

ANTI-



PESTPROTOCOL

VEURS LYCEUM

1.	Pesten	3
1.1.	Wat is pesten?	3
1.2.	De gepeste leerling	3
1.3.	De pester	4
2.	Het pestprotocol	4
2.1.	Inleiding	4
2.2.	Preventief	5
2.3.	Curatief	6
3.	Routekaart bij pesten	7
4.	Cyberpesten	8
4.1.	Wat is cyberpesten?	8
4.2.	Hoe wordt er gepest?	8
4.3.	Aanpak van cyberpesten	8
5.	Bijlagen	9
5.1.	Antipestcontract	9
5.2.	Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	10
5.3.	Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest	11
5.4.	Tips voor leerlingen	12

1.1 Wat is pesten?

Pesten is gedrag waarbij een leerling of groep leerlingen doelbewust, herhaaldelijk en langdurig probeert om een andere leerling of groep leerlingen te kwetsen. Dit kan zich uiten in: 1. Materieel geweld, 2. Seksueel geweld en 3. Fysiek en/of psychisch geweld en heeft nadelig effect op het slachtoffer. Bij *pesten* is er sprake van een ongelijke machtsverhouding en het slachtoffer kan zich niet (meer) voldoende verweren.

Een klimaat waarin *gepest* wordt, tast iedereen aan. In een klas waar *gepest* wordt, kunnen alle leerlingen uiteindelijk slachtoffer worden. *Pestgedrag* moet daarom dan ook door iedereen serieus genomen worden.

Het lastige is dat veel *pestgedrag* zich in het verborgene afspeelt, hierdoor is het moeilijk om er grip op te krijgen. Zelfs als het *pestgedrag* wordt opgemerkt, weten leerkrachten en anderen omstanders, niet altijd hoe ze ermee om moeten gaan.

Onderwijsondersteunend personeel (OOP) en docenten (OP), hebben echter, samen met de ouders en de leerlingen, een taak bij het tegengaan van *pesten*.

1.2 De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dit kan te maken hebben met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen. *Iemand die gepest wordt, meldt dit meestal niet*. De grootste redenen hiervoor zijn schaamte en angst voor wraakacties.

Mogelijke signalen van *pestgedrag* kunnen zijn:

- Niet meer naar school willen en/of niet meer over school vertellen thuis
- Slechte(re) resultaten
- Regelmatig klagen over buik- en/of hoofdpijn
- Niet willen en/of kunnen slapen
- Blauwe plekken
- Regelmatig verlies van spullen
- Kapotte spullen
- Bepaalde kleding niet meer willen dragen
- Gedrag thuis: prikkelbaar, boos en/of verdrietig

1.3 De pester

Pestgedrag kan een aantal dieperliggende oorzaken hebben. Deze reden moet achterhaald en aangepakt worden. Redenen kunnen zijn dat iemand zelf *gepest* is in het verleden, zich niet veilig en/of geaccepteerd voelt, problemen thuis heeft en/of aangespoord wordt door anderen (groepsdruk).

Veelal beseffen *pesters* niet hoe erg zij hun slachtoffers schaden. Empathie opwekken is daarom het belangrijkste punt bij de aanpak van *pesten*. Als het slachtoffer sterk genoeg is, kan hij zelf vertellen hoe hij zich voelt. Anders kan de mentor dit verwoorden. Boeken en films over de gevolgen van *pesten* kunnen hier ook bij helpen.

2 Pestprotocol



2.1 Inleiding

Om *pesten* op het Veurs Lyceum zo optimaal mogelijk aan te pakken, is het van belang dat er overeenstemming is over de aanpak. Er moet één lijn worden getrokken en er moet op dezelfde manier gehandeld worden. Zo weet iedereen waar hij of zij aan toe is.

Binnen de *aanpak van pesten* worden twee componenten onderscheiden:

- Preventief
- Curatief

2.2 Preventief

Ten behoeve van de preventie is een programma ingericht voor de eerste t/m de derde klassen.

- In de mentorklas wordt een *antipestcontract* door de mentor met de klas afgesloten waarin staat ondertekend dat er niet wordt gepest en waarin ook staat dat bij pestgedrag zware sancties kunnen worden opgelegd. Zie bijlage 5.
- De vertrouwenspersonen komen, begin van het jaar, naar de mentorles om zich voor te stellen en wat over hun functie te vertellen.
- Iedere periode wordt één mentorles aan *pesten* besteed. Hierin wordt stilgestaan bij wat de gevolgen van pesten kunnen zijn.

Tevens wordt er ieder jaar een klankbordgroep geïnstalleerd bestaande uit:

- Zorgcoördinator/coördinator passend onderwijs
- Conrector onderwijs
- ICT- coördinator (in geval van *cyberpesten*)
- Een leerling uit de leerlingenraad
- Een ouder/verzorger

Deze klankbordgroep komt tweemaal per jaar bij elkaar en adviseert de zorgcoördinator/coördinator passend onderwijs over het beleid tegen *pesten*.

2.3 Curatief

Docenten, de mentor, de teamleiders en de zorgcoördinator/coördinator passend onderwijs hebben ieder hun eigen rol voor het omgaan met pesten op school.

Wanneer pesten wordtesignaleerd:

De mentor...

- Praat met de pester(s) en de gepeste **apart** en onderzoekt de situatie.
- Initieert een gesprek tussen de pester(s) en gepeste. Tijdens dit gesprek is de mentor gespreksleider. In dit gesprek worden heldere afspraken gemaakt om te voorkomen dat het pesten zich herhaalt. Deze afspraken worden in het dossier van de leerlingen opgenomen.
- Voert eventueel een klassengesprek met alle leerlingen om het *pesten* bespreekbaar te maken.
- Biedt eventueel hulp aan de pester(s) en gepeste in overleg met de zorgcoördinator.
- Licht de ouders van de pester(s) en gepeste in.
- Wanneer de mentor nodig acht of wanneer het *pesten* onverhoopt voortduurt, licht de mentor de teamleider in.

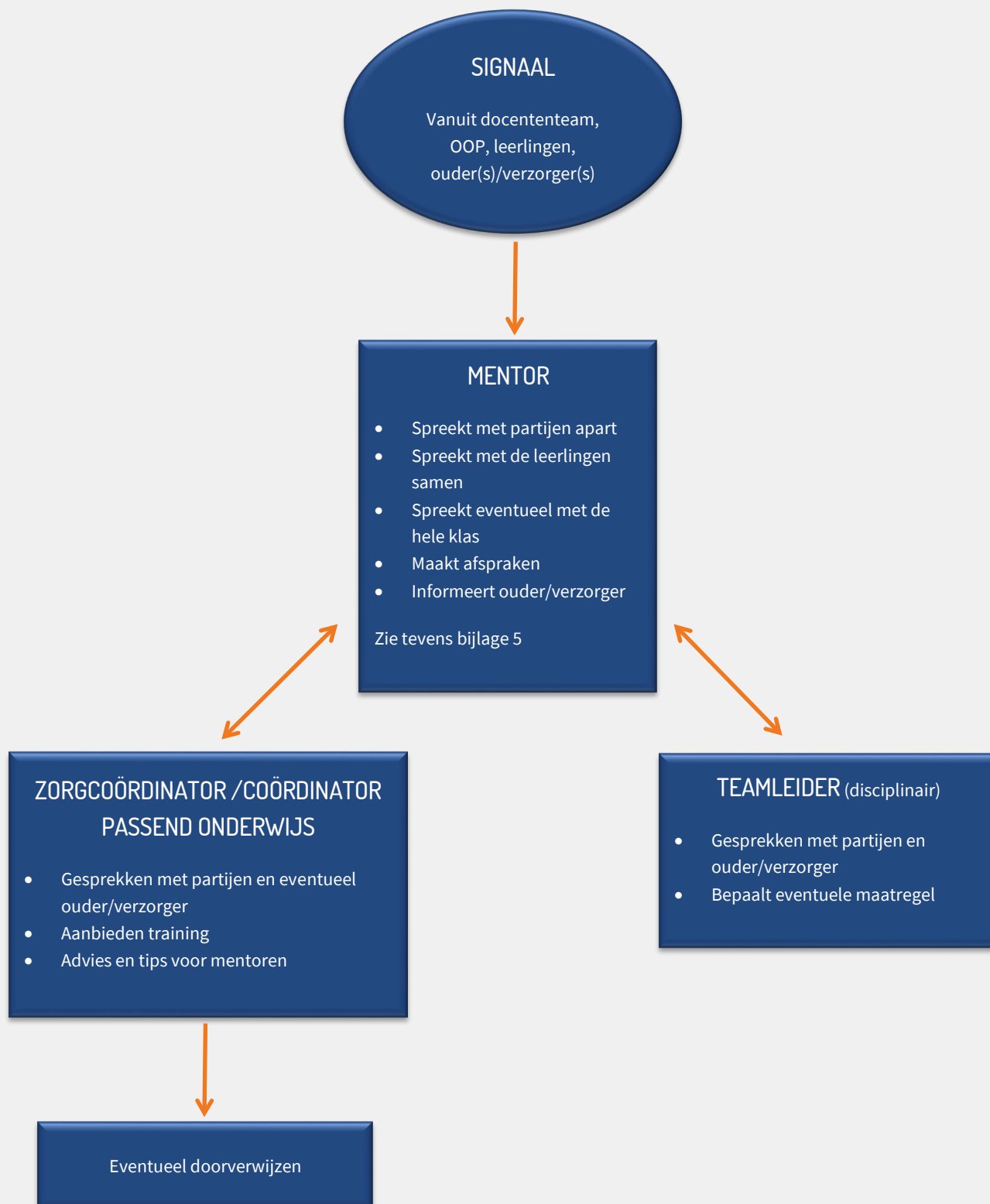
De teamleider...

- Praat met de pester(s) en gepeste.
- Bepaalt of een maatregel wordt opgelegd en welke maatregel dit is. Deze maatregel kan variëren van een excuusbrief aan de gepeste tot een schorsing.
- Koppelt terug aan de mentor en de maatregel wordt in het dossier van de leerling opgenomen.
- Biedt eventueel hulp aan de pester(s) en gepeste in overleg met de zorgcoördinator/coördinator passend onderwijs.

De zorgcoördinator/coördinator passend onderwijs...

- Voert gesprekken, indien er behoefte is naar verdere hulp, met de pester(s) en/of gepeste leerling.
- Kan eventueel doorverwijzen naar verdere hulpverlening of training.
- Kan, indien nodig, de mentor advies geven hoe *pesten* aan te pakken in de klas of kan praktische tips geven hoe een gesprek aan te gaan.

3 Routekaart bij pesten



4 Cyberpesten

4.1 Wat is cyberpesten?

Cyberpesten is een specifieke wijze van pesten, maar hiervoor geldt dezelfde route als beschreven op de routekaart bij pesten, zie hierboven.

Wanneer er *gepest* wordt via sociale media, heet dat *cyberpesten*. Onder sociale media wordt de telefoon en het internet verstaan. Veelgebruikte internetsites zijn op het moment: *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*, *TikTok* en *Snapchat*. *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 erop steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

4.2 Hoe wordt er gepest?

Hieronder vindt u een (niet limitatieve) opsomming van de verschillende manieren van *cyberpesten*.

- (Anonieme) beledigende berichten versturen.
- Foto's en/of filmpjes van mobiele telefoons en/of webcam op internet plaatsen.
- Privégegevens op een site plaatsen.
- Anderen filmen en dit verspreiden (bijv. via *Snapchat*).
- Wachtwoorden en credits stelen en/of misbruiken.
- Haatprofielen aanmaken (bijv. op *Facebook*)
- Virussen verzenden.
- Vervelende sms'jes versturen.
- Vervelende telefoontjes plegen.

4.3 Aanpak van cyberpesten

Voor *Cyberpesten* geldt dezelfde aanpak als voor andere vormen van *pesten*. Wel is er nog een aantal andere punten belangrijk. Deze punten kan de mentor samen met de leerling uitvoeren:

- Inschakelen van de ouders van beide partijen: er wordt altijd 'aangifte' bij de ouders gedaan.
- Zorg voor bewijs van de pesterijen (bijvoorbeeld een print screen van de pagina of het gesprek).
- Probeer de pester(s) te bereiken en dringend te verzoeken te stoppen en alle pesterijen te verwijderen.
- Blokkeren en/of verwijderen op internet kan een uitkomst bieden.
- Aan vele websites kan verzocht worden om de beledigende inhoud of het gehele account te verwijderen (bijvoorbeeld *Facebook*).

Aanvullend kan er ook altijd aangifte gedaan worden bij de politie.

5.1 Antipestcontract

Het antipestcontract wordt in de klassen 1 t/m 3 klassikaal met de mentor afgesloten.
Hierin worden afspraken gemaakt rondom *pesten*.

Antipestcontract

Wij, klas zijn tegen pesten.
Datum:

Wij vinden dat iedereen uniek is en dat niemand minder is dan een ander. Iedereen moet zich prettig voelen op school en niemand heeft het recht om een ander te pesten. Dit geldt voor zowel leerlingen als docenten. Iedereen verdient respect. Pesten is laf en gemeen. Gepest worden is heel vervelend en daar kun je veel last van hebben.

Daarom spreken wij af dat in onze klas geen leerlingen en docenten worden gepest. Degene bij wie iets gebeurt bepaalt of het plagen of pesten is. Je bent zelf verantwoordelijk om je grenzen aan te geven. Op school en ook op internet. Ook heb je de verantwoordelijkheid om grenzen van anderen te respecteren.

Wanneer wij zien dat iemand wordt gepest, melden we dat bij onze mentor. Dat noemen wij geen klikken, maar juist opkomen voor de gepeste. Wij zwijgt, stemt toe.

KORTOM: Je bent een held als je pesten meldt!!!

De afspraken die wij met de klas hebben gemaakt om pesten tegen te gaan zijn:

1.
2.
3.
4.
5.
6.

Naam:
Handtekening:

Naam:
Handtekening:

Naam:
Handtekening:

Naam:
Handtekening:

5.2 Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten en aanpak. Hoe ga je een gesprek aan met een *gepeste* leerling.

Feiten

- *(H)erkenning van het probleem:* Klopt het dat je gepest wordt?
- *Door wie?* Door wie wordt je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer leerlingen?)
- *Plaats:* Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- *Frequentie:* Hoe vaak wordt je gepest?
- *Duur:* Hoe lang speelt het pesten al?
- *Omgeving:* Zijn je ouders op de hoogte van het pesten? Weten je vrienden dat je gepest wordt? Zijn er jongeren die jou weleens proberen te helpen?
- *Eigen kracht:* Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- *Wensen:* Wat wil je dat er nu gebeurt? Wat wil je bereiken?

Aanpak

Besprek samen met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:

- Hoe communiceert de leerling met anderen?
- Welke lichaamstaal speelt een rol?
- Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
- Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaar 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. Ergens is er iets in zichzelf dat de pester gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan want *niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming*.

5.3 Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Confronteren en achterliggende oorzaken. Het *pestgedrag* moet stoppen.

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, disciplinair.

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. Zodra we gaan interpreteren reageren we een gevoel van frustratie op die 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 je behoudt de relatie. *Zeg nooit: Je bent heel gemeen.* In plaats hiervan kun je dan zeggen: *Ik vind dat je gemeen doet.* Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging of afwijzing.
- 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 in het vervolg.

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? Enzovoorts. Probeer de pester inzicht te laten krijgen in de emoties en gevoelens van het slachtoffer.

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk in de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt. De teamleider zal in dat geval zwaardere disciplinaire maatregelen nemen.

5.4 Tips voor leerlingen

Wat kun je doen? Voorkomen en actie ondernemen.

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 e-mailadres 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 naar anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekende mensen uit je Facebook 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 haat mail
- 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. Als je niet reageert, gaan pesters vaak op zoek naar iemand anders om te pesten.
- 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, van welke computer de e-mail verzonden is. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail 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 teamleider 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.