

**Protocol bij pesten**

 **Groene Hart scholen**

**2023-2024**

***Inhoudsopgave***

Doel protocol bij pesten 3

Verschil pesten en plagen 3

Vormen van pesterijen 4

Verbaal pesten 4

Fysiek pesten 4

Pesten door intimidatie 4

Pesten door isolatie 4

Pesten online/ cyber pesten 4

Partijen bij het pestprobleem 5

De gepeste leerling 5

De pester 5

De ouders 5

De meelopers 6

De zwijgende middengroep 6

Mentor-/Coachrol: het creëren van een veilig klas-/ schoolklimaat 7

Aanpak 8

Uitgangspunt 8

Wat te doen bij sexting of bedreiging online? 8

Methodes die kunnen worden aangeboden door opgeleide docenten. 9

No Blame 9

Meidenvenijn 9

Rots en Water (weerbaarheidstraining) 9

Adviezen aan ouders/verzorgers 10

Ouders/verzorgers van een gepest kind 10

Ouders van de pester 10

Alle andere ouders 10

# Doel protocol bij pesten

Met dit protocol willen de Groene Hart scholen bereiken dat alle leerlingen zich in hun schooljaren veilig en erkend voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen.

Pestgedrag komt helaas op elke school voor. Pestgedrag grijpt diep in op het leven van iedere betrokkene. Het leven van de slachtoffers wordt nog jarenlang negatief beïnvloed door hun pestverleden.

Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen, hoopt het schoolteam een klimaat te creëren waarin iedereen de gelegenheid krijgt om met plezier naar school te gaan.

In het protocol staan regels, afspraken en manieren hoe om te gaan met de betrokkenen bij pestgedrag. Zodra zich ongewenste situaties voordoen, kunnen leerlingen en volwassenen elkaar hierop aanspreken.

# Verschil pesten en plagen

Pesten is het regelmatig uitoefenen van psychische of fysieke mishandeling door een leerling of een groep leerlingen van, meestal, een klasgenoot die niet of onvoldoende in staat is zich te verdedigen.

Als je geplaagd wordt, kun je er meestal de humor wel van inzien en merk je dat er niets kwaads mee bedoeld wordt. Het wordt pesten wanneer het opzettelijk bedoeld is om jou te kwetsen. Bovendien gebeurt het bij pesten ook nog eens regelmatig zonder dat je er iets tegen kunt doen.

## Plagen en Pesten

Bron: stoppestennu.nl

# Vormen van pesterijen

## Verbaal pesten

Noemen met een bijnaam/bijnamen, niet bij de eigen naam noemen, vernederen, belachelijk maken, beledigen, opmerkingen maken over familie, schelden tegen het slachtoffer.

## Fysiek pesten

Ongewenst fysiek contact, zoals trekken, duwen, schoppen, slaan, spugen, krabben, laten struikelen, haren trekken/knippen, spullen afpakken, stelen, vernietigen, beschadigen, kapotmaken van bezittingen, wapen gebruiken, etc.

## Pesten door intimidatie

Buiten school opwachten, achterna blijven lopen, doorgang versperren, naar het huis van het slachtoffer gaan, bedreigen, dwingen om geld of spullen af te geven, afdwingen om iets voor de pester te doen.

## Pesten door isolatie

Voortdurend duidelijk maken dat het slachtoffer niet gewenst is, doodzwijgen, negeren, opsluiten, buitensluiten bij o.a. groepsactiviteiten.

## Pesten online/ cyber pesten

Online pesten/ cyber pesten gebeurt voornamelijk via social media. Minstens 10% van de leerlingen heeft te maken met deze vorm van pesten. Omdat de pester en de gepeste elkaar niet zien, kan de pester anoniem blijven. Een pester kan namelijk een account onder een fake-naam aangemaakt hebben. Toch komt het ook vaak voor dat het pesten onder de eigen naam plaatsvindt. Via social media worden andere leerlingen betrokken of ingezet om mee te pesten. Soms is dit locatie- of schooloverstijgend.

Online pesten is minder zichtbaar voor ouders en het schoolteam, maar kan de leerling veel schade berokkenen. Enkele voorbeelden van cyberpesten zijn: schelden, bedreigen, roddelen, foto’s van mobieltjes en webcam op internet plaatsen, privégegevens op een site, haatprofielen maken, wachtwoorden en credits stelen van computerspelletjes, virussen sturen, happy slapping (het op internet verspreiden van filmpjes van een slachtoffer die heftig geslagen wordt) of het versturen van een e-mailbom, nep-naaktfoto’s op internet plaatsen, etc.

# Partijen bij het pestprobleem

## De gepeste leerling

Elke leerling loopt het risico gepest te worden, maar sommige leerlingen hebben een grotere kans gepest te worden dan andere. Uiterlijke kenmerken kunnen aanleiding zijn om gepest te worden, maar het heeft vaker te maken met vertoond gedrag, de wijze waarop gevoelens worden beleefd en de manier waarop die worden geuit. Echter, iedereen heeft het recht om zichzelf te zijn en hier niet mee gepest te worden.

Veel leerlingen die gepest worden, hebben een enigszins beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen de pestkoppen en stralen dat mogelijk uit. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep en durven ze weinig of niets te zeggen, omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden. Deze angst wordt versterkt door het pestgedrag waardoor er een vicieuze cirkel ontstaat.

Gepeste leerlingen kunnen zich eenzaam voelen. Ze hebben in hun gepeste omgeving geen vrienden om op terug te vallen en kunnen soms beter met volwassenen opschieten dan met hun leeftijdgenoten. En toch zal een gepeste leerling uit schaamte, angst of om een andere reden niet snel vertellen dat hij/zij wordt gepest.

Signalen die ouders/verzorgers of leden van het schoolteam kunnen waarnemen bij de gepeste leerling zijn:

* De leerling wil niet meer naar school of vertelt thuis niets meer over school
* De leerling neemt geen andere kinderen mee naar huis of wordt bij anderen niet gevraagd
* De schoolresultaten worden minder
* De leerling is regelmatig spullen kwijt of komt met kapotte spullen thuis
* De leerling ervaart lichamelijke klachten, zoals hoofd-/buikpijn of heeft blauwe plekken op ongewone plaatsen.
* De leerling wil niet meer deelnemen aan buitenschoolse activiteiten
* De leerling is thuis prikkelbaar, boos of verdrietig of heeft een ander slaapritme

## De pester

Pestende leerlingen zijn vaak fysiek en/of verbaal de sterkste. Meisjes pesten in driekwart van de gevallen door middel van psychisch geweld (buitensluiten, roddelen, via internet) en voor de rest door middel van fysiek geweld. Bij jongens is het net andersom. Pestende jongens naar meisjes doen dit vooral uitdagend gedrag en schelden.

Pesters kunnen het zich permitteren om zich agressief op te stellen en reageren dan ook met dreiging van geweld of de indirecte inzet van geweld. Ze lijken populair te zijn in een klas, maar dwingen hun populariteit in de groep af door te laten zien hoe sterk ze zijn en wat ze allemaal durven.

Pesters, die in het verleden zelf zijn gepest, hebben op de langere termijn ook last van hun pestgedrag. Door o.a. hun verkeerde en vooral beperkte sociale vaardigheden en zelfbeeld hebben ze vaak moeite om een vriendschap op te bouwen en te onderhouden.

Pestgedrag kan verschillende oorzaken hebben, bijvoorbeeld:

* Een problematische thuissituatie
* 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

## De ouders

De ouders van de pester én van de gepeste leerling kunnen actief betrokken worden bij het oplossen van het probleem.

## De meelopers

Sommige leerlingen doen, uit angst of uit berekening, mee. Dit zijn de zogenaamde ‘meelopers’. Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf in de slachtofferrol te raken. Maar het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en op de populariteit van de pester mee willen liften.

## De zwijgende middengroep

De meeste leerlingen zijn niet direct betrokken bij pesten. Sommigen hebben niet in de gaten dat de gepeste leerling eronder lijdt. Anderen houden enige afstand om er zelf niet in betrokken te worden.

Om een einde te maken aan het gepest, kan een actievere rol van déze grote groep of het duidelijke stelling nemen een enorme steun voor de gepeste betekenen.

# Mentor-/Coachrol: het creëren van een veilig klas-/ schoolklimaat

Het Groene Hart heeft als doel een veilige schoolomgeving te creëren voor alle leerlingen. De vertrouwensband tussen mentor/coach en leerling is hierbij van groot belang. De mentor/coach zal regelmatig tijdens de begeleidingsuren aandacht besteden aan het gevoel van veiligheidsbeleving van zijn/haar leerlingen. Het doel is dat een leerling voldoende veiligheid zal ervaren om een pestervaring te durven delen met zijn mentor/coach. De leerling mag ook de keuze maken om naar een andere willekeurige medewerker te gaan om het pesten te bespreken. Als dit gebeurt, zal deze medewerker volgens protocol gaan handelen.

Vanzelfsprekend zijn er ook schoolregels opgesteld die kunnen bijdragen aan een veilig leer- en leefklimaat.

Leidraad voor sturing binnen de school is:

* We blijven met iedere betrokkene in gesprek.
* Vormen van geweld en pesten zijn niet toegestaan.
* We hebben respect voor een ander, ongeacht verschil in uiterlijk, geloofsovertuiging of seksuele geaardheid.
* We houden rekening met elkaars grenzen en respecteren deze grenzen.
* We blijven van elkaars spullen af.
* Docenten en andere medewerkers van de school tonen positief voorbeeldgedrag en zijn medeverantwoordelijk voor een veilig schoolklimaat.
* Preventief anti-pest programma, bijvoorbeeld door interventies door theatervoorstellingen, begeleidingslessen e.d.

# Aanpak

## Uitgangspunt

Het pesten is gemeld bij de mentor/coach. Deze begeleidt de gepeste leerling(en) en de pester(s).

Wanneer er vastgesteld is dat een leerling gepest wordt door een andere leerling, is het plan van aanpak als volgt:

1. Mentor/coach gaat na of de gepeste leerling er samen met de pester uit kan komen. Mentor/coach maakt hiervan melding in Somtoday.
2. Mentor/coach gaat informeren of het pesten is gestopt. Zo niet, dan stap 3.
3. Mentor/coach legt de situatie voor bij de anti-pestcoördinator en bespreekt of No Blame kan worden ingezet. Zo ja, dan stap 4.

Als No Blame niet passend is, kan de anti-pest coördinator samen met het ondersteuningsteam en ouders worden gekeken naar passende hulp.

1. De anti-pestcoördinator spreekt af dat de coach de ouders van het gepeste kind informeert dat No Blame wordt ingezet en volgt (samen met de opgeleide collega’s) de procedure van No Blame. De coach denkt samen met de anti-pest coördinator na over welke andere leerlingen betrokken kunnen worden bij No Blame.

## Wat te doen bij sexting of bedreiging online?

1. Mentor/coach krijgt melding van leerling over sexting of bedreiging online.
2. Mentor/coach neemt leerling mee naar counselor.
3. Zorg altijd dat het originele materiaal blijft bestaan, dus geen copy-page!
4. Counselor en leerling gaan samen de ouders van de leerling inlichten. De counselor geeft de ouders het advies om aangifte te doen bij de zedenpolitie.
5. Meestal wordt deze melding verder afgehandeld bij politie. Indien zedenpolitie niet snel kan/wil handelen: aandringen op actie!
6. Binnen de school geen ruchtbaarheid aan geven. Er wordt een melding gedaan via de registratie van vertrouwelijke aard in Somtoday, zodat maar een paar functionarissen op de hoogte worden gebracht.

# Methodes die kunnen worden aangeboden door opgeleide docenten.

Binnen het Groene Hart zijn er docenten opgeleid voor een aanpak van pestgedrag.

Na signalering en/of melding bij de mentor/coach van aanhoudende pesterijen, richt de mentor/coach zich tot de anti-pestcoördinator. Zij zullen samen met de uitvoerende counselors of ondersteuningscoördinator bespreken welke methode passend is. Dit is per vestiging verschillend.

## No Blame

Het is een krachtige aanpak om jonge mensen te stimuleren eigenaarschap op zich te nemen voor gedrag dat goed en sociaal gericht is.

De No Blame-trainer zal kansen aanbieden om het pesten te stoppen aan:

* De gepeste: In een gesprek (eventueel met de mentor/coach erbij) biedt de trainer de gepeste leerling de gelegenheid om zijn/haar verhaal te doen. De trainer wil vooral te weten komen hoe het kind zich voelt.
* De pesters/daders en omstanders: Een groepje jongeren uit de klas wordt bij elkaar geroepen. De daders en ook omstanders. Niemand wordt ondervraagd, beschuldigd of gestraft, maar de groep als geheel wordt duidelijk gemaakt hoe ongelukkig het slachtoffer zich voelt. Vervolgens worden alle kinderen van de groep uitgenodigd iets te bedenken om de situatie te verbeteren. Op deze manier ontstaat opluchting bij de kinderen omdat ze niet beschuldigd of gestraft worden. Wanneer er een beroep gedaan wordt op hun vermogen iets te verbeteren, blijkt dat vrijwel ieder kind deze kans benut.

Mocht deze methode niet werken, dan kan er nader onderzoek nodig zijn naar de achtergrond en gedragingen van het slachtoffer of de pester.

## Meidenvenijn

Meidenvenijn is pestgedrag tussen meiden onderling. In tegenstelling tot jongens die meer fysiek agressief gedrag vertonen, heerst onder meisjes rivaliteit die zich uit in: roddelen, negeren, valse blikken uitdelen, buitensluiten. Meidenintimidatie is subtiel, indirect en bijna onzichtbaar voor volwassenen. Vaak wordt dit bestempeld als 'typisch meidengedrag' dat er 'toch gewoon bij hoort'? Maar meidenintimidatie blijkt even schadelijk te zijn voor het schoolklimaat als andere vormen van pesten en agressie.

Doel is aanpak en preventie van pestgedrag onder meisjes van 9 tot 15 jaar. De meisjes leren hun eigen kwaliteiten en vervormingen hiervan onderkennen en negatief gedrag om te zetten in positief gedrag. Zij komen tot haalbare doelen en een plan van aanpak.

## Rots en Water (weerbaarheidstraining)

Op een actieve en sportieve manier ervaart een groep jongeren wat Rots en Water voor hen betekent. Ieder mens heeft de eigenschappen van Rots en Water in zich. De eigenschappen van een rots zijn krachtig, doelgericht, onverzettelijk en opkomen voor jezelf. Water heeft eigenschappen als vriendschappelijkheid, communicatie, luisterend en flexibel.

Tijdens de training wordt duidelijk wanneer en in welke situatie deze eigenschappen het beste toegepast kunnen worden. De training wordt in een vrije ruimte (de gymzaal) gegeven.

# Adviezen aan ouders/verzorgers

Als ouder/verzorger kunt u zich altijd voor adviezen richten tot de mentor/coach van uw kind. Mocht u informatie willen raadplegen, zijn de internetsites [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl) en [www.stoppestennu.nl](http://www.stoppestennu.nl) goede informatiebronnen. Hier kunt u bovendien informatie vinden over cyberpesten en strafbare feiten.

## Ouders/verzorgers van een gepest kind

* Houd de communicatie met uw kind open, blijf in gesprek.
* Als pesten niet op school, maar buiten school gebeurt, neemt u dan contact op met de schoolagent.
* Pesten op school kunt u het beste direct met de mentor/coach bespreken.
* Door positieve stimulering van en zogenaamde schouderklopjes aan uw kind kan het zelfrespect weer terugkomen of vergroot worden.

## Ouders van de pester

* Neem het probleem van uw kind serieus.
* Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
* Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
* Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
* Besteed extra aandacht aan uw kind.
* Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
* Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.

## Alle andere ouders

* Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
* Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
* Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
* Geef zelf het goede voorbeeld.
* Leer uw kind om ook voor anderen op te komen.
* Leer uw kind voor zichzelf op te komen en assertief om te gaan met grensoverschrijdend gedrag van anderen via internet.
* Bekijk samen met uw kind het profiel op internet en geef aan wat u als gepast en ongepast gedrag social media beschouwt. Leg uit wat de gevolgen kunnen zijn van ongepaste opmerkingen/foto’s voor uw kind.