

Pestprotocol ds. Pierson College

Het ds. Pierson College streeft ernaar leerlingen te vormen in een wederzijdse sfeer van onderling respect, naastenliefde en zorgvuldigheid en hen een eigen verantwoordelijkheid bij te brengen ten opzichte van anderen, individueel zowel als collectief. Een veilig klassenklimaat en een sociale schoolcultuur is hiervoor een belangrijke basis, niet alleen voor leerlingen onderling, maar ook voor docenten en medewerkers van de school.

Dit pestprotocol is bedoeld ter ondersteuning van een veilig klassenklimaat en een sociale schoolcultuur. Het omschrijft wat pesten is, geeft informatie en uitleg over het pestpreventie en het aanpakken van pesten (de curatieve aanpak). Deze informatie en aanpak is gericht op leerlingen, hun ouders en op medewerkers van de school.

Plagen of pesten?

Plagen is een normaal verschijnsel; ieder wordt wel eens geplaagd of plaagt zelf. Over het algemeen is plagen goedbedoeld: van een goedbedoelde grap hebben betrokken partijen over het algemeen plezier. Plagen gebeurt vaak over en weer; een kind dat de ene keer geplaagd wordt, plaagt de volgende keer zelf en ondervindt daar geen last van. De scheidslijn tussen plagen en pesten is niet altijd scherp; de beleving van het slachtoffer is hierbij van belang.

Pesten is iets anders dan plagen. Het N.J.I. definieert pesten als „*een stelselmatige vorm van agressie waarbij één of meer personen proberen een andere persoon fysiek, verbaal of psychologisch schade toe te brengen*”. Bij pesten wordt een slachtoffer uitgezocht om de baas over te spelen. De pester gebruikt zijn/haar macht om de ander te vernederen, te kwetsen, uit te schelden of zelfs fysiek te beschadigen. Bij pesten is de macht ongelijk verdeeld.

Een relatief nieuwe manier van pesten is het digitaal pesten of cyberpesten. Gebruikers van internet of sociale media zetten bewust kwetsende teksten of beelden online, en/of intimideren of bedreigen (in)direct anderen.

Betrokkenen

Bij pesten en de aanpak ervan zijn diverse partijen te onderscheiden:

- individuele leerling (de gepeste)
- individuele leerling (de pester)
- een groep leerlingen hier omheen (bijvoorbeeld de klas)
- mentor/docent/leerlingbegeleider/medewerker school
- ouders

Preventieve aanpak

Op school

Op school besteden we aandacht aan de onderlinge verstandhouding en het groepsproces in klassen en groepen. Een centrale rol is hierbij weggelegd voor mentoren, docenten, en leerlingbegeleiders. Alle andere medewerkers van de school ondersteunen.

- Onderwijsondersteunend personeel houdt toezicht tijdens schooltijden en pauzes. Zij signaleren en stellen afdelingsleiders en/of leerlingbegeleiders op de hoogte van opvallende zaken.
- In mentorlessen of bij (individueel) contact met de mentor vragen we leerlingen hoe zij het klassenklimaat ervaren.
- Periodiek enquêteert de school al haar leerlingen. De bevindingen worden gerapporteerd en intern besproken. In de onderbouw maakt de school bovendien gebruik van de *Klimaatschaal*, waarin leerlingen worden bevraagd op welbevinden en de sfeer in hun klas.
- In de brugklassen werken we vanaf de introductie in lessen *Leefstijl* aan sociale vaardigheden en pestpreventie, bijvoorbeeld door het ontwerpen van klassenafspraken en -regels. De klas onderschrijft deze zelfgemaakte regels, die onder meer ingaan op de aanpak als pesten aan de orde is. Tijdens de

studielessen

leren leerlingen respect voor elkaar te hebben en op een gelijkwaardige manier met elkaar om te gaan. Ze leren met elkaar samen te werken en elkaars "eigenaardigheden" te accepteren.

- Daarnaast is er voor brugklasleerlingen jaarlijks een schoolvoorstelling waarin pestproblematiek centraal staat. Zowel voor als na de voorstelling worden hier met de leerlingen in klassenverband gesprekken over gevoerd.
- Digitaal pesten of cyberpesten is soms ongrijpbaar: het kan altijd en overal anoniem plaatsvinden en is niet gekoppeld aan (les)tijden of de fysieke omgeving van de school. Daarmee is het niet eenvoudig er binnen de school controle op uit te oefenen.

In het kader van preventie is er tijdens lessen en projecten speciale aandacht voor sociale media. De positieve aspecten, de risico's en vooral mediawijze omgangsvormen t.a.v. sociale media komen hierbij aan de orde. Deze omgangsvormen zijn vastgelegd in de „Richtlijnen voor social media-gebruik“

- Bij (digitaal) pesten kan het gaan om strafbare feiten en kan de gepeste leerling aangifte doen. Niet alle vormen zijn strafbaar, maar een gepeste leerling kan wel melding doen bij de politie. Strafbaar zijn in ieder geval wel: bedreigen, beledigen, discrimineren en het vernielen van andermans spullen. Verder is ook strafbaar het zonder toestemming maken en/of plaatsen van beelden (foto's, film) op internet, stalken, hacken en geweld uitlokken.

Gedragsregels

Naast alle bovenstaande acties heft de school een aantal gedragsregels om een goede en prettige (werk)sfeer te bevorderen.

- We gedragen ons vriendelijk en respectvol naar anderen, ongeacht hun achtergrond of mening. Zo is er ruimte voor verschillen tussen mensen.
- We respecteren eigendommen van anderen.
- We gebruiken het schoolgebouw duurzaam en goed:
 - Samen houden we de school schoon;
 - We pauzeren in de aula of op het schoolplein;
 - In het Open Leer Centrum van je afdeling ben je welkom om te werken, leren of overleggen.
 - Op school zijn alcohol, tabak, drugs, vuurwerk of wapens verboden.
- Gebruik van mobiele telefoons (of andere elektronica) in lessen is mogelijk als de docent er toestemming voor geeft.
- We maken of verspreiden geen beelden of geluidsopnames van anderen zonder dat zij er toestemming voor hebben gegeven.

Leerlingen en/of ouders die van mening zijn dat de regels niet goed worden nageleefd kunnen terecht bij de mentor, de leerlingbegeleider of bij het OOP.

Medewerkers

Medewerkers van de school hebben een belangrijke taak t.a.v. pestpreventie. Behalve signaleren en preventief handelen (zie bovengenoemde situaties) is van belang:

- Voorbeeldgedrag van de docent in de les en van de medewerkers in de school. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid bestaat over omgang met elkaar, waar acceptatie van verschillen wordt aangemoedigd, waar ruzies niet met geweld worden opgelost, waar leerlingen gerespecteerd worden in hun eigenheid, waar agressief gedrag van leerlingen en docenten niet wordt geaccepteerd;
- Het zelf consequent hanteren van de „Richtlijnen voor social media“;
- Actuele kennis van signalen rondom pestgedrag en expertise t.a.v. de benadering van pestgedrag, vaardigheid t.a.v. oplossingsgerichte gespreksvoering en de beschikbaarheid van (vak)literatuur.

De coördinatie van de Sociale Veiligheid is in handen van mevrouw M. Hattink.

Ouders

Een mentor heeft veelal zicht op het welbevinden van de leerlingen. Toch kan pestgedrag voor de mentor

onzichtbaar zijn, bijvoorbeeld als leerlingen geen melding durven te doen, mogelijk uit angst zelf slachtoffer te worden, of uit angst dat pesterijen na een melding juist toenemen. Ook ouders zijn er niet altijd van op de hoogte dat hun kind betrokken is bij pesten. In preventieve zin kunnen ouders veel bijdragen door:

- Het bespreken en bevragen van het welbevinden op school: vraag met enige regelmaat naar de positieve ervaringen in de klas, bij vrienden etc., en vraag ook naar situaties en momenten die als onprettig of onveilig
- ervaren worden (zonder hierbij direct te (ver)oordelen);
- Het bespreken van de omgang met social media als Hyves, Facebook, WhatsApp etc. Zijn hierover thuis afspraken gemaakt? Welke voor- en nadelen zijn verbonden aan het gebruik van social media? Wat ervaart het kind zelf als het actief is op social media? Welke mogelijkheden kent hij/zij zelf als het gaat om het signaleren en oplossen van ongewenst gedrag?
- Het alert zijn op signalen die wijzen op mogelijk pesten (zie bijlage „Informatie voor ouders“) Neem bij vragen of waar nodig contact op met de mentor en vraag om samenwerking tussen ouders en school.

Curatieve aanpak

Het is niet reëel te verwachten dat er op een school nooit gepest wordt. Als er signalen zijn, is het aan de school om (in samenwerking met alle betrokkenen) actie te ondernemen. Om zoveel mogelijk alert te zijn en direct in te kunnen grijpen is een aantal stappen te ondernemen, waarbij steun aan de diverse betrokkenen centraal staat. Waar nodig worden maatregelen genomen.

Gepeste leerlingen

De gepeste leerling, ouders, medeleerlingen of docenten melden signalen van pesten bij de mentor. Allereerst wordt de leerling steun geboden in de vorm van een mentorgesprek of gesprek met een vertrouweling:

- De leerling krijgt een luisterend oor en steun aangeboden;
- Afhankelijk van de situatie kan de mentor:
 - advies geven hoe te reageren op de pester;
 - een gesprek aangaan met betrokken leerling(en) en/of ouder(s) om oorzaken en oplossingen te bespreken

NB: dit gebeurt niet zonder medeweten van de gepeste leerling.

- overleg voeren met leerlingbegeleider, afdelingsleider en/of zorgteam om een mogelijke aanpak te bepalen

*NB: mogelijk wordt hierbij een steungroep rondom de gepeste leerling/pester samengesteld of wordt gekeken naar mogelijkheden voor versterking van sociale vaardigheden van de gepeste leerling/pester
(In de brugklas wordt eenmaal per jaar een sociale vaardigheidstraining aangeboden.
Deze start begin januari en incidenteel sluiten 2^e klassers hier ook bij aan).*

- De mentor gaat één of twee weken na een melding in gesprek met de betrokken leerling(en) om de situatie opnieuw te bespreken. Zo nodig wordt bepaald welke vervolgstappen noodzakelijk zijn en hoe die met ouders en andere betrokkenen worden besproken.
In het leerlingvolgsysteem wordt kort verslag gedaan van de situatie, de aanpak (afspraken) en de manier waarop dit met betrokkenen gecommuniceerd is.
- Als er sprake is van fysiek en/of verbaal agressief gedrag, wordt onmiddellijk de afdelingsleider op de hoogte gesteld, waarna er met ouders, leerling en afdelingsleider en/of een lid van de directie op school een gesprek volgt. Hierop volgen passende maatregelen, bijvoorbeeld in de vorm van een time-out, interne of externe schorsing.

Pestende leerlingen

Een leerling die pest wordt verplicht hulp te aanvaarden.

- Hulp aan de pester kan een gesprek met de mentor zijn.
- Afhankelijk van de situatie kan de mentor:
 - oorzaken en achtergronden van het pestgedrag analyseren;
 - de pester via bewust maken van het gedrag en van het effect ervan op anderen c.q. de gepeste leerling;
 - afspraken maken over de omgangsregels en oplossingen;
 - overleg voeren met leerlingbegeleider, afdelingsleider en/of zorgteam om een mogelijke aanpak te bepalen.

Zie verder de stappen bij „Gepeste leerlingen“ t.a.v. - gespreksvoering achteraf
- verslaggeving in het leerlingvolgsysteem
- fysiek en/of verbaal agressief gedrag.

De groep

Steun aan de (zwijgende) middengroep. Deze groep kan bestaan uit leerlingen die:

- mee pesten om er zelf beter van te worden, of bang zijn zelf gepest te worden;
- niet mee pesten, maar die niets doen om een einde te maken aan het pesten.

Als de mentor in de klas/groep spreekt over pesten, is het raadzaam om niet de actuele peestsituatie als uitgangspunt te nemen, maar het onderwerp er bovenuit te tillen. Bijvoorbeeld aan de hand van een krantenartikel, een tv-uitzending, een brief van een leerling van een andere school, een lesbrief of een metafoor. Doet men dit niet, dan kan de klas het probleem ontkennen, bagatelliseren, het slachtoffer de schuld geven, of zeggen dat het een grapje is, waar de docent zich geen zorgen over moet maken, of het slachtoffer buiten school voor zijn “klikken” straffen.

Een mentor kan inzetten op het mobiliseren en sterk maken van een middengroep door een zogenaamde steungroep op te zetten. Hierbij geven leerlingen „zichzelf“ een concrete taak of dragen zelf verbetermogelijkheden aan, bijvoorbeeld toezien op het welbevinden van de gepeste leerling of het helpen handhaven van afspraken met de pestende leerling. Bij de steungroep-aanpak staat een oplossingsgerichte aanpak centraal. Het oplossingsgerichte hierin bestaat met name in het uitgangspunt dat de leerlingen de experts zijn. Zij bedenken de oplossingen en blijven zelf verantwoordelijk voor de toepassing van de oplossingen. De mentor/begeleider is vaardig in de oplossingsgerichte benadering, bijvoorbeeld door het stellen van schaalvragen. Voor nadere informatie, zie bijlage „Informatie voor mentoren/docenten/begeleiders“.

De mentor/docent

Steun aan de docent/ mentor, in de vorm van achtergrondinformatie over pesten (zoals signalen, oorzaken, gevolgen en concrete (preventieve en curatieve) aanpakmogelijkheden). Allereerst is het belangrijk dat de mentor/docent pestsignalen herkent (zie bijlage ...)

Medewerkers van het zorgteam, leerlingbegeleiders en (interne/externe) experts kunnen de mentor ondersteunen bij het bespreekbaar maken van pesten, de individuele begeleiding van leerlingen en/of de aanpak via een steungroep. Mentoren/docenten kunnen ook tips en (vak)literatuur raadplegen, zoals vermeld in bovengenoemde bijlage.

Ouders

Zowel ouders van het gepeste als het pestende kind verdienen steun. De school draagt hieraan bij door:

- Ouders die zich zorgen maken over het gedrag van hun kind serieus te nemen;
- Informatie en advies te geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt;
- De ouders te vragen samen te werken met de school;
- Helder te communiceren over het pestprotocol en te verwijzen naar signalen en tips (zie bijlage „Informatie voor ouders van gepeste/pestende kinderen“)

Bijlage: 'Informatie voor ouders'

Wat kunnen signalen van pesten zijn?

- 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 vroeger;
- Vaak dingen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen;
- Vaak hoofdpijn of buikpijn hebben;
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen;
- Niet willen gaan slapen, 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 willen/ durven gaan;
- Bepaalde kleren niet meer aan willen;
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn;
- Zelf blessuren creëren om niet naar school te hoeven.

Wat ouders/ verzorgers zelf kunnen doen:

- Als het pesten niet op school gebeurt maar op straat, kunt u contact zoeken met de ouders van de pester en voorzichtig vragen er met hun kind over te praten. Gebruik daarbij als argument dat elk kind op straat veilig moet kunnen zijn. Niemand zal dat ontkennen. Houd er wel rekening mee dat iedere ouder in principe voor zijn eigen kind opkomt en met de mogelijkheid dat men het probleem gaat ontkennen.
- 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 videoband 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 geworden, die moeilijk af te leren is.
- Houd het onderwerp bespreekbaar, informeer regelmatig hoe het gaat.
- Als u van uw kind er 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 de school te vragen of men dit probleem ook daadwerkelijk zorgvuldig aanpakt.
- Beloon uw kind en help het zijn/ haar zelfrespect terug te krijgen.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een 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 wat ten koste gaat van het zelfvertrouwen, kan hulp van een deskundige nodig zijn. Dit kan individueel of mogelijk in een training sociale vaardigheden.
- Houd het niet stil, maar onderneem actie!

Informatie voor ouders van pestende kinderen

- 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 videoband 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 training sociale vaardigheden te laten meedoen. Informatie hierover is op te vragen bij de zorgcoördinator op school of bij bureau jeugdzorg.

Bijlage: 'Informatie voor mentoren/docenten/begeleiders'

Pestsignalen

- volstrekt doodzwijgen;
- isoleren;
- psychisch, fysiek of seksueel mishandelen;
- een kring vormen of insluiten in de klas, gang of schoolplein;
- buiten school opwachten, slaan of schoppen;
- klopjachten organiseren;
- op weg van en naar school achterna rijden;
- naar het huis van het slachtoffer gaan;
- opbellen;
- als "slaaf" behandelen;
- nooit de echte naam van een klasgenoot gebruiken, maar een bijnaam;
- voortdurend zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot;
- opdrachten geven huiswerk te maken of huiswerk innemen;
- bezittingen beschadigen of afpakken;
- cadeaus eisen of geld afpersen;
- jennen;
- het slachtoffer voortdurend de schuld van iets geven;
- het slachtoffer voortdurend uitschelden of tegen schreeuwen;
- opmerkingen maken over kleding;
- beledigen;
- briefjes doorgeven;
- kettingbrieven schrijven;
- via e-mail of sociale media kwetsen etc;

Begeleiding preventief en curatief

Preventief

Groepsontwikkeling

De meeste groepen hebben enige tijd nodig in omgang met elkaar en samenwerking. De groep doorloopt een aantal fasen: forming, storming, norming en performing. Kennis van deze fasen kan de groep helpen om adequaat te reageren op mogelijke vragen of problemen t.a.v. contact en/of samenwerking in een groep.

Forming

De groep start als een verzameling van losse individuen die aarzelend proberen een groep te vormen. Er ontstaan interactiepatronen: wie willen direct aan de gang en wie wachten even af, wie zeggen veel en wie weinig, wie stellen vooral vragen en wie geven antwoorden. En: wie bewaken de discussie, wie houden de tijd in de gaten, wie letten vooral op de inhoud en wie maken grapjes en sfeerbepalende opmerkingen. Het lijkt misschien alsof men al doelgericht bezig is, maar de manier waarop gesproken wordt is belangrijker dan de inhoud.

Storming

In deze - vaak stormachtige - fase gaan deelnemers elkaar meer aftasten, soms beschuldigen en verwijten maken. Sommigen worden ongeduldig en overijverig. Er is nog geen sprake van samenwerking of herkenbare groepsnormen.

Norming

In deze fase gaan de deelnemers wennen aan de samenwerking. Weerstand ebt weg, men begint elkaar aan te vullen, groepsnormen ontstaan en er is sprake van (beginnende) samenwerking. Groepsleden beginnen elkaar te vertrouwen en te accepteren. De leden leggen zich neer bij bepaalde groepsgewoonten, met de afgesproken normen, met hun taken in het geheel en de eigenaardigheden van hun teamleden. Het wordt nu mogelijk om constructief met kritiek te komen. Er komt enige ontspanning in de groep en vertrouwen in de werkwijze. Het groepsproces kan nu onderwerp van gesprek worden.

Performing

De onderlinge verhoudingen en verwachtingen zijn in deze fase gevestigd en er wordt samengewerkt. In deze fase is de groep een echt team en er is duidelijk vooruitgang, problemen worden geanalyseerd en opgelost. De groepsleden kennen en accepteren nu elkaars sterke en zwakke kanten; ze weten wat hun rol is. Ze kunnen nu anticiperen op problemen in de groep en als die ontstaan gaan ze er constructief mee om. Een groep in dit stadium kan veel werk verzetten.

Het is van belang om de fase van het ontstaan van de groepsnormen (fase 3 „Norming“) vóór de fase van de strijd om de macht (fase 2 „Storming“) te plaatsen. Dit kan door:

- omgangsregels af te spreken;
- schoolregels mee te delen.

Het onderwerp pesten bespreken door dit in het algemeen aan te kaarten, bijvoorbeeld als maatschappelijk item: de veilige school.

Curatief

De pester heeft vaak niet door waar hij of zij mee bezig is en heeft daardoor ook begeleiding nodig. Deze begeleiding kan bestaan uit:

- De oorzaak of oorzaken van zijn pestgedrag analyseren;
- Het laten inzien van de gevolgen voor de gepeste (empathisch vermogen vergroten);
- Duidelijke afspraken maken;
- De hulp van de ouders inroepen;
- Het nemen van maatregelen of opleggen van straffen.

Gebleken is dat pas wanneer er drie strategieën tegelijkertijd worden toegepast er sprake kan zijn van een attitudeverandering. De nadruk moet gelegd worden op de emotioneel- affectieve component. Dit houdt voor de hulp aan de pester in dat:

- Cognitief: er kennis en achtergrondinformatie wordt verschaft;
- Conatief: er tegelijkertijd dwang wordt gebruikt in de vorm van duidelijke afspraken of regels onderling: van straffen wanneer de afspraken of regels worden overtreden en van een duidelijke afgesproken aanpak van het probleem.
- Emotioneel- affectief: er nieuwe normen worden afgesproken en dat wanneer leerlingen er blijk van geven er andere normen op na te houden zij begeleid worden om op een andere, veilige manier met leeftijdsgenoten om te gaan.

Curatieve aanpak individueel

- 1 op 1-gesprek met de pester:
 - Wat is er gebeurd volgens jou?
 - Weet je waarom het gebeurd is?
 - Hoe voelde je je?
 - Hoe denk je dat de ander zich voelde?
 - Vertel iets leuks, iets aardigs over de gepeste.

- **Herstelgesprek**

Om de lucht te klaren kan herstelrecht / een herstelgesprek ingezet worden, als zowel de gepeste als de pester dit zien zitten. De gepeste vertelt wat het gedrag van de pester met hem/haar gedaan heeft. De pester krijgt de gelegenheid om spijt te betuigen. De bedoeling van het gesprek is, dat beiden weer met elkaar door één deur kunnen en elkaar weer als mens zien.

Een herstelgesprek leiden

Een herstelgesprek leid je vanuit een vaste vraagstelling: wat is er gebeurd, hoe kijk je daarop terug, wie is erdoor benadeeld en hoe kan het weer goed gemaakt worden?

De gespreksleider stuurt het verloop van het proces, niet de inhoud. Iedereen krijgt de kans zijn inbreng te doen. Je vraagt om verduidelijking of nadere uitleg en elimineert storende elementen. Je kunt deelnemers ook nadrukkelijk vragen de bijeenkomst te verlaten, als zij een storende factor zijn in het gespreksverloop.

Als 1 op1-gesprekken weinig tot geen resultaat opleveren kunnen aanvullende maatregelen en sancties worden overwogen:

- Confronterend gesprek;
- Een toepasselijk boek laten lezen en een verslag hiervan laten maken of er een spreekbeurt over laten houden in de klas;
- Een interview over pesten af laten nemen bij een volwassene;
- een opstel over pesten (zie www.pestten.net) laten schrijven;
- Antwoord geven op de vraag: "Waarom pest je eigenlijk?"
- Na laten gaan welke regels zijn overtreden.
Argumenten laten bedenken waarom de door hem/ haar overtreden regel noodzakelijk is.
- Een sorry-brief laten schrijven;
- Een tekening maken met het verzoek zich in te leven in de gevoelens van slachtoffers, over wat er volgens hem/ haar gebeurd is, over hoe het anders had kunnen zijn;
- Samen laten werken met de gepeste aan een werkstuk tijdens de les (onder toezicht);
- Een video laten bekijken en er een verslag van laten maken;
- Een lijst van complimenten laten maken en deze gebruiken wanneer de pester zich houdt aan de gemaakte afspraken;
- De pester buitensluiten in vrije situaties (sport/pauze) of direct apart zetten.

Curatieve aanpak voor groepen

In overleg met zorgteam kan worden gekozen voor de steungroepaanpak:

(Bron: De Steungroepaanpak van pesten, Dirk van der Wulp, Bij de Les, jaargang 1, oktober 2005)

Gebruik het eigen beeld van het 'slachtoffer' (van de situatie) om omstanders, pesters en vrienden te identificeren.

1. Gesprek met alleen het 'slachtoffer'

- Concentreer je op het soort gebeurtenissen dat plaatsvindt. (Niet de specifieke incidenten).
- Het slachtoffer mag praten over alles wat hij/zij denkt dat nuttig is om te vertellen. Dat kan de hele geschiedenis zijn van het pesten of juist bijna niets daarover.
- Je houding: Niet (ver)oordeelend! En zonder het waarheidsgehalte te beoordelen.
- Geen vragen van de soort: "Wat deed je dan waardoor hij dat (pesten) deed?"
- Vertel het 'slachtoffer' dat de pesters absoluut niet gestraft gaan worden en dat er dus ook geen repercussies vanuit de pesters zullen kunnen zijn (niet i.v.m. deze begeleiding tenminste).

- Leg de volgende stappen uit: Ik ga hulp vragen aan de andere kinderen: Geeft hoop.
"Over een week hebben we een nieuwe afspraak": "Vertel me dan wat er veranderd is, okay?"

Identificeer

- "Wie zijn de meest bedreigende personen": de pesters,
- "Wie staan erbij en kijken ernaar?": de omstanders en
- "Wie zijn voor jou nu al ondersteunend" of als die er niet zijn: "Wie zie je als vrienden en potentiële vrienden (wie zou je als vriend willen hebben?)"

Check of er namen genoemd zijn vanuit elke groep of subgroep in de school waarin deze leerling een rol speelt én een probleem ervaart. Is er nog iets dat je me vertellen wilt?

2. Maak een supportgroep van vijf tot acht leerlingen

uit de onwaarschijnlijke combinatie van toeschouwers én pesters én potentiële vrienden. Het 'slachtoffer' is hier niet bij! Alle belangrijke pesters zitten er zeker wel in!

- In deze fase zelf absoluut niet het woord 'pesten' of 'pester' gebruiken, (suggereert dat er reeds een oordeel of zelfs veroordeling is.)
- Stel ze gerust: "Jullie zitten hier niet vanwege iets wat je misdaan hebt of zo, We hebben jullie hulp nodig!" "Jullie zijn gekozen omdat elk van jullie in staat is om ons te helpen."
- Zorg dat geen van de kinderen gelabeld wordt vanwege de selectie voor deze groep, dat ze in een gemengde groep zitten maakt dat makkelijker.
- Ik heb jullie hulp nodig: X voelt zich erg ongelukkig!

3. Empathie/medeleven met het slachtoffer versterken.

- Was jij wel eens ongelukkig?
- En vervolgesprek:
Niet praten over gevoelens slachtoffer, juist wel over de gevoelens van de kinderen in deze groep die wel eens ongelukkig zijn geweest op een school.
- Concludeer: "X moet zich vaak zó voelen",...

4. Uitleg

dat "Niemand hier op school zich ongelukkig zou mogen voelen" en omdat zij X beter kennen dan wie ook weten zij waarschijnlijk het beste waarom en wanneer X ongelukkig is. (Meestal komt er dan vanzelf informatie.) "Namen noemen is in dit kader niet nodig" (Om het vrij van oordelen te houden).

5. Wat te doen?

Is er iets wat jij zou kunnen doen? Een klein dingetje?

- Compliment voor elk voorstel!
- Negeer hatelijke of wraakzuchtige uitlatingen.
- Alleen als iemand iets zegt in de vorm van: Als ik het zie gebeuren dan zal ik er eens flink op slaan, dan liefdevol dit niet accepteren.
- Het gaat niet om wat ze voorstellen, maar dat ze voorstellen doen en commitment aan het groepsdoel demonstreren. Het plan moet van de groep zijn, niet van de begeleider!
- Als er weinig voorstellen komen, dan eventueel een bepaalde situatie meer in detail onderzoeken.
- Bewondering uitspreken voor het plan van deze groep. "Dat maakt vast verschil voor X als ze zo gaan doen!"
- Hen wordt niet gevraagd om iets te beloven en ze krijgen ook geen opdrachten of taken mee!
- Wel wordt verteld dat ze in de vervolgspraak alles kunnen vertellen wat hun gelukt is om te doen.

Op dit punt wordt dus de verantwoordelijkheid overgedragen aan de groep. Dit is een cruciaal gebeuren. Zij moeten de eigenaren van het plan worden. Uiteraard gaat deze bijeenkomst soms beter, soms minder goed,

maar merkwaardig genoeg maakt het voor de effectiviteit van de ingreep niets uit, als die overdracht van het eigenaarschap maar heeft plaatsgevonden.

6. Vervolgafspraak maken om terug te kijken op de afgelopen week

Vervolggesprek is een terugblik. Eerst met het 'slachtoffer' (twee tot vijf minuten is vaak al genoeg).

- Hoe gaan de zaken nu? Complimenten voor elk succes!
- Afspraak voor vervolgafspraak of open laten.

7. Terugkijken met de groep.

- Hoe gaan de zaken? en complimenten voor de hulp geven.
- Is hij/zij nu gelukkiger? Vaak is het antwoord: "Het gaat nu beter met hem/haar", dan doorgaan en vragen naar hun invloed daarop (maar niet gaan vragen naar hun suggesties van de vorige week. Dan wordt het een overhoring/test in plaats van vrijwillige hulp
- Wat heb jij gedaan om daarbij (het gelukkiger worden) te helpen?
- Hoe kun je dat merken?
- Hoe kun je dat weten?
- Hoe deed je dat?
- Hoe lukte je dat?
- Bedanken voor de hulp en geef je goedkeuring.
- Vraag of ze zo nodig nog een week willen helpen. Regel vervolgafspraak of laat het open!

8. Geef zowel de supportgroepleden als het slachtoffer een beloning. Dit van te voren laten weten.

Bijvoorbeeld:

- Brief aan de ouders met een bedankje.
- Een certificaat.
- Iets subtielers.

Na elk gesprek is het nuttig even met de ouders te overleggen over hoe zij de veranderingen zien. Dit bestendigt en/of verbetert de (eerder door de problemen misschien verstoorde) verstandhouding met de school aanmerkelijk.

Literatuur

- Sue Young, The Support Group Approach to Bullying in Schools, Educational Psychology in Practice Vol 14, No 1, April 1998
- Dirk van der Wulp, 'Bedankt, ik red me nu wel', TvL, jaargang 23, nummer 5, oktober 2000, blz IO
- Dirk van der Wulp, Jouw oplossing is niet heilig, TvL jaargang 25, nummer 4, september 2002, blz. 31
- Dirk van der Wulp, 'Dan word ik helemaal gek!', TvL jaargang 26, nummer 5, september 2003, blz 16
- Dirk van der Wulp, 'Ik zie het allemaal even niet meer zitten...!', Dekanoloog nummer 7, september 2003, blz 2
- Dirk van der Wulp, "We letten erop, zeggen ze ..." De steungroepaanpak van pesten, Bij de Les, jaargang 1, nummer 2, oktober 2005, blz 24
- N.J.I. (Nederlands Jeugd Instituut), website www.nji.nl, zie dossier „Pesten“