



# **PESTPROTOCOL**

**Maart 2012 (vastgesteld door het DT)**

**Maart 2014 (bijgewerkte versie 1)**

**November 2018 (bijgewerkte versie 2)**

# Inhoudsopgave

Onderwerp	Blz.
Vooraf	3
1. Wat is pesten?	4
2. Hoe wordt er gepest?	4
3. De gepeste leerling (slachtoffer)	5
4. De pester (dader)	6
5. De meeloper	6
6. De aanmoediger	6
7. De verdediger / helper	6
8. De buitenstaander	6
9. Het aanpakken van pesten	6
10. Het pestprotocol	7
11. Uitgangspunten	7
12. De vijfsporenaanpak	8
13. De No Blame methode	9
14. Preventieve maatregelen	10
Bijlage 1: <b>PESTPROTOCOL (HANDELINGEN)</b>	12
Bijlage 2: Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	14
Bijlage 3: Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest	15
Bijlage 4: Leidraad voor een gesprek met de klas	16
Bijlage 5: Omgangsafsprak	17
Bijlage 6: Stappenplan bij ongewenst delen foto's / filmpjes	18
Bijlage 7: Literatuur, hulpmiddelen, websites, etc.	19

## Vooraf

Dit is het pestprotocol van het Van Lodenstein College; met ook aandacht voor digitaal pesten / cyberpesten.

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 protocol staat, wordt al toegepast op onze school.

Vanuit onze missie zien we graag een school waar we allen het grote gebod van Christus gestalte geven. Het is van belang dat (nieuwe) docenten en alle mentoren vanuit deze gezindheid hierover met de leerlingen spreken. Juist pesten staat haaks op het liefhebben van de naaste als jezelf. We streven er daarom naar om al het mogelijke te doen om pesten (zo vroeg mogelijk) de kop in te drukken. Onze school wil graag een veilige plek zijn voor leerlingen en personeel waar we ons thuis voelen.

Cyberpesten kan op school, maar ook (en vooral) thuis gebeuren. Als iemand achter zijn / haar computer / smartphone zit, kunnen de scheldwoorden, de beledigingen en de bedreigingen ervoor zorgen dat de 'geadresseerde' zich in zijn / haar eigen huis niet meer veilig voelt. De effecten van digitaal pesten zijn voor jongeren vaak erger dan een andere vorm van pesten. Door het gebrek aan 'face-to-face' contact is de drempel laag om agressieve en harde taal te gebruiken. Doordat de daders vaak anoniem te werk gaan, is het moeilijk hen aan te pakken.

Het is van groot belang dat alle medewerkers van de school op de hoogte zijn van de inhoud van dit protocol en er ook naar handelen.

Naast dit pestprotocol beschikt de school over een protocol agressie, geweld, (seksuele) intimidatie en ernstige gedragsproblemen. Beide protocollen vullen elkaar aan.

Voor de tekst van dit protocol is dankbaar gebruik gemaakt van ons vorige protocol, van het pestprotocol van een andere school en van het Nationaal Onderwijsprotocol tegen pesten.

***De normen voor gedrag zijn in de sociale media niet anders dan in het echte leven!***

***Pesten is de intentie tot kwetsen. Het is een proces van doelbewuste uitsluiting door een groep.***

## 1. Wat is pesten?

Een leerling wordt gepest of tot slachtoffer gemaakt wanneer hij of zij bij herhaling wordt onderworpen aan de negatieve handelingen van één of meer medeleerlingen. Bij pesten is er doorgaans verschil in macht tussen dader(s) en slachtoffer(s).

Er zijn drie basale kenmerken van **pesten**. Ten eerste heeft de dader de bedoeling iemand leed te berokkenen (intentie). Ten tweede vindt het pesten herhaaldelijk en over een langere periode plaats (herhaling over tijd). Ten derde is er een verschil in macht tussen dader en slachtoffer (machtsverschil).

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. Dat is ook de reden van dit pestprotocol.

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 dit 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.

**Cyberpesten** is één van de vele vormen van pesten door bv. het zonder toestemming plaatsen van foto's op internet of bedreigingen per app. Op het internet kan men een andere identiteit aannemen of volledig anoniem blijven, waardoor de grenzen van het pestgedrag verlegd worden.

Er wordt op veel manieren '**digitaal gepest**': via WhatsApp, Snapchat, internetsites als Facebook, het opzettelijk versturen van virussen, emailbommen, het ongevraagd verspreiden van foto's en filmpjes (bv. ook in de vorm van sexting), hacken en kraken, het schenden van de privacy. Cyberpesten is vaak een gevolg van 'gewoon' pesten in de klas. Cyberpesten is niet strafbaar; alleen sexting ('het nieuwe friemelen') wordt door de politie als porno beschouwd en is strafbaar.

## 2. 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, van feestjes, bij groepsopdrachten
- Stelen en vernielen: afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen, kliederen op boeken, banden lek prikken, fiets beschadigen
- Afpersing: dwingen om geld of spullen af te geven, het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.

Tussen plagerij en pesten loopt een diffuse grens, die voor ieder persoonlijk verschillend is. Iedereen is gerechtigd zelf aan te geven wat hij als acceptabel beschouwt.

Cyberpesten is een groeiend probleem. Daarom gaan we hier nog iets verder op in. Op het internet kan men namelijk een andere identiteit aannemen of volledig anoniem blijven, waardoor de grenzen van het pestgedrag worden verlegd. De volgende vormen van digitaal pesten komen het meeste voor:

- Schelden, etc. via WhatsApp en sites als Facebook
- Het opzettelijk versturen van virussen
- E-mailbommen
- Het ongevraagd verspreiden van foto's en filmpjes (ook in de vorm van sexting = het delen van seksueel getinte foto's via sociale media)
- Hacken en kraken
- Het schenden van de privacy

Cyberpesten kan op school, maar ook (en vooral) thuis gebeuren. Als iemand achter zijn / haar eigen computer / smartphone zit, kunnen de scheldwoorden, de beledigingen en bedreigingen ervoor zorgen dat diegene zich zelfs in zijn / haar eigen huis niet meer veilig voelt. De effecten van digitaal pesten zijn voor jongeren vaak erger dan een andere vorm van pesten. Door het gebrek aan face-to-face contact is de drempel laag om agressieve en harde taal te gebruiken. Doordat de daders vaak anoniem te werk gaan, is het moeilijk hen aan te pakken.

### 3. De gepeste leerling (slachtoffer)

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 leerlingen pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen; dus in onveilige situaties.

Een leerling die wordt gepest, praat er thuis en op school 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 nog erger wordt;
- Het probleem lijkt onoplosbaar;
- Het idee dat hij / zij niet mag klikken.

Een leerling zal niet altijd vertellen dat hij / zij (digitaal) gepest wordt. Daarom is het goed te letten op signalen. De volgende signalen *kunnen* het gevolg zijn van (digitaal) pesten:

- Teruggetrokkenheid
- Toename schoolverzuim
- Weinig contact met andere leerlingen
- Faalangst
- Negatief zelfbeeld
- Concentratieproblemen
- Maakt een sombere en / of angstige indruk
- Verminking van het lichaam
- Vage lichamelijke klachten
- Vermagering of in korte tijd veel aankomen
- Over zich heen laten lopen

Er kunnen veel oorzaken zijn voor deze signalen. Ga er niet direct van uit dat er sprake is van (digitaal) pesten. Neem de signalen echter wel altijd serieus.

Pesten kan ernstige gevolgen hebben voor het slachtoffer. Een aantal van deze gevolgen zijn:

- Angst om naar school te gaan
- Verminderd gevoel van veiligheid op school
- Gevoel dat iedereen tegen je is
- Schaamte
- Faalangst
- Onderworpen gedrag
- Depressie
- Eetstoornissen

- Automutilatie (zelfverminking)
- Overwegingen of pogingen tot zelfdoding
- Wantrouwen van andere mensen

Evt. signalen komen ook beschikbaar vanuit het sociogram, de SAQI en de School Vragen Lijst (plezier op school / zich sociaal aanvaard voelen).

Bij **cyberpesten** moet de gepeste leerling weten hoe hij / zij het digitaal pesten kan blokkeren. Ook bij cyberpesten kennen dader en slachtoffer elkaar meestal. Risicofactoren voor slachtoffers van cyberpesten zijn: meisjes, VMBO'ers en veel op digitale media zijn.

#### **4. De pester (dader)**

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 anderen 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 naar om gepest te worden. Daarnaast hebben pesters vaak ook een positieve blik op het gebruik van geweld.

Pesten kan een aantal oorzaken hebben:

- 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; iemand 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) of juist een te sterk gevoel voor autonomie.
- Een negatief zelfbeeld, weinig eigenwaarde.
- Een problematische thuissituatie, negatief voorbeeldgedrag van ouders / verzorgers.

Pesten kan ook grote gevolgen hebben voor de pester: problemen met sociale relaties, positief staan tegenover het gebruik van geweld en een grotere kans in het criminele circuit terecht te komen. Vaak is de pester wel populair, maar niet geliefd.

#### **5. De meeloper**

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.

#### **6. De aanmoediger**

Een aanmoediger doet graag mee met het gedrag van de dader en maakt deel uit van de populaire groep.

#### **7. De verdediger / helper**

De verdediger kiest partij voor het slachtoffer. Hij troost het, vaak niet op het moment dat het slachtoffer wordt gepest, maar naderhand. Een verdediger is voor het slachtoffer erg belangrijk.

## **8. De buitenstaander**

Een buitenstaander doet niets. Juist door het niets doen en zwijgen tolereert hij het pesten. De buitenstaanders vormen ongeveer een kwart tot bijna de helft van de groep. 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 verdedigers (helpers) te maken.

## **9. 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 binnen een locatie en een onderwijsteam het beste kunnen aanpakken.

Alle leerlingen en personeelsleden (OP en OOP) worden opgeroepen (morele plicht!) om treitergedrag te melden bij de coördinator sociale veiligheid / vertrouwenspersoon / mentor.

Dit kan ook worden gemeld bij de vakdocent. Deze neemt dan contact op met de mentor.

Ook ouders (van zowel pesters als gepesten) wordt via bv. de schoolkrant dringend gevraagd pestgedrag bij de mentor kenbaar te maken.

Een coördinator sociale veiligheid (soms tevens vertrouwenspersoon) zal een belangrijke coördinerende en stimulerende rol (kunnen) vervullen in de strijd tegen pesten op de locatie. Dat kan bv. op de 1<sup>e</sup> voorlichtingsavond van klas 1 (preventie).

## **10. Het pestprotocol**

Het pestprotocol (zie bijlage 1) 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.

## **11. Uitgangspunten**

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

1. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
2. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen.
3. Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (het pestprotocol).
5. De school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

Als uitwerking van punt 1 nog het volgende: we dienen als school(team) (samen met) de leerlingen te proberen de sociale competenties van de leerlingen te vergroten. Gebruik van geweld, ruzies, demotivatie en ordeverstoringen kosten zowel het personeel als de leerlingen dagelijks veel negatieve energie. Je kunt in school een dergelijke negatieve spiraal proberen te keren / te voorkomen. Door samen te werken, van elkaar te leren, elkaar vragen te stellen, elkaar aan te spreken, elkaar complimenten te geven, samen naar verbeteringen te zoeken.

Groeten, oogcontact maken, mee oplopen  
Ernaast gaan zitten, erbij betrekken  
Belangstelling en aandacht geven

Iets samen doen of plannen  
Een compliment geven  
Open vragen stellen  
Vrij discussiëren  
Samen oplossen  
Kritiek geven  
Ho zeggen  
Halt zeggen  
Hier jij!

In een (sociaal) veilig(e) klas / schoolklimaat organiseer je vooral activiteiten die hoog op deze 'aansprekladder' staan. Geef je leerlingen de erkenning die ze nodig hebben! Mentoren kunnen voor vragen / advies altijd terecht bij de **coördinator sociale veiligheid** van de locatie. Bij complexe casussen kan deze ook daadwerkelijk ingeschakeld worden.

## 12. De vijfsporenaanpak

Er zijn meerdere methoden / mogelijkheden om pesten aan te pakken. We geven hieronder twee mogelijkheden: de 'vijfsporenaanpak' en de 'No Blame methode'.

De vijfsporenaanpak houdt in:

### 1. De algemene verantwoordelijkheid van de school

- De school zorgt dat de medewerkers voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en de aanpak 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 (bij waarnemen pesten adequaat reageren en dit melden bij de mentor van de leerling).

### 2. Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt

- Het probleem wordt serieus genomen. De leerling mag zijn verhaal doen en krijgt daarvoor de tijd. Probeer je in te leven in de leerling.
- Maak geen verwijten. Dat maakt het onveilig voor de leerling, waardoor deze minder zal vertellen of zelfs helemaal niets meer zal vertellen.
- Zoek uit wat er precies gebeurd is.
- Overleg over mogelijke oplossingen.
- Bied hulp aan door de mentor, de coördinator, de teammanager, de counselor of de schoolmaatschappelijk werker.

#### Extra bij digitaal pesten:

- Geef de leerling de tip om de pester te blokkeren en te verwijderen wanneer het om pesten via sociale media gaat. Voordat de leerling dit doet, moet hij / zij de gesprekken uitprinten die hij / zij gevoerd heeft met de pester. Deze gesprekken kunnen mogelijk als bewijsmateriaal dienen.
- Vooral wanneer het gaat om een gesprek met een leerling na het signaleren van cyberpesten: blijf doorvragen! De leerling zal namelijk niet snel vertellen dat hij / zij gepest wordt of zelf pest.

### 3. Het bieden van steun aan de pester

- Luister goed naar de kant van het verhaal van deze leerling en neem dit serieus; vraag door!
- Confronteer de jongere met zijn gedrag en de gevolgen hiervan voor de pester.
- Probeer de achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen.



- Wijs op het gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag.
- Bied hulp aan (desnoods verplicht) door de mentor, de coördinator, de teammanager, de counselor of de schoolmaatschappelijk werker.
- Maak duidelijk dat de leerling zich schuldig maakt aan een ernstig feit en dat dit in sommige gevallen zelfs strafbaar is. Er kunnen dan strafrechtelijke consequenties volgen.

#### Pester en gepeste

- Ga (indien mogelijk) een driegesprek aan met de pester en de gepeste. Maak duidelijk dat ze elkaar niet mogen onderbreken. Belangrijk is oog te hebben voor de emotie (de gepeste leerling wordt nl. geconfronteerd met de pester). Maak afspraken hoe er verder met elkaar wordt omgegaan.
- Bespreek dit in het team / met de teammanager, omdat de gepeste evt. opnieuw door de pester(s) te grazen kan worden genomen.
- Vraag de gepeste in een veilige ruimte naderhand hoe het gaat. Ook de pester kan behoefte hebben aan deze aandacht. Als het pesten doorgaat, dient weer ingegrepen te worden!

#### 4. Het betrekken van de middengroep bij het pesten

- De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen en die van de school 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.  
**Let op: het gesprek met de klas moet in één keer goed gebeuren. Een veelheid aan gesprekken komt niet ten goede aan het slachtoffer; ze hebben zelfs een averechts effect.**

#### 5. Het bieden van steun aan de ouders

- Ouders die zich zorgen maken over pesten, worden serieus genomen.
- Vraag ouders of zij de signalen herkennen. Wanneer zij niet weten wat de signalen zijn, kunt u hen hierover informatie geven.
- Stel ouders op de hoogte van de afspraken die gemaakt zijn met pester en gepeste nadat een gesprek met beiden heeft plaatsgevonden. Geef hen erkenning (dat ook zij heel erg hun best doen in het steunen van hun kind, etc.)
- 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, kunnen er moeite mee hebben 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 gepeste leerling wil zich niet alleen veilig voelen op school; hij / zij wil ook geaccepteerd worden. Hij / zij verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een (sociale vaardigheids-)training aan bijdragen. Ze moeten soms leren tijdig 'nee' en 'stop' te zeggen. En er zijn ook leerlingen die 'denken' dat ze gepest worden. Zij kunnen geen onderscheid maken tussen een grapje en gepest worden. Ook dan is zo'n training op z'n plaats!

### **13. De No Blame Methode**

Ook de No Blame Methode is een beproefde methode die vaak goed 'werkt'. Met deze methode doe je een beroep op de loyaliteit van de leerlingen en bied je hen de mogelijkheid hen aan te spreken op hun kwetsbaarheid, assertiviteit, zorgzaamheid en eigen verantwoordelijkheid.

De volgende stappen worden dan genomen:

**Stap 1:** De mentor\* gaat in gesprek met het slachtoffer. Het is vooral van belang te achterhalen wat het effect is van het pesten op deze leerling. Je focust op haar / zijn gevoel (laat evt. een tekening maken hoe de leerling zich voelt). Je vraagt door wie de leerling gepest wordt en wie de sterke leerlingen in de groep zijn.

**Stap 2:** De mentor voert een gesprek met de dader(s), de sterke persoonlijkheden van de klas en enkele leerlingen met een positieve groepsinvloed. De gepeste is niet aanwezig. Het probleem wordt uitgelegd (dat je je zorgen maakt over de gepeste leerling, dat zij / hij zich ongelukkig voelt; evt. noem je iets uit het interview met de gepeste, laat je de evt. tekening zien). Wees niet beschuldigend! Wijs op de gezamenlijke verantwoordelijkheid voor een veilig schoolklimaat. En dat je hun hulp nodig hebt om verandering in deze voor deze leerling zo vervelende situatie te brengen. Vraag vervolgens aan de leerlingen suggesties te doen (wat kan ieder zelf doen; laat ze die formuleren in de 'ik' vorm) en schrijf deze suggesties op (om er evt. een volgende keer op terug te kunnen komen). Dank hen voor de suggesties. Laat de verantwoordelijkheid nu aan de leerlingen over; spreek vertrouwen uit in een positief resultaat, omdat ze willen doen wat ze als suggesties naar voren gebracht hebben.

**Stap 3:** Een week (tot twee weken) later roept de mentor het slachtoffer bij zich en vraagt hoe het gaat. Ook de leden van het groepje dat je eerder gesproken hebt, spreek je opnieuw. Nu elk individueel. Wat is er verbeterd? Wat is er van de goede voornemens terecht gekomen? Het is niet belangrijk of alle goede plannen uitgevoerd zijn, zolang het pesten maar gestopt is. Spreek daar je blijdschap over uit!

**Stap 4:** Informeer regelmatig hoe het gaat (slachtoffer) en spreek evt. ook de betrokken groepsleden weer).

Vergeet niet om ook de ouders van het slachtoffer te informeren.

- Wanneer het pestslachtoffer werkelijk ernstige schade (materieel, fysiek en / of psychisch) toegebracht is, is de 'No Blame Methode' niet geschikt. Dan is een harde(re) aanpak nodig!

\* of coördinator sociale veiligheid bij complexe casussen.

## 14. Preventieve maatregelen

1. Elke mentor bespreekt 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. Ook pestgedrag tijdens de reis van en naar school komt hierbij aan de orde!
2. Elke mentor brengt tijdens de mentorgesprekken pesten ter sprake, omdat de drempel in een één-op-één-gesprek lager ligt dan in een klassikaal gesprek.
3. In de leerjaren 1 t/m 3 wordt aandacht besteed aan (digitaal) pesten in één of meerdere (mentor)lessen. De leerlingen onderschrijven aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (zie bijv. 1<sup>e</sup> deel van bijlage 5 en de onderstaande punten):

Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in school.

Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:

1. Ik accepteer de ander zoals hij / zij is en ik discrimineer niet
2. Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen
3. Ik blijf van de spullen van een ander af
4. Als er ruzie is, zoek ik iemand die de ruzie helpt oplossen
5. Ik bedreig niemand; ook niet met woorden of digitaal
6. Ik neem geen wapens of drugs mee naar school
7. Ik gebruik geen geweld; ook geen digitaal geweld
8. Als iemand mij hindert, vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
9. Als dat niet helpt, vraag ik een docent of mijn mentor om hulp

Richting **cyberpesten** kan gedacht worden aan de volgende punten:

1. Ik stuur geen anonieme berichten via WhatsApp, sms, etc.
2. Ik plaats alleen foto's (en privégegevens en wachtwoorden) van anderen (via mobieltjes en webcam) op internet met toestemming van betrokkenen.
3. Ik maak geen haatprofielen aan.
4. Ik verstuur geen virussen, email bom, etc.
5. Bij cyberpesten vraag ik mijn mentor (of een docent) om hulp.
6. Ik doe online NIET wat ik offline ook NIET zou doen!
  - Het is aan te bevelen om van tijd tot tijd in een mentorles aandacht te besteden aan één van de bovenstaande regels. Dit kan als "*puntje van de week*" (bv. 1<sup>e</sup> 10 minuten mentorles; het vorige puntje wordt geëvalueerd en het volgende puntje wordt geïntroduceerd. Tijdens de dagopening kan er ook aan gerefereerd worden).
  - Daarnaast is het aan te bevelen om van tijd tot tijd een project en / of informatielessen op te zetten over (digitaal) pesten. Zeker als er (steeds weer) dergelijke signalen zijn in een klas / op je locatie.
4. Het thema "pesten" wordt tijdens voorlichtingsavonden voor ouders bij de mentor besproken (zeker als daar aanleiding toe is). Ook de coördinator sociale veiligheid van de locatie kan een bijdrage leveren aan zo'n avond (centrale gedeelte).
5. De docent heeft een voorbeeldfunctie. Onze negatieve uitlatingen richting een leerling kunnen pestgedrag veroorzaken.
6. 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.
7. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden geregistreerd in Magister van zowel de leerling die pest als van de leerling die gepest wordt (objectieve feiten).

Hieronder (een voorbeeld van) een pestprotocol. Het vraagt een inschatting welke aanpak het beste zal werken. Hieronder wordt meer uitgegaan van de vijfsporen aanpak (zie ook blz. 8 en 9 H12). Ook de No Blame Methode kan een hele goede aanpak zijn (zie blz. 9 en 10 H13).

## BIJLAGE 1 Pestprotocol (handelingen)

<b>Na een melding van (digitaal) pesten:</b>		
<b>Actie?</b>	<b>Door wie?</b>	<b>Uitgevoerd?</b>
1. Een gesprek met de gepeste en de pester (elk apart) bij pesten in klassenverband. Evt. laten opschrijven*.	Mentor**	
2. Een gesprek met de gepeste en de pester samen om tot een goede oplossing te komen. Bespreek evt. gelijk het vervolgtraject voor als het pesten zich herhaalt.	Mentor	
3. Informeer je TM over 1. en 2. (en 4. en 5.).	Mentor	
4. Contact met ouders gepeste en pester (betrekken bij de oplossing).	Mentor	
5. Gesprek met de klas (herstellen groepssfeer / benadrukken verantwoordelijkheid elke leerling in de klas).	Mentor	
6. Bij het escaleren van problemen / blijvende problemen gedrag melden aan coördinator(en), teammanager(s) en docenten van de leerling(en); consulteer de <b>coördinator sociale veiligheid</b> van je locatie	Mentor	
7. Bij het escaleren van problemen / blijvende problemen: ouders worden weer op de hoogte gesteld en geïnformeerd over het vervolg (nu in handen coördinator / teammanager).	Mentor / coördinator sociale veiligheid	
<b>Na herhaling pesten / escalatie:</b>		
8. Een gesprek met de gepeste en de pester (elk apart) of gelijk met beiden.	Coördinator sociale veiligheid; evt. coördinator of teammanager ***	
9. Bij contact met de pester is het doel drieledig: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Confronteren (zie bijlage 3).</li> <li>- Mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen.</li> <li>- Helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.</li> </ul>	Coördinator sociale veiligheid; evt. coördinator of teammanager	
10. Bij contact met de gepeste wordt gekeken of hij / zij bepaald gedrag vertoont, waardoor hij / zij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.	Coördinator sociale veiligheid; evt. coördinator of teammanager	
11. Zo nodig adviseren (pester en gepeste) hulp van / door counselor / ZAT.	Coördinator sociale veiligheid; evt. coördinator of teammanager	

12. Betrokken ouders op de hoogte stellen (evt. advies ZAT / verzoek met hun kind te praten / op de hoogte stellen van het vervolgtraject).	Coördinator sociale veiligheid; evt. coördinator of teammanager	
13. Terugkoppelen informatie naar de mentor(en) en evt. docenten.	Coördinator sociale veiligheid; evt. coördinator of teammanager	
14. Aanmelding ZAT (na overleg met ouders).	Mentor	
15. De pester volgt na schooltijd**** een individueel programma (pestproject) met als doel: reflectie en het gevoelig maken van de pester voor wat hij / zij aanricht bij de gepeste leerling. Evt. kan een sova-trainer of een ZAT-lid hierbij betrokken worden.	Coördinator sociale veiligheid / coördinator / teammanager	
16. Ouders op de hoogte stellen van het verplichte pestproject.	Coördinator sociale veiligheid / coördinator / teammanager	
17. Als het verplichte pestproject en de ZAT-begeleiding niet helpt: aanvraag onderwijszorgklas overwegen. Zie daarvoor verder de "procedure aanvraag onderwijszorgklas".*****	Teammanager	

\* Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in de bijlagen 2 en 3.

\*\* Als het pesten het klassenverband overstijgt, is (ook) de coördinator / teammanager in beeld en bij complexe casussen de **coördinator sociale veiligheid**.

\*\*\* Het vraagt overleg wie dit in de gegeven omstandigheden het beste kan oppakken.

\*\*\*\* De pester heeft minstens zo'n groot probleem als het slachtoffer. Probeer duidelijk te maken dat het hier niet in de eerste plaats gaat om een straf, maar juist om hulp.

\*\*\*\*\* Evt. kan na een traject in de **onderwijszorgklas** plaatsing op een andere locatie aan de orde zijn.

Let op: registreer de objectieve feiten / maatregelen steeds in Magister. Gebruik hiervoor het logboek: 'contactregistratie' of (indien van toepassing) 'incidenten'. Voor 'incidenten' is er een instructie '**incidenten en registratie**'. Voor het maken en bewerken hiervan hebben alleen coördinatoren en teammanagers rechten.

## BIJLAGE 2

### LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET DE GEPESTE LEERLING

#### Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem
- 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?
- 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?
- 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?

## BIJLAGE 3

### LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET EEN LEERLING DIE PEST

Alvorens er een gesprek met de pester wordt gehouden, heeft degene die het gesprek aangaat zich er van overtuigd dat degene met wie het gesprek plaatsvindt inderdaad schuldig is aan het gemelde gedrag.

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. Dan zijn we gestopt met confronteren en begonnen met kritiseren.
- relatiegericht. Je bent heel duidelijk op de inhoud gericht, op 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?

Bied zo nodig (op vrijwillige basis) hulp aan van de counselor (ZAT).

#### Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie bijlage 1 Pestprotocol - handelingen).

## BIJLAGE 4

### LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET DE KLAS

Dit vraagt ervaring van de mentor. Daarom is vooroverleg met coördinator, teammanager en / of ZAT-lid gewenst. Bij een concreet pestgeval in de klas kan het goed zijn om het probleem klassikaal te bespreken. Dit kan in het bijzijn van het slachtoffer of juist in afwezigheid van hem of haar. Vraag vooraf altijd toestemming aan het slachtoffer of je zijn of haar pestprobleem klassikaal aan de orde mag stellen.

De volgende stappen kunnen gevolgd worden:

- Stap 1: De “ik-boodschap”  
De leerkracht geeft duidelijk aan dat er in de klas een probleem is dat opgelost moet worden. Hij vraagt de leerlingen oplossingen te geven.
- Stap 2: Het verzamelen van oplossingen  
Op het bord! Als er niet gereageerd wordt, zeggen dat er over enkele dagen op teruggekomen wordt. Zo geef je aan dat het probleem opgelost moet worden.
- Stap 3: Evalueren en oplossen  
Alle oplossingen schrappen die nadelig zijn voor zondebok en pesters.
- Stap 4: Concretiseren van de oplossingen  
Het moet voor ieder in de klas duidelijk zijn hoe die oplossing uitgevoerd moet worden. Dit vastleggen op papier.
- Stap 5: Evalueren van de oplossingen  
Elke week dient de aanpak met de klas besproken te worden. Melden dat er nog steeds gepest wordt, moet niet als ‘klikken’ beschouwd worden maar als ‘helpen’. Evaluatie mag niet verwateren. Het geven van verdiende complimenten mag niet achterwege blijven.



## BIJLAGE 5

### Omgangsafsprak

*Pesten is afschuwelijk gedrag. Iemand die gepest wordt, kan daarvan zijn hele leven last houden.*

*Dit komt omdat je door pesten een heel negatief beeld van jezelf krijgt.*

Ik ben het eens met bovenstaande zinnen. Ik beloof dat ik niet zal pesten of meedoen aan het pesten van iemand.

Wanneer ik zie dat een ander gepest wordt, zal ik dat direct melden bij mijn mentor of bij mijn coördinator.

1 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

4 \_\_\_\_\_

Persoon die gepest werd: \_\_\_\_\_

Mentor: \_\_\_\_\_

Coördinator \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Dit document is ondertekend en uitgelegd aan zowel de dader(s) als het slachtoffer.

## BIJLAGE 6

### Stappenplan voor mentoren, etc. bij ongewenst delen van foto's en filmpjes

#### 1. Lokaliseer het probleem

Waarom is de foto gedeeld? Uit woede; om te pesten? De grens tussen 'slachtoffer' en 'dader' is niet altijd even scherp. Weet dat de situatie vaak complex is. En dat ook de verspreider een jongere is die kan leren van dit incident.

#### 2. Bepaal de ernst van de situatie

Sexy foto's of filmpjes ongevraagd doorsturen is seksueel grensoverschrijdend gedrag en strafbaar (!).

Bepaal aan de hand van de volgende 6 criteria hoe ernstig de situatie is:

1. Wederzijdse toestemming: het gaat dan om volledige, duidelijke toestemming.
2. Vrijwilligheid: elke vorm van dwang of druk (bv. beloning) uitsluiten.
3. Gelijkwaardigheid: gaat het om geheel gelijkwaardige personen?
4. Leeftijds- of ontwikkeling adequaat: seksueel gedrag dat niet past bij een bepaalde leeftijd of ontwikkelingsfase, is sowieso niet oké.
5. Context adequaat / passend bij de situatie: is hier sprake van? Of juist helemaal niet?
6. Zelfrespect: seksueel (getint) gedrag kan fysieke, emotionele of psychische schade veroorzaken bij de jongere zelf. Dit is niet de bedoeling.

Bij deze criteria dienen we ook duidelijk de Bijbelse principes in het oog te houden: wat is werkelijk goed voor de jongere(n)? Hoe heeft God seksualiteit bedoeld?

#### 3. Geef aandacht aan het slachtoffer

- Bespreek met het slachtoffer wat er gebeurd is, zodat de situatie helder is. Benoem dat het delen van dergelijke foto's onverstandig / niet goed is.
- Stel voor een aantal vrienden/vriendinnen te benoemen bij wie hij of zij steun kan vinden. Of zoek iemand in of buiten de school (mentor / ZAT / ... )
- Bekijk hoe je de foto's offline kunt halen, maar maak screenshots voor als je aangifte wilt doen bij de politie. Aangifte is zeker op z'n plaats bij onvrijwillige verspreiding.

#### 4. Geef aandacht aan de verspreider

- Vraag de verspreider om de foto's/filmpjes te verwijderen en spreek met hem/haar (dat foto's misbruiken zwaar grensoverschrijdend en strafbaar gedrag is).
- Stel de verspreider voor een aantal goede vrienden/vriendinnen te benoemen bij wie hij/zij steun kan vinden. Of zoek iemand in of buiten de school (mentor / ZAT / ... )

#### 5. Geef aandacht aan de ouder(s)/verzorger(s)

- Bespreek eerst met de betrokkene of en op welke wijze ouders ingelicht moeten worden.
- Bekijk met de ouders van het slachtoffer welke hulp en informatie ze nodig hebben.
- Ga met de ouders van de verspreider in gesprek.

#### 6. Communiceer op school

- Communiceer op school met de coördinator sociale veiligheid en de zorgcoördinator. Eventueel met de vertrouwenspersoon als overwogen wordt een klacht in te dienen.
- Communiceer met de jongeren / de klas er om heen, bv. 'foto's doorsturen doe je niet'.
- Denk aan verslaglegging in Magister (valt onder het incident 'seksueel misbruik en intimidatie').

## BIJLAGE 7

### Literatuur, hulpmiddelen, websites, etc.

1. Bloedrode wanten (christelijk boek), auteur: J. Visser – Sluiter
2. Focus (over sociale media als de grote afleider); 2012, auteur Justine Pardoën
3. [www.schoolveiligheid.nl](http://www.schoolveiligheid.nl), een site met veel informatie; ga naar 'pesten'. Er zijn links naar (achtergrond)informatie, (les)materialen, spelvormen, good practices, beeld en geluidmateriaal en scholingsaanbod.
4. [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl); een site met educatief materiaal, o.a. een kwartetspel.
5. <https://www.pestendoetpijn.nl/>; voor evt. workshops (veelal interactieve theaterworkshops).
6. <https://www.miekevanstigt.nl/alles-over-pesten/>; een website over pesten; vooral ook in het kader van het boek 'Alles over pesten'; geschreven door Mieke van Stigt.
7. <https://www.socialmediainpact.nl/> (begeleidt scholen o.a. bij hun actuele vragen m.b.t. sociale media, cyberpesten, etc.)
8. Aflevering van [www.uitzendinggemist.nl/afleveringen/1250481](http://www.uitzendinggemist.nl/afleveringen/1250481). Minuten: 42.10 – 52.19. Een jonge vrouw van 34 vertelt dat ze twee jaar van haar schooltijd niet is gepest. Ze noemt redenen en gevolgen.