

We wisten het wel, maar...

Dit zou het thema van een respectdag kunnen zijn. Als het gaat om pesterijen treden er psychologische verschijnselen op zoals het samenzweringsmechanisme; je verklikt elkaar niet, ieder moet zichzelf maar zien te redden, of het zondebokfenomeen; jammer voor hem, maar ik heb er geen last van.

Pesten, we hebben het er vaak over maar wat doen we er nu werkelijk aan? Te vaak blijft het bij mooie woorden, een enkel mentorlesje, een beleidsnotitie om daarna weer gewoon op de oude voet verder te gaan. Hiermee zijn de slachtoffers van pesterijen niet geholpen. Pestaffaires uit het verleden hebben ons duidelijk gemaakt dat we ons meer bewust moeten zijn van de effecten van pesterijen; zeker binnen een grote school waarin kinderen in het geniep, anoniem hun gang kunnen gaan. Veel pesterijen zien we niet en 65 procent van de kinderen die gepest worden durven er nauwelijks voor uit te komen. Daarnaast verdient ook het pesten via de huidige social media onze serieuze aandacht.

Uit onderzoek is gebleken dat hulp aan het slachtoffer nauwelijks werkt, natuurlijk is extra weerbaarheid van belang. Waar het veel meer omgaat is dat we werken aan een omslag in het denken en handelen over pesten en geweld.

Richt je aandacht op wat je wilt bereiken in het kader van het welzijn van de leerlingen en medewerkers; een prettige school te zijn, waarin mensen op een verbindende wijze met elkaar om gaan.

De leerlingen waar we mee werken zitten midden in een lichamelijke en psychische ontwikkeling waarbij bepaalde hersenfuncties later tot wasdom komen, hetgeen verklaart dat leerlingen in de puberteit en vroege adolescentie veel minder bezig zijn met de effecten van hun gedrag, meer aangestuurd worden door impulsen, vluchtig gedrag vertonen, weinig empathie kunnen hebben. Ze hebben minder controle over hun emoties en impulsen, waardoor ze nogal eens in onze ogen bijzonder onhandige dingen kunnen doen en zich later realiseren dat deze actie niet slim was. Het maakt de leerlingen in deze ontwikkelingsfase extra kwetsbaar, temeer omdat ze er graag bij willen horen, reputatie, status ten opzichte van leeftijdsgenoten is belangrijk.

1. Een veilig pedagogisch klimaat, daar begint het mee.

Op schoolniveau

Het pedagogisch klimaat op school en in de klas dient rustig, veilig en respectvol te zijn, waardoor een sfeer ontstaat waarin het goed toeven is en iedereen zichzelf kan zijn.

Een positieve sfeer op school waarin kinderen zich veilig en geaccepteerd weten is een belangrijke voorwaarde voor het voorkomen van pesterijen. De medewerkers van onze school zijn voor de leerlingen rolmodellen en kunnen het schoolklimaat aanzienlijk versterken.

Wat werkt is een democratisch leiderschap van de docent en volwassene die zich bewust is van zijn voorbeeldfunctie, kinderen waardeert, nooit kleineert maar wel corrigeert. Die op een eerlijke, rechtvaardige wijze met deze jonge mensen werkt, communiceert, gedrag begrenst en geweld nooit accepteert. Met hen in gesprek gaat over hun leefwerelden, analoog en digitaal. Bovendien zorgt hij er als professional voor dat regels en afspraken met

de collega's in het omgaan met de leerlingen goed op elkaar afgestemd zijn. Op deze wijze worden vormen van geweld of pesterijen grotendeels al voorkomen.

Op klassenniveau

Groepsactiviteiten, teambuilding vooral aan het begin van het schooljaar met gesprekken in een open en respectvolle sfeer, waarin iedereen bijzonder en anders kan zijn, stimuleren een prettig klimaat en werken teamversterkend voor de leerlingen in de klas. Hier ligt in eerste instantie een belangrijke taak voor de mentor. Kinderen die eerlijk en rechtvaardig behandeld worden, zullen dat zelf ook eerder gaan doen. Een klas met een goed wijgevoel, waarbij kinderen weten dat hun inbreng op prijs wordt gesteld heeft een preventieve werking tegen geweld. Positieve groepsvorming leidt ertoe dat leerlingen zich voor elkaar en de groep verantwoordelijk gaan voelen.

Pesterijen ontstaan in een negatieve groepssfeer, ondermijnen het klimaat en kunnen leiden tot negatieve subgroepen. Wanneer we hier samen niets aan doen bestaat het gevaar dat we ons terug trekken, onverschillig worden en er een sfeer van emotionele en of fysieke onveiligheid gaat ontstaan. Hiervan worden alle leerlingen en docenten van deze klas min of meer de dupe.

Een eerste preventieve aanpak

Bouw vanaf het begin aan een goede, veilige en open sfeer in jouw klas, het zou fantastisch zijn wanneer leerlingen weten dat ze ertoe doen anders mogen zijn, ook kwetsbaar. Werk aan bewustwording dat je samen de klas bent en ieder deels verantwoordelijk is voor de kwaliteit van de groep.

Aan het begin van het nieuwe schooljaar wordt de klas in kleine groepen verdeeld. Kinderen krijgen de opdracht spelregels op te schrijven om op een fijne wijze met elkaar om te gaan. Deze inventarisatie leidt tot een aantal heldere regels, die door de mentor aangevuld kunnen worden.

Dit **respectprotocol** plak je duidelijk zichtbaar in het klassenboek, of in het lokaal. Het wordt een belangrijk document van de klas.

Deze actie kan ertoe leiden dat we ook de zwijgende middengroep kunnen mobiliseren wanneer er pesterijen optreden, waardoor kinderen meer verantwoordelijkheid voor elkaar ontwikkelen en de slachtoffers zich gesteund weten.

De mentor zal in groeps gesprekken met de klas regelmatig terug komen op de sfeer van de klas en het respectprotocol in de preventieve zin. Leuke groepsactiviteiten versterken de band en vergroten het gevoel van veiligheid.

Met de klas wordt het thema geweld en pesten behandeld, het bureau HALT zorgt voor extra voorlichting. Maar daarmee zijn we er natuurlijk niet.

De rode draad moet steeds zijn, dat wij pesterijen, geweld nooit accepteren. Mocht het zich voordoen pak het dan direct aan, het probleem is dan nog beperkt.

Het inzetten van de sociogrammethode, waarbij de kinderen twee vragen gesteld krijgen; met wie ga je om (drie antwoorden) en met wie ga je niet om (ook drie antwoorden) in de maand oktober en het afnemen van een sfeer enquête zijn goede indicatoren voor uitsluitingen van leerlingen.

Aan het begin van het schooljaar is het essentieel dat alle docenten en het OOP goed geïnformeerd zijn over de bijzonderheden van de leerlingen, zodat zij daar tijdens hun werk rekening mee kunnen houden.

2. Vijf sporen beleid

We zullen het pesten, maar vooral de veiligheid van onze leerlingen met de volgende vijf groepen gaan aanpakken vanuit gemeenschappelijke verantwoordelijkheid;

- de daders
- de zwijgende middengroep
- de ouders
- het personeel
- de slachtoffers.

De daders

Kinderen die pesten ervaren de nodige frustratie, hebben weinig invoelend vermogen (empathie), beleven lol aan het jennen van anderen, vaak gebaseerd op een gebrekkig zelfbeeld, impulsiviteit of een ongunstige thuissituatie. Ze domineren anderen en neigen naar criminele activiteiten. Leerlingen die dit doen moeten gaan ervaren dat anderen in hun schoolomgeving dit niet accepteren, zij dienen te beseffen dat de school hier tegen maatregelen neemt. Zinnvolle straffen, waarin het kind zelf vooral ervaart wat het is om uitgesloten te worden, zijn daarbij nodig, het gaat immers om een houdingsverandering. Begrip voor het gedrag is zeker nodig, wat is de behoefte van de leerling dit te doen, juist wanneer je die behoefte (hoe kan ik erbij horen, wordt ik gezien?) erkent kun je het gedrag omzetten in een positieve vorm. Gesprekken met de mentor, waarbij je de leerling laat merken dat je reageert op het gedrag maar hem als persoon waardeert zijn van belang om eigen inzicht te vergroten en gedragveranderingen te realiseren. Tenslotte moeten de leerling en zijn ouders weten dat er ook strak opgetreden gaat worden wanneer het hen niet lukt het gedrag bij te stellen.

De zwijgende middengroep

Deze kinderen weten vaak wel dat er gepest wordt, maar durven er weinig aan te doen, bang om zelf slachtoffer te worden.

Het zijn juist deze kinderen die vanuit het respectprotocol van hun klas er toe aangezet worden om anderen te helpen, de pester erop aan te spreken, of het te melden bij de docenten. Wetende dat dit geen klikken is, maar hulp; trekken aan de noodrem. Het is hun en onze plicht en recht elkaar te corrigeren wanneer we zien dat een ander als slachtoffer wordt behandeld. Voorwaarde is dan wel dat de leerlingen hun klas als veilig ervaren.

Het personeel

Aangezien geweld en pesterijen omgangsvormen zijn, die zich op alle plaatsen binnen en buiten de school kunnen afspelen is het van belang dat alle medewerkers van de school op de hoogte zijn van ons beleid. Respectbeleid vraagt om regelmatig onderhoud. Iedereen dient te beseffen dat we voor geweld, verbaal of fysiek onze kop niet in het zand kunnen steken.

Het is nodig dat alle medewerkers vroegtijdig op de hoogte zijn van de leerlingen die zich schuldig maken aan geweld of pesterijen, hierdoor halen we hen uit de anonimiteit. Ook is het nodig dat zij weten wie slechtoffer geworden is van deze pesterijen, zodat beide groepen adequaat gevolgd kunnen worden.

Ons digitale leerling informatiesysteem SOM is daarbij een goed middel Tijdens de pauze dient het toezicht effectief te zijn, kinderen moeten zich gezien weten. Surveilleren is gericht observeren over de hele ruimte waarin de leerlingen vertoeven.

De docenten letten in de klas op de wijze waarop kinderen met elkaar omgaan, bespreken bijzondere situaties met de kinderen en melden dit aan de mentor. Bevestigen regelmatig goed gedrag, laten de leerlingen merken dat ze ertoe doen. Accepteer schelden, pesterijen nooit treedt hier altijd tegen op. Wanneer we dit niet doen geven we de leerlingen het recht hiermee door te gaan. De norm is respect.

De ouders

Ouders dienen vanaf de aanmelding van hun kind op de Spindel te weten dat de school pesterijen en geweld niet accepteert. Ouders hebben immers de eerste pedagogische verantwoordelijkheid met de belangrijke affectieve invloedsband voor hun zoon of dochter. Tijdens een **ouderavond** kan voorlichting gegeven worden over de wijze waarop wij met geweld en pesterijen omgaan.

Indien er sprake is van structurele pesterijen worden zowel de ouders van de pester als de ouders van het slachtoffer op de hoogte gebracht, waarbij we ook voorstellen doen van aanpak. Ouders en school informeren elkaar regelmatig over het verdere verloop.

Ook de ouder van een slachtoffer voelt zich vaak erg onzeker en is bang voor herhaling van pesterijen, een gegeven dat we absoluut serieus moeten nemen.

Het slachtoffer

Kinderen die gepest worden, zijn meestal gevoelige leerlingen, die sociaal minder sterk staan en kunnen opvallen door ander gedrag (o.a leerlingen met autisme), kleding, begaafdheid of motoriek. Deze kinderen voldoen vaak niet aan de groepsnorm, ook door het uiterlijk kunnen sommige leerlingen kwetsbaar zijn. Ze hebben recht op veiligheid en ondersteuning, recht op respect en begrip van de andere leerlingen. Bij de aanpak van het pesten zal de nadruk moeten liggen op de dader en de andere kinderen in de klas, waarin we weten dat iedereen gewaardeerd wordt en dat anders zijn prima is.

Pesten overkomt deze kinderen, zij kunnen er niet veel aan doen, de pester, de klas heeft het probleem. Kinderen die gepest worden krijgen in de onderbouw de mogelijkheid een sova training te volgen, om daarmee de eigen weerbaarheid en het verminderde zelfvertrouwen te verbeteren.

3. Signaleren

Signalen die kunnen duiden op pesten zijn:

- het kind trekt zich steeds meer terug, is veel alleen of blijft talmen voor het de klas uitgaat, zoekt meer dan gewoon je contact (veiligheid)
- het schoolplezier neemt af, resultaten gaan achteruit, de deelname tijdens de les wordt vrijwel nihil
- psychosomatische klachten, zoals buikpijn, slecht slapen, hoofdpijn of zelfs hyperventilatie.
- het kind dat op een vorige school gepest is kan nu dader worden, voor de mentor van belang om dat eventueel van een vorige school te weten
- de leerling gaat heel snel naar huis zit tijdens de pauze veel in het toilet

- sommige leerlingen worden ineens erg agressief, gaan compleet door het lint op grond van een escalatie van pesterijen.

4. Bestrijdingsmaatregelen

Wanneer je een leerling betrapt op pesterijen hanteren we de volgende aanpak.

1. Spreek het kind hier direct duidelijk op aan en geef hem aan dat wij dat hier niet accepteren en dat je dit gaat melden bij de mentor.
2. De mentor zal via de no-blame methode (handboek voor elke mentor) de situatie met een groep leerlingen bespreken, waarin diverse leerlingen zitten inclusief de pester. Het slachtoffer is hier nooit bij betrokken. Met deze groep bespreekt de mentor het probleem dat er bestaat en vraagt om hun ervaringen en hulp. Er worden afspraken gemaakt en een vervolg wordt vast gelegd geef ook aan wat je doet wanneer het pesten niet ophoudt, het kan betekenen dat de schoolleiding ingeschakeld wordt en dat de ouders op de hoogte worden gebracht. Er wordt met de kinderen een vervolgspraak gemaakt, om te bespreken wat er beter ging. Een volgend gesprek met de gepeste leerling en de dader kan opluchtend werken voor de betrokkenen en de situatie herstellen.
3. De mentor geeft informatie aan de docenten en het OOP door van leerlingen die dader en slachtoffer zijn, zodat ook zij toezicht kunnen houden en de leerlingen zich gezien weten, zonder daarbij de leerling in uitzonderingssituaties te plaatsen.
4. Wanneer blijkt dat de leerling(en) zich niet aan de afspraken van respect weten te houden dan worden de ouders van de pesters op de hoogte gesteld en uitgenodigd voor een gesprek op school (indien nodig met de schoolleiding). Zij hebben meer invloed op het gedrag van hun kind en dienen de veiligheid van de andere kinderen op school te garanderen. De school zal passende straffen voor de pesters regelen.
5. Indien de pesterijen blijven doorgaan neemt de school andere maatregelen, als laatste, verwijdering van een kind.

5. Evaluatie en dossiervorming

Vanuit de info van de vorige school of leerjaren weten we in eerste instantie welke leerlingen kwetsbaar zijn, of welke leerlingen pesters kunnen worden. Vanaf de start van het schooljaar dient met name de mentor hier rekening mee te houden. Hij zal relevante informatie en adviezen in overleg met de leerlingbegeleider doorspelen naar de andere medewerkers.

Incidenten, gesprekken en voorstellen van aanpak worden in het leerlingvolgsysteem SOM vastgelegd. De bijzondere aanpak en het beleid in het algemeen worden minimaal jaarlijks geëvalueerd. Uitgangspunt blijft hoe zorgen we voor een positief pedagogisch klimaat en voorkomen we pesten en geweld.

Actuele ontwikkelingen en betere methodieken zullen geïmplementeerd worden. Het lijkt me goed dat de zorgfunctionaris deze thematiek in eerste instantie op zich neemt binnen de school.

6. Cyberpesten

Met de snelle ontwikkelingen van het internet en de sociale media hebben we en de jeugd zeker zoveel meer mogelijkheden gekregen om digitaal uitgebreid met elkaar in contact te komen. Naast de vele voordelen biedt dit middel echter ook de mogelijkheid pesterijen digitaal te organiseren. De drempel om te pesten is omdat we de anderen niet fysiek zien makkelijker, het is vaak een impulsief verlengstuk van de traditionele pesterijen .

De impact is groot voor het slachtoffer; het kind heeft het gevoel nooit nergens meer veilig te zijn, er wordt een groot publiek bereikt en het gevoel van machteloosheid zeker wanneer het anoniem gebeurd is groot. Vooral het gebruik/misbruik van foto's filmpjes vergroot de angst. Leerlingen krijgen minder zelfvertrouwen, voelen zich gevolgd en de schoolprestaties gaan nogal eens omlaag.

Achter het beeldscherm of met de smartphone is het zo gemakkelijk snel en impulsief te reageren. En dan te weten dat wanneer het een keer op het internet staat het erg moeilijk is dat dit er af gaat, waardoor dit de jongere heel lang kan achtervolgen.

De aanpak,

We zijn samen verantwoordelijk, de jongere, de school, ouders, internet-provider en de politie, een geïntegreerde aanpak is nodig. In een besef van partnerschap kun je elkaar gemakkelijk vinden om een situatie vroegtijdig aan te pakken.

De school:

Slachtoffers en daders van cyberpesten komen elkaar op school tegen en ligt er voor de school de opdracht dit aan te pakken. Evenals bij het traditionele pesten zijn gesprekken (opvoeding) over de gevolgen van dit gedrag wezenlijk, weet wat hen bezig houdt op het internet. Leerlingen realiseren zich onvoldoende welke schade ze aan kunnen richten of wat de gevolgen van impulsieve acties kunnen zijn (plaatsen of bewerken van bijzondere fotos's, filmpjes van jezelf of een andere. Kinderen kunnen gemakkelijk ongewild in de problemen komen. Maak duidelijk beleid bij het gebruik van de sociale media.

Jongeren:

Weten wat internet met je kan doen, de voordelen en de nadelen van deze snelle communicatie. Bevestig de respectvolle omgang met elkaar, wat je in de gewone wereld niet doet, doe je ook niet op het internet. Maak hen bewust van veilig internet gebruik, privacy, wat kun je er wel beter niet op zetten. Bewustwording is de essentie, de leerlingen hebben de keuze, wat doe je wel of niet.

Slachtoffer;

Indien je merkt dat leerlingen digitaal gepest worden, pak het dan snel aan.

Bespreek het met de leerling, het delen van emoties lucht op en onderneem samen actie.

Vraag aan de leerling hoe hij geholpen wil worden.

Hoe kan de leerling zichzelf beschermen, laat de ander niet weten dat je je gekwetst voelt en ga zeker niet terug pesten. Ondersteun en volg de leerling samen met zijn ouders.

Dader;

Bespreek met hem de schadelijke gevolgen, de stevige straffen vanuit de school, ouders, politie of provider (uit facebook gezet). Wat maakt dat hij dit doet, waar komt deze frustratie

uit voort, leer de leerling anders om te gaan met negatieve emoties en geef tips hoe het contact met de ander hersteld kan worden. Betrek ouders erbij, zodat zij zich bewuster worden van het digitale gedrag van hun kind. Maak vervolgspraken.

Middengroep

Ook nu doet de meerderheid vanuit angst of schaamte meestal niets. Neem als docent, mentor stelling, ga de pestkop niet bevestigen (liken), keur het samen af. Vertrek ook nu vanuit het positieve groepsbesef; wij hebben het als klas niet nodig elkaar te pesten. Bespreek de wijze waarop we als klas via het internet met elkaar omgaan, wat ervaren zij, wat zijn leuke filmpjes wat kan wel en wat kan niet. Neem hun digitale wereld serieus. Daarnaast hebben zij ook recht op hun eigen ruimte, privacy.

Ouders

Betrek hen erbij, omdat het veelal buiten school gebeurt. Meer toezicht en kennis van het ICT gebruik van hun kind is een onderdeel van de opvoeding, blijf geïnteresseerd je hoeft echt niet alles te weten. Organiseer als school voorlichting over het gebruik van deze digitale wereld door hun kind en het beleid van school hierbij.

Politie

Cyberpesten is niet strafbaar maar er zijn wel uitzonderingen De politie wordt ingeschakeld wanneer het om forse ernstige zaken gaat misdrijven zoals, grooming, bedreigingen, seksueel misbruik, stalking, oplichting, discriminatie, afpersing, chantage, diefstal of hacken. Bij het doen van aangifte gaat het erom zoveel mogelijk feitenmateriaal, data te verzamelen. De politie kan ook prima geconsulteerd worden door de zorgfunctionaris of schoolleiding, met name de zedenpolitie heeft veel bruikbare kennis. Het is goed om deze telefoonnummers te kennen.

Tenslotte ter aanvulling.

10 uitgangspunten voor anticiperend anti pest beleid:

1. Stel jongeren en kinderen centraal: organiseer positieve peergroup pressure
2. Stel vertrouwen centraal: b.v. via (volwassenen en vertrouwenspersonen en evalueer dit bij uw doelgroep, zoals leerlingen (zij zijn uw toets)
3. Leer jongeren hoe zij níet kunnen pesten en (leren) omgaan met elkaars verschillen
4. Begin elk beleid met de menselijke factor. Zorg voor professionals die positief en nieuwsgierig zijn naar jongeren, ook: Onderwijs Ondersteunend Personeel.
5. Betrek ouders voordat er incidenten zijn: via ouderraad, M.R. én algemene bijeenkomsten zoals ouderavonden
6. Wees streng en consequent: de pakkans van pesten moet zichtbaar en duidelijk zijn. Grijp altijd in (van licht naar zwaar)

7. Wees duidelijk en positief aanwezig op Social Media, met bijvoorbeeld een officieel account van uw instelling zoals school of jeugdinstantie
8. Update het beleid: evalueer met alle betrokkenen halfjaarlijks het beleid en stel bij waar nodig (zoals het verplichte schoolveiligheidsplan)
9. Wees nooit naïef: wat collega-instanties overkomt kan ook uw organisatie overkomen. Leer van elkaar en ondersteun elkaar
10. Gun jongeren hun buien (en help hen weer op te staan)

Nationale Academie voor Media en Maatschappij
www.mediaenmaatschappij.nl / academie@mediaenmaatschappij.nl