

Het pestprotocol

**Informatie
over (ons beleid tegen) pesten
voor docenten, ouders en leerlingen**



Inhoudsopgave

1. Vooraf	3
2. Pesten	4
Wat is pesten?	
Hoe wordt er gepest?	
De gepeste leerling	
De pester	
De meelopers en andere leerlingen	
Het aanpakken van pesten	
3. Het pestprotocol	8
Uitgangspunten	
De vijfsporenaanpak	
Preventieve maatregelen	
4. Het stappenplan na een melding van pesten	10
De mentor	
De afdelingsleider	
Het pestproject	
Schorsing	
Schoolverwijdering	
De taak van de vakdocent	
De rol van de zorgbegeleider	
5. Digitaal pesten ofwel Cyberpesten	12
Wat is cyberpesten?	
Hoe wordt er gepest?	
Het stappenplan na een melding van cyberpesten	
6. Bijlagen	15
Bijlage I (Het Nationaal onderwijsprotocol tegen pesten)	
Bijlage II (Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling)	
Bijlage III (Leidraad voor een gesprek met een leerlinge die pest)	
Bijlage IV (Tips voor leerlingen om veilig te internetten)	

1 Vooraf

Dit is het pestprotocol van het Zuyderzee College. Enerzijds bevat het richtlijnen bij geconstateerd pestgedrag, anderzijds staan er ook voorwaarden en activiteiten in die pesten kunnen voorkomen.

Veel van wat er in dit document staat, wordt al meerdere jaren toegepast op onze school. In die jaren hebben we opnieuw gemerkt, dat alles wat we willen doen voor onze leerlingen valt of staat bij de signalering en/of melding van pestgedrag. En die signalering en melding schieten nog vaak tekort, zodat de leerling met zijn probleem alleen blijft staan.

Dit document is erop gericht om alle volwassenen (het schoolpersoneel en de ouders) en liefst ook jongeren op de hoogte te brengen, van alles wat de school wil doen om een zo veilig mogelijk schoolklimaat te scheppen. Het heeft als belangrijkste doel om het vertrouwen van allen te winnen op een gebied waar nog te vaak wantrouwen overheerst.

De acties die we ondernemen zijn niet statisch. Afhankelijk van alle andere ontwikkelingen binnen de school, zal ook het handelen rond pesten zich verder ontwikkelen. In dat geval zal dit protocol aangepast worden.

Emmeloord, januari 2013

2 Pesten

Wat is pesten?

We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling 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 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 grip op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten leerkrachten en anderen niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan. 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 het 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.

Pesten is niks nieuws. Maar anders dan vijftig jaar geleden, stopt pesten niet meer op het schoolplein of bij de voordeur. Als je pech hebt, gaat het getreiter vierentwintig uur per dag door, tot in je eigen huis.

Vaak zijn pesters klasgenoten van het slachtoffer en sinds de komst van internet loopt het pesten in de fysieke en de virtuele wereld naadloos in elkaar over. Het is daarom van groot belang dat ouders en leerkrachten zich verdiepen in de online wereld van kinderen. Want wat zich buiten schooltijd en online afpeelt, is de volgende dag voelbaar in de klas.

Bron: Mijn kind online special

Hoe wordt er gepest?

Met woorden:	vernederen, belachelijk maken schelden dreigen met bijnamen aanspreken gemene briefjes, mailtjes, sms-jes schrijven
Digitaal pesten:	happy slapping bezemen bangalijsten treiteren op social media: Facebook, Hyves, Twitter, Skype enz.
Lichamelijk:	trekken aan kleding, duwen en sjoeren 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/laptop banden lek prikken, fiets beschadigen
Afpersing:	dwingen om geld of spullen af te geven het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.

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.

Leerlingen die gepest worden doen vaak andere dingen of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten: ze bespelen een ander instrument, doen een andere sport, zijn heel goed in bepaalde vakken of juist niet of ze praten met een dialect.

Een kind dat wordt gepest, praat er thuis 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 alleen nog erger wordt
- het probleem lijkt onoplosbaar
- het idee dat het niet mag klikken

Waarom pesten kinderen elkaar?

- 1.** De pester ondervindt altijd voordeel van zijn pestgedrag. Andere kinderen kijken daardoor tegen hem op, of hij voelt zich er beter door in zijn vel zitten.
- 2.** Pesters hebben minder empathisch vermogen dan andere kinderen. Ze kunnen minder goed invoelen wat de gevolgen zijn van hun daden.
- 3.** Meelopers doen mee aan het pestgedrag, of komen in elk geval niet op voor het slachtoffer, omdat ze bang zijn buiten de groep te vallen of om zelf gepest te worden.
- 4.** Pesters zien vaak haarscherp op welk gebied het slachtoffer kwetsbaar is. Een slimme jonge met rood haar en een bril, hoeft daarmee niet gepest te worden als hij uitstraalt zelf geen problemen met zijn uiterlijk te hebben.
- 5.** Het pesten is meestal ontstaan vanuit een misverstand of conflict. Wellicht is de kiem al jaren eerder gelegd. Soms vormt de manier waarop de ouders van het ene kind ooit over het andere kind hebben gepraat de aanleiding.

Mogelijke signalen van gepest worden (ook van belang voor ouders)

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

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 ze proberen 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 immers om gepest te worden. Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie.
- 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; een docent 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).

De meelopers en andere leerlingen

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel 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 geen hulp inschakelen.

Het aanpakken van pesten

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

3 Het pestprotocol

Het pestprotocol vormt de verklaring van de vertegenwoordiging van de school en de ouders waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op school niet accepteren en volgens een vooraf bepaalde handelwijze gaan aanpakken.

Uitgangspunten

Een dergelijk protocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

- Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; leerkrachten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. Met het ondertekenen van het Nationaal onderwijsprotocol (zie bijlage I) laten alle betrokken partijen zien, dat zij bereid zijn tot samenwerking om de problemen rond pesten aan te pakken.
- De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
- Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
- De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (het pestprotocol).
- De school ontplooit preventieve (les)activiteiten. Denk hierbij aan het behandelen van het onderwerp in de mentorles.

De vijfsporenaanpak

Door het ondertekenen van het Nationaal onderwijsprotocol (bijlage I) heeft de school zich verbonden aan de vijfsporenaanpak. Dit houdt in:

De algemene verantwoordelijkheid van de school

De school zorgt dat de medewerkers genoeg informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten. De school werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is waardoor een klimaat ontstaat waarin pesten bespreekbaar gemaakt kan worden. Alle medewerkers van de school 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, zorgbegeleider of afdelingsleider.

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 gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag.

Het aanbieden van hulp door de mentor, zorgbegeleider of afdelingsleider.

Het betrekken van de middengroep bij het pesten

De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie. De mentor komt hier in de toekomst op terug.

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, hebben er soms moeite mee, 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 school; het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

Preventieve maatregelen

1. Elke mentor bespreekt ergens 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. Leerlingen en mentor stellen een contact op (het pestcontract).

2. 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.

3. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de leerling die pest als van de leerling die gepest wordt.

Voorbeeld van een pestcontract:

Dit pestcontract dient als basis en kan per vestiging, kernteam, leerjaar en/of klas worden aangevuld.

Contract “veilig in school”

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

- Ik accepteer de ander zoals hij is en ik discrimineer niet.
- Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen.
- Ik blijf van de spullen van een ander af.
- Als er ruzie is speel ik niet voor eigen rechter.
- Ik bedreig niemand, ook niet met woorden.
- Ik neem geen wapens of drugs mee naar school.
- Ik gebruik geen geweld.
- Als iemand mij hindert vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen.
- Als dat niet helpt, vraag ik een docent om hulp.

4 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 II en III. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
3. De mentor praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groeps sfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groeps lid heeft.
4. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de afdelingsleider van de leerling(en). De mentor overhandigt de afdelingsleider het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die gemaakt zijn.

B. De afdelingsleider

1. De afdelingsleider neemt de rol van de mentor over, bij herhaling 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 driedig, namelijk:
 - confronteren (zie bijlage III)
 - 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 sociaal gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. Hij adviseert zo nodig, zowel aan pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door de zorgbegeleider/coördinator.
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 ertoe verplicht een programma te volgen. Dit kan plaatsvinden in eigen tijd of onder schooltijd afhankelijk voor welk programma gekozen wordt of welk programma de voorkeur heeft.

De ouders worden van dit project op de hoogte gesteld.

D. Schorsing

Wanneer ook het verplichte pestproject geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een schorsing van een dag. Daarna krijgt de pestende leerling een lange schorsing.

E. Schoolverwijdering

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag liggen er geen perspectieven meer tot verandering. De school kan en wil geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen. En rest de school niets anders dan schoolverwijdering.

De taak van de vakdocenten

De vakdocenten 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 om hulp en overleg in gang te zetten.

De rol van de zorgbegeleider

1. Hij/zij ondersteunt waar nodig mentoren en afdelingsleiders tijdens de verschillende fasen in het proces.
2. Hij/zij biedt op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
3. Hij/zij kan leerlingen aanmelden voor FMW-training of BOF/SoVa.
4. Hij/zij kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
5. Houdt mentoren, vakdocenten op de hoogte van de problematiek.

5. Digitaal pesten ofwel Cyberpesten

Wat is Cyberpesten?

Cyberpesten (of digitaal pesten) is het pesten of misbruiken via het internet en via mobiele telefoon. Cyberpesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

“Toen ik een half jaar geleden op een woensdagmiddag op MSN ging, werd ik in tien minuten, veertien keer met de dood bedreigd, vertelt Janna (13). De dagen daarna stroomde mijn mailbox vol met berichten van een adres dat ik niet kende: “We komen je halen. Laat het licht maar aan ‘s nachts”. Er ging een e-mail mijn klas langs met een foto waarop mijn hoofd op het lichaam van een pornomeisje was geplakt, daaronder stond:

Deze hoer gaat sterven”.

(1/07/07 uit mijn Pers)

Hoe wordt er gepest?

Cyberpesten via games

- Iemands paswoord stelen: spelen in naam van iemand anders en ervoor zorgen dat hij of zij verliest.
- 'Verworvenheden' stelen : ervoor zorgen dat iemands avatar (het virtuele personage in een game) niet meer zo sterk is.

Cyberpesten via e-mail

- Pest e-mails. Dit kunnen zowel woorden als beelden zijn (bv. gefilmd hoe iemand uitgelachen wordt) die enkel naar het slachtoffer of naar een hele groep mensen gestuurd worden.
- Opzettelijk virussen verspreiden.
- Iemands paswoord stelen en mailen in naam van die persoon.

Cyberpesten via het chatten

- Uitschelden op de chat.
- 'Virtuele uitsluiting': een hele groep mensen die allemaal dezelfde persoon blokkeren zodat er met deze persoon niet meer gechat wordt.
- Iemands paswoord stelen en chatten in naam van die persoon of de chataccount afsluiten.

Cyberpesten via de webcam

- Foto's of video's maken zonder medeweten of toestemming van de ander en deze later publiceren op het internet.
- Opzettelijk schokkende beelden tonen via de webcam.

Cyberpesten via profielen

- Profielen met kwetsende inhoud: een profiel aanmaken waarop iemand belachelijk gemaakt wordt.
- Profielen met kwetsende beelden.
- Een populariteitsmeter waarbij anderen kunnen stemmen hoe lelijk of dom iemand is.
- Uitsluiting uit het netwerk: een hele groep mensen die hun profiel aan elkaar linken maar niet aan dat van het slachtoffer, waardoor deze de evoluties en conversaties niet kan volgen.

Cyberpesten via de gsm

- Pest sms-jes.
- Gênante mms-jes
- Cyberpesten via het chatten met gsm.
- Iemands gsm-nummer openbaar maken zodat deze ongewenste telefoontjes krijgt.

Gevolgen

Er is een sterk verband tussen cyberpesten en het pesten op de speelplaats. Vaak gaat het pesten op de speelplaats overdag, 's avonds gewoon door via de computer of gsm. Toch zijn er ook een aantal verschillen tussen 'klassiek pesten' en cyberpesten.

- Het cyberpesten is veel directer, veel persoonlijker en een aanval op de private levenssfeer. Kinderen en jongeren nemen het pesten mee in hun bed en zijn er niet van verlost als zij 's avonds thuis voor de computer zitten.
- Kinderen hebben vaak het gevoel dat de hele wereld toekijkt hoe zij gepest en belachelijk gemaakt worden.
- Ouders zijn meestal laat of niet op de hoogte dat er een probleem is, juist omdat het via internet en gsm verloopt.

Het stappenplan na een melding van cyberpesten

1. **Bewaar de berichten.** Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren. Vertel de leerlingen hoe ze dat kunnen doen (afdrukken, selecteren en kopiëren, MSN-gesprekken opslaan).
2. **Blokkeren van de afzender.** Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pest-mail kan blokkeren.
3. **Probeer de dader op te sporen.** Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer op school het bericht is verzonden. Neem contact op met de ICT-coördinator of de systeembeheerder. Het is mogelijk om van het IP adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden. Ook is er van alles mogelijk via de helpdesk.
4. **Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling.** Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
5. **Verwijs de ouders zo nodig door.** Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:
 - **0800-5010: de onderwijstelefoon**
 - **0900-11131113: de vertrouwensinspectie**
6. **Adviseer aangifte.** In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiele schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl, tel:0900-0101)

6. Bijlagen

Bijlage I

(Het Nationaal onderwijsprotocol tegen pesten)

Bijlage II

(Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling)

Bijlage III

(Leidraad voor een gesprek met een leerlinge die pest)

Bijlage IV

(Tips voor leerlingen om veilig te internetten)

Bijlage I

Nationaal Onderwijsprotocol tegen Pesten

Het Nationaal Onderwijsprotocol tegen pesten beoogt via samenwerking het probleem van het pestgedrag bij kinderen aan te pakken en daarmee het geluk, het welzijn en de toekomstverwachting van kinderen te verbeteren.

De ondertekenaars van dit protocol verklaren het volgende:

1. Pesten is een wezenlijk en groot probleem. Uit onderzoek blijkt dat zo'n 385.000 leerlingen in Nederland slachtoffer zijn van pestgedrag. Pestgedrag is schadelijk tot zeer schadelijk voor kinderen, zowel voor de slachtoffers als voor de pesters. De omvang en zwaarte van het probleem leiden tot de noodzaak van een aanpak door alle opvoeders van jongeren in het bijzonder door de ouders en door de leerkrachten.
2. Bestuur en directie dienen, om een passend en afdoend antwoord te vinden op het probleem pesten, uit te gaan van een zo goed mogelijke samenwerking tussen ouders, leerkrachten en leerlingen, gebaseerd op afgesproken beleid dat gericht is op deze samenwerking.
3. Onze school wenst een samenwerking, zoals bedoeld onder punt 2., ook daadwerkelijk aan te gaan, te stimuleren en te onderhouden.
4. De ondertekenaars van dit protocol verbinden zich daarom het volgende te doen:
 - het werken met de 'vijfsporenaanpak';
 - het bewust maken en bewust houden van de leerlingen van het bestaan en de zwaarte van het probleem;
 - het bewust maken en bewust houden van de (levenslange) gevolgen van pesten;
 - een gerichte voorlichting over de preventie en de aanpak van het pesten aan alle ouders van de school;
 - het zorgen voor een voor iedere aan de school verbonden persoon toegankelijke, actuele informatie over het pestprobleem, met als speciaal aandachtspunt informatie voor de leerlingen.
5. De ondertekenaars verklaren zich in principe bereid tot deelname aan een tussentijdse evaluatie door de school binnen drie jaar.
6. Als het protocol is ondertekend, wordt een afschrift beschikbaar gesteld aan alle ouders van de school (website) en aan één van de samenwerkende landelijke organisatie voor ouders in het onderwijs (LOBO, NKO, Ouders & Co en VOO)

Naam en plaats van de school:

Getekend namens:

Bestuur

Directie

MR

Ouderraad

Bijlage II

Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem?
- Door wie wordt je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak wordt 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?

Aanpak

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/haar gevoelens en hoe maakt hij/zij deze kenbaar aan anderen?
- Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen.

Besteed hier aandacht aan want **niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.**

Bijlage III

Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Het doel van dit gesprek is drieledig:

- de leerling confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan
- achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
- het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt.

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.

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? Biedt zo nodig hulp aan van de zorgbegeleider (op vrijwillige basis).

Het pestgedrag moet stoppen

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

Bijlage IV

Wat kun je doen om digitaal pesten en misbruik te voorkomen?

- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt.
- Gebruik een apart hotmail adres om jezelf te registreren op websites. Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam als chat.
- Zorg dat je wachtwoorden geheim blijven en niet makkelijk te raden zijn. Als anderen wel binnen zijn gekomen, neem dan contact op met de beheerder van de site.
- Als je een vervelend gevoel hebt over iets wat je hebt gezien of meegemaakt, vertrouw dan op je gevoel en vertel het aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf zelf respectvol anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekend mensen uit je MSN contactlijst.
- Bel of mail niet zomaar met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders dit weten.
- Verstuur zelf geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. Let vooral op bij foto's van jezelf. Als je een foto op internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden.
- Wees zeer voorzichtig met het gebruik van je webcam. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan andere personen te laten zien of voor doeleinden gebruikt worden die jij niet wilt.

Wat kun je tegen cyberpesten en misbruik doen?

- Niet persoonlijk opvatten als het van mensen komt die je niet kent. De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijker gaan schelden.
- Reageer niet op pestmails of andere digitale pesterijen. **Verwijder de e-mail zo mogelijk zonder hem te openen. Verplaats de e-mail naar Ongewenste berichten zonder hem te openen.** Als je niet reageert, gaan pesters vaak op zoek naar iemand anders om te pesten.
- Blokkeer de afzender. Als het gaat om smsjes op de mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.
- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla deze op. Van het IP adres van de e-mail kan soms worden afgeleid, van welke computer de e-mail verzonden is. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mails aan kan nemen. Men heeft daar ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie de mail heeft verstuurd. Bel de helpdesk op.
- Ga naar je mentor of afdelingsleider toe op school. Deze zal je verder helpen om het pestgedrag te stoppen.
- Bij stalken kun je aangifte doen bij de politie. Het is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen: www.pestenislaf.nl