



PESTPROTOCOL

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	1-2
Inleiding.....	3
1.0 Plagen, ruzie en pesten	4
1.1 Plagen	4
1.2 Ruzie	4
1.3 Pesten.....	4
1.3.1 Hoe wordt er gepest?.....	5
1.3.2 Signalen die op pesten kunnen duiden	6
2.0 Partijen bij het pestprobleem	6
2.1 De gepeste.....	7
2.2 De pester	7
2.3 De meelopers	8
2.4 De zwijgers	8
2.5 De helpers.....	8
2.6 De mentor.....	8
2.7 De teamleider	8
2.8 De contactpersoon	9
2.9 De zorgcoördinator.....	9
2.10 Het onderwyzend en ondersteunend personeel	9
2.11 De ouders van de gepeste	9
2.12 De ouders van de pester	9
2.13 De andere ouders	10
3.0 Preventieve aanpak.....	10
4.0 Het stappenplan na een melding van pesten.....	11
4.1 Schorsing	11
4.1.1 Jongerenrechtbank en herstelrecht.....	11
4.2 Schoolverwijdering.....	12
Bijl. 1 Wat ouders zelf kunnen doen als hun kind wordt gepest	13
Bijl. 2 Informatie voor ouders van pestende leerlingen.....	14
Bijl. 3 Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	15
Bijl. 4 Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest	16
Bijl. 5 Voorkomen van digitaal pesten.....	17

Bijl. 6 Nationaal onderwijsprotocol tegen pesten.....	18
Bijl. 7 Literatuurverwijzingen.....	20

Inleiding

De Christelijke Scholengemeenschap Buitenveldert (CSB) biedt aan alle leerlingen een plek aan waarin zij zich veilig en prettig voelen, waardoor zij optimaal kunnen presteren.

Het is bekend dat er op scholen gepest kan worden. Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de school. Daarom hebben we beleid ontwikkeld over het voorkomen, signaleren en oplossen van pestgedrag.

Met behulp van dit pestprotocol willen wij het pestgedrag binnen onze school niet alleen aanpakken nadat een pestsituatie is gesignaleerd, maar ook pestgedrag voorkomen, door dit gedrag met al zijn aspecten, gevolgen en de erbij horende rollen van pester, meeloper en gepeste bespreekbaar te maken.

Bij de aanpak van gesignaleerd pestgedrag worden ook de ouders betrokken, omdat pestgedrag zich niet alleen beperkt tot de school en omdat oorzaken van pestgedrag zeker niet alleen binnen de school, maar vaak ook buiten de school liggen.

Het pestprotocol vormt een plan van aanpak ten aanzien van:

- Het voorkomen van pestgedrag
- Het tijdig signaleren van pestgedrag
- De aanpak van pestgedrag

N.B.

Waar in dit document gesproken wordt over

- 'hij' wordt ook 'zij' bedoeld;
- 'zijn' wordt ook 'haar' bedoeld;
- 'hem' wordt ook 'haar' bedoeld;
- 'ouders' worden ook 'ouder(s)/verzorger(s)' bedoeld;
- 'pester' wordt ook 'pesters' bedoeld.

1.0 Plagen, ruzie en pesten

Er bestaat een verschil tussen plagen, ruzie maken en pesten. In dit pestprotocol gaan wij uit van **pesten**.

Maar wat is eigenlijk het verschil tussen plagen, ruzie en pesten?

1.1 Plagen

Je kunt van plagen spreken wanneer beide partijen even sterk zijn en er niet echt gesproken kan worden van een slachtoffer en een dader. Plagen gebeurt vaak bij personen die elkaar mogen. Het gaat dan om een spel, dat door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren.

Door zo nu en dan een beetje geplaagd te worden en terug te plagen, zal de sociale weerbaarheid van een kind vergroot worden. Het is goed voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind.

Kinderen met een laag zelfbeeld, weinig zelfvertrouwen of (ex-)slachtoffers van pesten kunnen vaak niet tegen plagen; zij pikken de signalen van warmte niet of nauwelijks op.

1.2 Ruzie

Ruzie maken wordt door kinderen nog weleens benoemd als pesten. Hoewel een ruzie geen pesten is, kan een niet goed opgeloste ruzie soms wel tot pesten leiden.

Het verschil tussen ruzie en pesten is dat het bij ruzie gaat om een conflict over een bepaalde zaak, terwijl bij pesten niet het onderwerp centraal staat, maar het gaat om het beschadigen van een persoon.

1.3 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. Dit geweld wordt psychisch, fysiek, seksueel of digitaal toegebracht. Bij pesten is er een zeer duidelijke slachtofferrol en een daderrol. Pesten is zeer slecht voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van het slachtoffer.

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 grip op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten omstanders niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben een taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf) om pesten te voorkomen. Het is belangrijk dat leerlingen weten dat ze hulp kunnen krijgen in de school en hierom durven vragen.

De grens tussen plagen en pesten is lastig te definiëren; dit is voor ieder verschillend. Belangrijk hierin is dat als een leerling aangeeft dat hij het gedrag van een ander als pesten ervaart, dit serieus genomen wordt.

1.3.1 Hoe wordt er gepest?

Met woorden:

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

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
- niet laten meedoen bij groepsopdrachten

Stelen en vernielen:

- afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen
- vernielen van boeken of andere schoolspullen
- fiets beschadigen

Afpersing:

- dwingen om geld of spullen af te geven
- chanteren in ruil voor een plaats in de groep

Digitaal pesten:

Bij digitaal pesten komt de pester de persoonlijke omgeving van de ander binnen via computer of telefoon. Voor de pester is deze vorm van pesten laagdrempeliger en veiliger: hij heeft minder kans op afkeuring van de groep of blijft anoniem. Pesten via internet wordt door de pesters veelal als plagen gezien. Bij de niet digitale vorm van plagen kun je zien of iemand plagen leuk vindt, je kunt stoppen en excuses maken wanneer de plagerij niet goed valt. Bij digitaal plagen kan de verzender de boodschap als geintje bedoeld hebben, terwijl het bij de ontvanger als pesten wordt opgevat.

Voorbeelden van digitaal pesten zijn:

- schelden en anoniem bedreigen via e-mail, sms'jes, Facebook, Instagram of Whatsapp;
- opzettelijk versturen van virussen;
- hacken van iemands computer;
- vervelende foto's of filmpjes van de gepeste op internet plaatsen.

1.3.2 Signalen die op pesten kunnen duiden

Signalen die zouden kunnen duiden op pestgedrag zijn:

- alleen staan in de pauze;
- nooit uitgenodigd worden door andere kinderen;
- in de pauze steeds contact zoeken met de surveillant of andere medewerkers van de school;
- omgaan met jongere kinderen;
- binnen de muren van het schoolgebouw blijven;
- negatieve reacties van medeleerlingen op vragen of inbreng tijdens de les;
- het negatief uitlaten door medeleerlingen over een leerling of zijn familie;
- alles stom vinden van een leerling;
- kind, ouders en/of andere kinderen geven aan dat er gepest wordt;
- veel ziekteverzuim met klachten over hoofdpijn en buikpijn;
- blessures creëren om niet naar school/lichamelijke opvoeding te hoeven;
- bepaalde kleren niet meer aan willen naar school;
- snel prikkelbaar of boos zijn;
- nachtmerries hebben;
- bedplassen.

Deze signalen kunnen duiden op pesten, maar kunnen ook op iets anders duiden. Ga in ieder geval in gesprek met het kind.

2.0 Partijen bij het pestprobleem

Het omgaan met elkaar in een groep is een normaal sociaal gebeuren op school: leuke dingen doen en af en toe ruzies/conflicten horen daarbij. Een kind traint op deze manier zijn sociale vaardigheden.

Kinderen die in een nieuwe groep komen, zullen elkaar uitproberen om zo de hiërarchie vast te stellen. Wie is de leider, wie volgt, wie gaat zijn eigen gang, wie is waar goed in, wie is driftig, wie is leuk, wie is vriendelijk, etc. Nadat men weet wat men aan elkaar heeft, ontstaat er een zeker evenwicht in de klas.

Als in de beginfase de strijd om de hiërarchie te lang duurt, bestaat de kans dat er verdeeldheid in de groep ontstaat. Deze situatie kan leiden tot een onveilig gevoel, waardoor pesten zich kan ontwikkelen. Er ontstaan dan meer leiders met volgelingen, die zich tegen elkaar gaan afzetten. Om de macht te behouden worden zondebokken uitgekozen en is pesten een feit. Wanneer pesten in een groep begint, zie je de volgende "rollen" ontstaan:

1. De gepeste
2. De pester
3. De meelopers
4. De zwijgers
5. De helpers
6. De mentor
7. De teamleider
8. De vertrouwenspersoon
9. De zorgcoördinator
10. Onderwijzend en onderwijsondersteunend personeel
11. De ouders van de gepeste
12. De ouders van de pester
13. De andere ouders

2.1 De gepeste

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.

Veel leerlingen die gepest worden, hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen het pesten en stralen dat ook uit. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep en durven ze weinig of niets te zeggen, omdat ze bang zijn afgewezen te worden. Deze angst en onzekerheid worden verder versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor de gepeste leerling in een vicieuze cirkel komt waar hij zonder hulp zeker niet uit komt.

Gepeste leerlingen voelen zich vaak eenzaam, hebben in de omgeving waarin zij gepest worden geen vrienden om op terug te vallen en kunnen soms beter met volwassenen opschieten dan met hun leeftijdgenoten.

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

- De leerling schaamt zich.
- De leerling is bang dat de ouders met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt.
- De leerling gelooft niet in een oplossing.
- De leerling wil niet klikken.

2.2 De pester

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. 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. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken.

Een pestende leerling heeft niet geleerd zijn agressie op een andere manier te uiten dan door het ongewenste pestgedrag te vertonen. Ook pestende leerlingen hebben op de langere termijn last van hun pestgedrag. Door hun verkeerde en vooral beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om een vriendschap op te bouwen en te onderhouden op andere gronden dan die van macht en het delen in die macht. Pestende leerlingen maken geen normale sociale ontwikkeling door met alle gevolgen van dien ook voor henzelf.

Pesten kan een aantal oorzaken hebben:

- een negatief zelfbeeld, weinig eigenwaarde;
- angst om zelf gepest te worden;
- het gevoel hebben niet zichzelf te mogen zijn;
- als een leerling zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken;
- een voortdurende strijd om de macht in de klas;
- compensatiegedrag: een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau);
- een te sterk gevoel voor autonomie (weinig inlevingsvermogen in een ander);
- het ontbreken van een goede voorbeeldfunctie van ouders.

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.

2.3 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. Door de meelopers bewust te maken van hun rol, kunnen zij, onder begeleiding, hun rol veranderen naar die van helper.

2.4 De zwijgers

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.

2.5 De helpers

Helpers zijn leerlingen die opkomen voor de gepeste.

De helpers en de zwijgers zijn degenen die je zou kunnen mobiliseren, waardoor zij een meerderheid in de groep vormen. Met elkaar kunnen zij een cultuuromslag maken.

2.6 De mentor

De mentor speelt een centrale rol bij pesten. Hij is de contactpersoon voor leerlingen en ouders.

- Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor met de gepeste en met de pester apart. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlage 2 en 3. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen alle betrokken leerlingen om tot goede afspraken te komen.
- De mentor neemt contact op met de ouders van de pester en de gepeste en betreft hen bij de oplossing.
- Indien het pesten zich herhaalt, bespreekt de mentor direct het vervolgtraject met betrokken leerlingen en ouders.
- 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.
- Indien het probleem escaleert, informeert de mentor de ouders en geeft ze een rol bij het vinden van een oplossing.
- Tevens meldt de mentor het gedrag aan de teamleider van de leerling(en). De mentor registreert de gebeurtenissen en de gemaakte afspraken in Magister (dossieropbouw) en informeert de vakdocenten, de zorgcoördinator, de pest-coördinator en andere betrokken personeelsleden.

2.7 De teamleider

- De teamleider kan in onderling overleg de rol van de mentor overnemen bij escalatie van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
- De teamleider heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen betrokken leerlingen en hun ouders.
- In het contact met de pester is het doel driedelig:
 - confronteren (zie bijlage 3)
 - op tafel krijgen van mogelijke achterliggende problematiek
 - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten (disciplinair)
- In het contact met de gepeste wordt gekeken of en hoe de weerbaarheid van de leerling vergroot kan worden.

- De teamleider adviseert zo nodig de pester, de gepeste en hun ouders hulp via de zorgcoördinator.
- Wanneer er sprake is van herhalingsgedrag, neemt de teamleider contact op met de ouders en bespreekt ieders verantwoordelijkheid in deze en het vervolgtraject.
- De teamleider koppelt alle informatie terug naar de mentor en andere betrokkenen binnen de school.

2.8 De contactpersoon

Onze school heeft contactpersonen, mensen die de speciale en vertrouwelijke taak hebben om op dit terrein naar de leerlingen te luisteren en ze te helpen. De contactpersonen nemen de leerlingen altijd serieus, wat zij ook te vertellen hebben. Zij zorgen voor een eerste opvang, luisteren naar de klacht van de leerlingen en helpen bij het zoeken naar een oplossing.

2.9 De zorgcoördinator

- De zorgcoördinator ondersteunt waar nodig mentoren en teamleiders tijdens de verschillende fasen in het proces.
- De zorgcoördinator biedt begeleiding aan de pester en de gepeste en hun ouders.
- De zorgcoördinator kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de studie- en/of mentorlessen.
- De zorgcoördinator biedt bij specifieke hulpvragen in overleg met de Ouder Kind Adviseur trainingen aan voor de gepeste en de pester. Vanuit het wijkteam van de gemeente is er drie dagen per week een Ouder Kind Adviseur (OKA) op school aanwezig. Deze adviseur kan advies bieden aan kind en/of ouder(s). Ook kan hij in overleg met de ouder(s) doorverwijzen naar een andere instantie of specialist.
- Enkele malen per jaar organiseert de zorgcoördinator evaluatiebijeenkomsten met betrokkenen.

2.10 Het onderwijzend en onderwijsondersteunend personeel

De docenten en het ondersteunend personeel 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.

2.11 De ouders van de gepeste

In bijlage 1 staat wat ouders kunnen doen wanneer ze het idee hebben dat hun kind gepest wordt.

2.12 De ouders van de pester

In bijlage 2 staat informatie voor ouders van pestende kinderen.

2.13 De andere ouders

Andere ouders zien of horen wellicht dat kinderen weleens ruzie hebben. Het is natuurlijk belangrijk dat een ruzie uitgepraat wordt, maar het hoeft nog geen pesten te zijn. Wanneer u het idee heeft dat een kind gepest wordt, bespreek dit dan met de mentor.

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.

3.0. Preventieve aanpak

De CSB heeft een pestcoördinator opgeleid en aangesteld.

- De pestcoördinator is een deskundig aanspreekpunt voor leerlingen, personeel en schoolleiding.
- In overleg met de zorgcoördinator geeft de pestcoördinator het pestprotocol vorm en actualiseert het.
- De pestcoördinator zorgt er voor dat alle medewerkers op de hoogte zijn van het pestprotocol.
- De pestcoördinator fungeert als aanspreekpunt voor ouders en leerlingen.
- De pestcoördinator coördineert het anti-pestbeleid van de school en stemt af met de teamleiders en de zorgcoördinator.
- De pestcoördinator organiseert activiteiten.

De mentor speelt een belangrijke rol in het tot stand brengen van een optimaal klassen-klimaat, namelijk een klas waar iedere leerling zich veilig voelt.

In de studielessen wordt aandacht besteed aan pesten. Indien een mentor daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek.

In klas 1 is er aan het begin van het schooljaar een introductieweek, waarin de leerlingen elkaar goed leren kennen. De nadruk ligt op het goed leren omgaan met elkaar. Er wordt aandacht besteed aan de vaardigheid van het luisteren naar elkaar en het duidelijk zijn, het samenwerken, het geven en ontvangen van (positieve) feedback.

Ook in de methode Tumult, die in de eerste klassen wordt gebruikt, wordt hier aandacht aan besteed.

Vervolgens worden in iedere klas (klas 1 t/m 6) door de mentor en de leerlingen aan het begin van het schooljaar omgangsregels vastgesteld. Deze regels worden door alle leerlingen ondertekend.

4.0. Het stappenplan na een melding van pesten

Voor het stappenplan na melding van pesten verwijzen wij naar artikel 2.6 en 2.7 in dit pestprotocol. Ten aanzien van digitaal pesten verwijzen wij naar bijlage 5.

4.1 Schorsing

Als de in betreffende artikelen genoemde acties niet het gewenste resultaat opleveren, volgt een disciplinaire maatregel die wordt opgelegd door de teamleider.

De eerste disciplinaire maatregel betreft een interne schorsing. De duur en aard van de schorsing wordt per situatie beoordeeld.

Als na de interne schorsing de situatie nog steeds ongewijzigd is, zal de teamleider de pester extern schorsen. De duur en aard van de schorsing wordt per situatie beoordeeld.

4.1.1 Jongerenrechtbank en herstelrecht

Een alternatief voor schorsen is het inzetten van de jongerenrechtbank. In dat geval doet de jongerenrechtbank een uitspraak en biedt ook vaak een oplossing. Dit wordt altijd van tevoren overlegd met leerling en ouders.

Onze school doet mee aan het pilotproject van de jongerenrechtbank. Onze school is één van de drie Amsterdamse scholen, naast het St. Ignatius Gymnasium en de Open Scholengemeenschap Bijlmer, die als eerste in Nederland zo'n rechtbank heeft. In de jongerenrechtbank spreken speciaal daarvoor opgeleide leerlingen van onze school zelf recht over strafbare gevallen en conflicten die zich hier hebben voorgedaan.

De jongerenrechtbank is een initiatief van de Stichting Jongerenrechtbanken Nederland en wordt in samenwerking met de betrokken scholen, rechtbank, openbaar ministerie en politie georganiseerd.

Voor de behandeling van zo'n zaak is het belangrijkste uitgangspunt dat de betrokken leerling zelf verantwoordelijkheid wil nemen voor wat hij of zij heeft gedaan. Samen met de ouders kiest de betrokkene ervoor dat de zaak ter beoordeling wordt voorgelegd aan de jongerenrechtbank. In plaats van dat de schoolleiding of docent een maatregel oplegt, of dat in ergere gevallen aangifte wordt gedaan, krijgt de jongerenrechtbank eerst deze bevoegdheid.

Het doel van de behandeling door de jongerenrechtbank is om samen met alle direct betrokkenen een goede uitkomst te vinden, die gericht is op herstel van wat is misgegaan. Dat wil zeggen oplossen in plaats van (alleen) straffen. Daarbij is het belangrijk dat de beschuldigde verantwoordelijkheid neemt voor zijn daad. Een toenadering tussen beschuldigde en benadeelde is een belangrijke voorwaarde. Op die manier wordt gekeken naar wat nodig en redelijk is om na de gebeurtenis op onze school weer samen met elkaar verder te kunnen.

In de jongerenrechtbank zitten leerlingen van onze school, die zijn getraind door professionals zoals politiemensen, advocaten, rechters, officieren van justitie en mediators. Elk jaar wordt hiervoor een nieuwe groep leerlingen op basis van vrijwilligheid opgeleid en officieel beëdigd door een rechter in de rechtbank Amsterdam. Uiteraard moeten de ouders het eens zijn met de deelname van hun kind aan dit project.

Voor meer informatie over jongerenrechtbanken zie: www.jongerenrechtbanken.nl

4.2 Schoolverwijdering

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen blijft volharden in het ongewenste pestgedrag, kan en wil de school geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen. Er rest de school niets anders dan de pester van school te verwijderen. Zie voor meer informatie omtrent de verwijderingsprocedure pag. 43 van de schoolgids.

Bijl. 1 Wat ouders zelf kunnen doen als hun kind wordt gepest

- Neem uw kind serieus.
- 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.
- Garandeer uw kind dat u met anderen gaat praten om het pesten te stoppen en dat u hier zorgvuldig en vertrouwelijk mee zult omgaan.
- Leg uw kind uit hoe het komt dat kinderen pesten (zie bijlage 2).
- Waarschuw uw kind dat het mogelijk is dat het pesten niet meteen ophoudt als er aandacht voor is. De problemen van het kind dat pest kunnen niet altijd op korte termijn opgelost worden.
- Samen praten over pesten kan ook via een boek of een film over het onderwerp.
- Vertel dat volwassenen niet altijd pestgedrag waarnemen.
- Houd het onderwerp bespreekbaar en vraag regelmatig aan uw kind 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 welke acties de school zal ondernemen.
- Geef uw kind een complimentje over zijn openheid.
- Help uw kind zijn zelfrespect terug te krijgen.
- Roep eventueel de hulp in van een deskundige, bijvoorbeeld voor een weerbaarheidstraining. Hiervoor kunt u eventueel contact opnemen met de mentor en/of de zorgcoördinator van de school (tenoever@csb-amsterdam.nl)
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een (team)sport.
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind en praat in oplossingen, niet in problemen.
- Houd regelmatig contact met de mentor van uw kind.

Bijl. 2 Informatie voor ouders van pestende leerlingen

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind kan in de verleiding komen te gaan pesten.
- Praat met uw kind om achter de mogelijke oorzaak en aanleiding van het pesten te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor het gevolg van zijn gedrag op anderen (inleven in de ander).
- Besteed aandacht aan uw kind door te laten merken dat u veel waarde hecht aan wat voor hem belangrijk is.
- Geef uw kind duidelijke waarden en normen mee.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een (team)sport.
- Geef uw kind adviezen over andere manieren om met elkaar om te gaan.
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind.
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Bekijk mogelijkheden om uw kind aan een sociale vaardigheidstraining te laten meedoen. Informatie hierover is op te vragen bij de mentor en/of de zorgcoördinator (tenoever@csb-amsterdam.nl).

Bijl. 3 Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Geef aan dat je ziet/hoort dat de leerling zich niet altijd prettig voelt op school en vraag of hij dit herkent. Benoem dat er voor ieder probleem een oplossing is, ook al ziet hij die op dit moment niet. Geef aan dat het kind niet alles alleen hoeft te doen en hulp mag vragen.

Als het kind zegt dat het gepest wordt, kun je de volgende vragen stellen:

- 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?
- Heb je het aan anderen verteld dat je gepest wordt? Aan wie? Aan wie zou je het willen vertellen?
- 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 medeleerlingen/klasgenoten 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 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?

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 en ontbreekt het ze aan zelfvertrouwen. Ergens is er iets in henzelf van overtuigd dat de pester gelijk geeft.

Besteed hier aandacht aan want ook al zijn we niet allemaal hetzelfde, we zijn wel allemaal gelijk!

Bijl. 4 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: Het richt zich op waarneembaar gedrag. Zodra we gaan interpreteren (=persoonsgericht) reageren we een gevoel van frustratie op de ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met bekritisieren.
- Relatiegericht: Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt, maar met behoud van de relatie. Ofwel: benoem het gedrag en geef geen oordeel over iemands karakter of wijs hem niet af als persoon.
- Veranderingsgericht: Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan: "Wat had je anders kunnen doen?"

Achterliggende oorzaken

Probeer erachter te komen waarom de pester pestgedrag vertoont. Wanneer dit duidelijk is, kun je de pester gerichte hulp aanbieden.

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt (zie artikel 4.0 van dit pestprotocol).

Bijl. 5 Voorkomen van digitaal pesten

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

- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op internet tegenkomt.
- Gebruik een apart hotmailadres 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 je gehackt hebben, 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 naar anderen. Verstuur zelf geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Bel of mail niet zomaar met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders dit weten.
- 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?

- Vat het niet persoonlijk op 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.
- Blokkeer de afzender. Als het gaat om sms'jes op de mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.
- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op. Van het IP-adres van de e-mail kan soms worden afgeleid via welke computer de e-mail verzonden is
- Bel de helpdesk op.
- Ga naar je mentor, teamleider of vertrouwenspersoon op school. Deze zal je verder helpen om het pestgedrag te stoppen.
- Stalken is strafbaar. Als je het gevoel hebt dat je gestalkt wordt, kun je aangifte doen bij de politie. Voor meer informatie over aangifte doen: www.pestenislaf.nl

Bijl. 6 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 daadwerkelijk te verbeteren.

De ondertekenaars van dit protocol verklaren het volgende:

1. Pesten is een wezenlijk en groot probleem. Uit onderzoek blijkt dat één op de vier kinderen (375.000) in het basisonderwijs en één op de zestien leerlingen (56.000) in het voortgezet onderwijs 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. Het management dient, om een passend en afdoend antwoord te vinden op het probleem pesten, uit te gaan van een zo goed mogelijke samenwerking tussen ouders, medewerkers van de school en leerlingen, gebaseerd op afgesproken beleid dat gericht is op deze samenwerking.
3. Alle betrokkenen bij de school (management, medewerkers, leerlingen, ouders) wensen een samenwerking, zoals bedoeld onder 2, ook daadwerkelijk aan te gaan, te stimuleren en levend te houden.
4. De ondertekenaars van dit protocol verbinden zich het volgende te doen:
 - het bewust maken en bewust houden van de leerlingen van het bestaan en de zwaarte van het probleem.
 - een gerichte voorlichting aan alle ouders van de school.
 - het aanleggen van - voor iedere persoon aan de school verbonden - toegankelijke, goede informatie over het probleem pesten, met als speciaal aandachtspunt informatie voor de leerlingen.
 - het beschikbaar stellen van geld waarmee wordt bekostigd: de scholing van personeelsleden, lesmaterialen, lezingen en andere activiteiten voor ouders en voor de aanschaf van boeken en andere informatie.
 - samenwerking te zoeken en afspraken te maken met andere scholen in de buurt over de aanpak van het pesten.

- De algemene verantwoordelijkheid van de school

De school zorgt dat de directie, de mentoren en de docenten voldoende 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.

- Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt

Het probleem wordt serieus genomen.

Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurt.

Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen.

De leerlingencoach biedt hulp aan.

- 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 een specialist.

- Het betrekken van de middengroep bij het probleem

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.

5. De ondertekenaars verklaren zich in principe bereid tot deelname aan een tussentijdse evaluatie door de school binnen drie jaar.
6. Het bevoegd gezag en de directie zorgen er verder voor dat naar aanleiding van de ondertekening van dit protocol een beleid tegen het pesten wordt geformuleerd. Dit beleid wordt in het schoolplan en de schoolgids opgenomen.

Naam en plaats van de school:

Datum:

Bevoegd gezag

Naam:

Handtekening:

Getekend namens: Personeel /Medezeggenschapsraad/Ouderraad/Leerlingenraad

Bijl. 7 Literatuurverwijzingen

Links voor bruikbare adressen bij (cyber)pesten

Pesten (algemeen):

- www.pestweb.nl
Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.
- www.pesten.net
Voor en door slachtoffers. Opgericht door Bob van der Meer.

Cyberpesten / veilig internetgebruik / veilige school:

- www.digibewust.nl
Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken over het veilig gebruik van internet.
- www.schoolenveiligheid.nl
Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.
- www.kennisnet.nl
Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT-coördinatoren.
- www.pestenslaf.nl
Website met informatie over het anoniem melden van pesten, tips bij pesten en aanbevolen boeken over pesten.