komen).

### **Preventieve maatregelen**

1. Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.
2. In de leerjaren 1 t/m 4 wordt aandacht besteed aan pesten in één of meerdere mentorlessen. De leerlingen ondertekenen aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (zie voorbeeld). Dit voorbeeld dient als basis en kan per klas/leerjaar aangepast worden.

#### Veilig in school

Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in school.  
Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:

1. Ik accepteer de ander zoals hij is en ik discrimineer niet.
2. Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen.
3. Ik blijf van de spullen van een ander af.
4. Als er ruzie is, zoek ik iemand die de ruzie helpt op te lossen.
5. Ik bedreig niemand, ook niet via de sociale media.
6. Ik neem geen wapens of drugs mee naar school.
7. Ik gebruik geen (digitaal) geweld.
8. Als iemand mij hindert, vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen.
9. Als dat niet helpt, vraag ik een docent of mijn mentor om hulp.

Handtekening leerling:

Handtekening ouder / verzorger:

Handtekening mentor:

- Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd.
- Van de gesprekken met pester(s) en gepeste(n) worden door de mentor notities in Magister gemaakt bij de betreffende leerlingen.

## Stappenplan

### *Het stappenplan na een melding van pesten:*

#### A. *De mentor*

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester apart. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlage I en II. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor neemt contact op met de ouders van de pester en de gepeste en betreft hen bij de oplossing.
3. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
4. De mentor praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groepssfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft.
5. Indien het probleem escaleert, meldt de mentor het gedrag aan de coördinator van de leerling(en). De coördinator kan in Magister zien wat er gebeurd is en welke afspraken zijn gemaakt.
6. Indien het probleem escaleert worden de ouders/verzorgers op de hoogte gesteld en betrokken bij het vinden van een oplossing.

#### B. *De coördinator*

1. De coördinator kan in onderling overleg, de rol van de mentor overnemen bij escalatie van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
2. Hij heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
  - confronteren (zie bijlage II)
  - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
  - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
4. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij bepaald gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. Hij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door een leerlingbegeleider.
6. Hij stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
7. Hij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
8. Hij koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.

#### C. *Het pestproject*

Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, wordt hij door onze school ertoe verplicht om individueel een programma te volgen. Dit vindt plaats in de eigen tijd en dus niet tijdens schooltijd. Het doel van dit programma is reflectie en het gevoelig maken van de pester voor wat hij aanricht bij de gepeste leerling. De ouders worden van dit project op de hoogte gesteld en melden aan ons of het programma daadwerkelijk gevolgd wordt.

#### *D. Schorsing*

Wanneer het verplichte pestproject geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een schorsing van een dag. Als er ook daarna geen verbetering geconstateerd wordt, krijgt de pestende leerling een langere schorsing, dit in overleg met de directie.

#### *E. Doorverwijzing naar Rebound*

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag liggen er op dat moment onvoldoende perspectieven meer tot verandering. Vanuit de verantwoordelijkheid die de school wil en moet nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen, rest dan niets anders dan een doorverwijzing naar de lokale reboundvoorziening (opvang voor leerlingen die tijdelijk niet zijn te handhaven op school).

Indien nodig wordt er gezocht naar een andere school.

#### *De taak van docenten*

De docenten hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen bij de mentor om hulp en overleg in gang te zetten.

#### *De rol van de leerlingbegeleider*

- Hij ondersteunt, in overleg met de zorgcoördinator, mentoren en coördinatoren, tijdens de verschillende fasen in het proces.
- Hij biedt, in overleg met de zorgcoördinator, op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
- Hij biedt, in overleg met de zorgcoördinator, een SOVA-training aan.
- Hij kan een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.

Het hierboven weergegeven stappenplan is een algemene leidraad; als een interventie succes heeft, kunnen vervolgstappen achterwege blijven. Het in het stappenplan genoemde traject bij aanhoudend pesten is geen automatisme; per leerling wordt bekeken welke maatregelen het meest passend zijn.

## Bijlagen

### ***Bijlage I: Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling***

#### Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? ((h)erkenning van het probleem)
- Door wie word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- 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 zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Zijn er jongeren die jou wel eens 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 daarbij op de volgende aspecten:
  - Hoe communiceert de leerling met anderen?
  - Welke lichaamstaal speelt een rol?
  - Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
  - Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?

## ***Bijlage II: Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest***

Alvorens er een gesprek met de pester wordt gehouden, heeft degene die het gesprek aangaat zich er van overtuigd dat degene met wie het gesprek plaatsvindt inderdaad schuldig is aan het gemelde gedrag.

Het doel van dit gesprek is drieledig:

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.

### **1. Confronteren**

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde.

Confronteren is:

- Probleemgericht en richt zich op gedrag wat waar te nemen is: zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht.  
*Bijvoorbeeld: 'Je hebt cola in de tas van Piet laten lopen. Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent!'*

Zodra we gaan interpreteren, reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met kritiseren.

- Relatiegericht: je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt, maar met behoud van de relatie.  
*Bijvoorbeeld: 'Ik vind dat je heel erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt.'*

Zeg nooit: Je bent heel gemeen. Je wilt duidelijk verder met de jongere. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.

- Specifiek blijven: je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
- Veranderingsgericht: je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

### **2. 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? Etc.)

Maak duidelijk dat er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. (Wat ga je daaraan doen?) Bied zo nodig hulp aan van de leerlingbegeleider (op vrijwillige basis).

### **3. Vervolgstappen**

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie richtlijnen pesten).

### ***Bijlage III: Draaiboek pestprotocol***

De onderstaande punten zijn de stappen in het draaiboek van het pestprotocol:

1. Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en schoolregels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden aan de mentor en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.
2. De leerlingen van klas 1 t/m 4 ondertekenen samen met hun ouders/verzorgers het contract "Veilig in school".
3. In alle leerjaren wordt aandacht besteed aan pesten in één of meerdere mentorlessen. De leerlingen onderschrijven aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (zie 2).
4. Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd.
5. Van de gesprekken met pester(s) en gepeste(n) worden door de mentor notities in Magister gemaakt bij de betreffende leerlingen.
6. Incidenteel pestgedrag wordt door de mentor besproken met de leerlingen, zowel met de direct betrokkenen als met de klas.
7. Als het pestgedrag doorgaat, nodigt de mentor de ouders/verzorgers van de pestende leerling(en) en de gepeste(n) uit, bespreekt de problematiek met hen en stelt een handelingsplan op. Hij meldt dit aan de domeinleider. De mentor stelt het betreffende onderwijsteam op de hoogte van de situatie en van de gemaakte afspraken in het handelingsplan.
8. Indien nodig verwijst de mentor, in overleg met de domeinleider de pestende leerling(en) en/of de gepeste leerling(en) door naar de leerlingbegeleiders/zorgcoördinator. Indien interne maatregelen en afspraken geen effect sorteren, wordt er door de domeinleider gezocht naar een passende oplossing.
9. In het uiterste geval wordt de leerling, in samenspraak met de ouders/verzorgers aangemeld bij Rebound.

#### ***Bijlage IV: Leidraad voor ouders van kinderen, die gepest worden***

Wat kunnen signalen zijn van pesten?

- Niet meer naar school willen.
- Niets meer over school vertellen.
- Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of niet meer bij anderen gevraagd worden.
- Slechtere resultaten op school dan voorheen.
- Vaak dingen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen.
- Vaak hoofdpijn of buikpijn hebben.
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen.
- Niet willen gaan slapen, bedplassen, vaker wakker worden of nachtmerries hebben.
- De verjaardag niet willen vieren.
- Niet buiten willen spelen.
- Niet alleen een boodschap durven doen.
- Niet meer naar een club/vereniging/etc. willen/durven gaan.
- Bepaalde kleren niet meer aan willen.
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn.
- Zelf blessures creëren om niet naar school te hoeven.

Wat ouders/verzorgers zelf kunnen doen.

- Neem uw kind serieus en zeg dat u met anderen gaat proberen 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.
- Probeer uw kind uit te leggen waarom kinderen pesten.
- Samen praten over pesten kan ook via een boek of een dvd over het onderwerp.
- Vertel dat volwassenen vaak niets doen, omdat ze niet zien dat er gepest wordt of omdat ze niet weten hoe het probleem moet worden opgelost.
- Waarschuw uw kind dat het pesten niet meteen ophoudt als er beter op wordt gelet. Pesten is soms een gewoonte, die moeilijk is af te leren.
- Houd het onderwerp bespreekbaar, informeer regelmatig hoe het gaat.
- Als 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 te vragen wat de school doet.
- Beloon uw kind en help het zijn/haar zelfrespect terug te krijgen.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een (team)sport.
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind. Doe dat niet met een negatieve insteek, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld: "Wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?"
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Als uw kind echt lijdt onder het pesten en dat ten koste gaat van het zelfvertrouwen, kan hulp van een deskundige nodig zijn. Dit kan individueel of mogelijk in een sociale vaardigheidstraining.
- Houd het niet stil, maar onderneem actie!



### ***Bijlage V: Leidraad voor ouders van kinderen, die pesten***

Wat ouders/verzorgers zelf kunnen doen.

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt de kans een pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak van pesten te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed aandacht aan uw kind.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Bekijk samen met uw kind een dvd over pesten
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind.
- Geef adviezen over andere manieren om met elkaar om te gaan.
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Ook zijn er mogelijkheden om uw kind aan een sociale vaardigheidstraining te laten meedoen. Informatie hierover is op te vragen bij de mentor, domeinleider, leerlingbegeleiders, de zorgcoördinator, CJG of bij Bureau Jeugdzorg.

## ***Bijlage VI: Informatie over pesten***

### ***Boeken***

- Carry Slee Spijt! (1997)
- Ellen Tijsinger Morgenster (1995)
- Peter Pohl We noemen hem Anna (1993)
- Jan de Zanger Hadden we er maar wat van gezegd! (1990)
- Aidan Chambers Tirannen (1987)
- Evert Hartman Oorlog zonder vrienden (1979)

### ***Links naar internetsites***

Algemene zoekpagina's: (portals met veel links naar websites met informatie over pesten)

- <http://pesten.startpagina.nl>
- <http://pesten.startkabel.nl>

Pesten (algemeen)

- [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)  
Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.

Cyberpesten/veilig internetgebruik/veilige school

- [www.stopdigitaalpesten.nl](http://www.stopdigitaalpesten.nl)  
Campagne van SIRE ( Stichting Ideële Reclame )
- [www.digibewust.nl](http://www.digibewust.nl)  
Een informatieve site van het Ministerie van Economische Zaken, die u als consument of zakelijke gebruiker informeert over het veilig gebruik van internet (was voorheen: [www.surfopsafe.nl](http://www.surfopsafe.nl))
- [www.ppsi.nl](http://www.ppsi.nl)  
PPSI is een expertisecentrum van het APS op het gebied van het bestrijden en voorkomen van (homo)seksuele intimidatie en seksueel misbruik in het onderwijs. Aansluitend op het werkgebied van vertrouwenspersonen kunt u bij PPSI ook terecht voor informatie over pesten, agressie, geweld, discriminatie en racisme.
- [www.schoolenveiligheid.nl](http://www.schoolenveiligheid.nl)  
Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid en adviseert schoolleiders, leraren/docenten, mentoren, leerlingbegeleiders, vertrouwens-, contactpersonen, onderwijsondersteunend personeel, etc.
- <http://veilig.kennisnet.nl/>  
Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT-coördinatoren. Deze website is een onderdeel van de programmaliijn "Veilig en eenvoudig" van het SURFnet/Kennisnet project.

### ***Films met als thema pesten***

- Bluebird (2004); regisseur: Mijke de Jong
- De tasjesdief (1995); regisseur: Maria Peters
- Pudding Tarzan (1982); regisseur Soren Kragh-Jacobson; Deense jeugdfilm (nagesynchroniseerd )