



Canisius
College

**Beleidsplan tegen pesten
2017-2021**

Inhoudsopgave:

BELEIDSPLAN

1. Woord vooraf
2. Pesten
 - Pesten
 - Digitaal pesten
 - Signalen van (digitaal) pesten bij de gepeste leerling
3. Basis voor ons beleid
 - Uitgangspunten
 - De vijfsporenaanpak
 - Anti-pestcoach / - coördinator

PESTPROTOCOL

4. Aanpak ter preventie
5. Stappenplan bij signalering/melding van pesten
6. Stappenplan bij signalering/melding van digitaal pesten
7. Klachtenprocedure, Klachtencommissie, Vertrouwenspersonen
8. Kwaliteitsbewaking

Bijlagen:

- I. Registratieformulier bij melding van pesten
- II. Preventieve lesactiviteiten
- III. Tips voor mentoren
 - Gespreksmodel plaag/pestsituatie
 - Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling
 - Leidraad voor een gesprek met de leerling die pest
 - Overige tips
- IV. Tips voor leerlingen
- V. Tips voor ouders
- VI. Links naar informatie over (cyber)pesten

BELEIDSPLAN

1. Woord vooraf

Pesten is een veelvoorkomend probleem op scholen. Het is een vorm van ongewenst gedrag en kent vele vormen. Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, zijn alle leerlingen potentiële slachtoffers. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen. Het lastige hierbij is dat pestgedrag zich vaak in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er greep op te krijgen. En wanneer het wel wordt opgemerkt, weten docenten en andere betrokkenen niet altijd hoe hiermee om te gaan. Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben echter, samen met de ouders en leerlingen, een taak bij het tegengaan van pesten. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben. Voor mentoren betekent het dat ze aandacht hebben voor de groepssfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep.

Met dit beleidsplan hebben we een instrument in handen om het pestprobleem te beheersen. Onderdeel hiervan is het pestprotocol met daarin de praktische uitvoering ter preventie en aanpak van pesten. Het Canisius College wil ook op dit punt een veilige school zijn voor alle leerlingen en medewerkers, zodat iedereen zich optimaal kan ontplooiën. Hiermee sluit dit beleidsplan aan bij het ondersteuningsplan van het Canisius College, waarvan de hoofdstukken 1 t/m 4 in dit geval het meest relevant zijn.

2. Pesten

Pesten

Plagen of pesten? We plagen allemaal wel eens of we worden geplaagd. Plagerijen zijn niet kwaad bedoeld. Plager en geplaagde zijn aan elkaar gewaagd; ze houden elkaar over en weer voor de gek. Bij pesten ligt dat anders. Tussen pester en gepeste is dit evenwicht er niet. De pester heeft de overmacht. Pesten gebeurt vaak in groepsverband, waarbij het individu tegenover een groep staat.

We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling regelmatig en systematisch bedreigd, geïntimideerd of buitengesloten wordt. Pesten kan tot uiting komen in woorden (verbaal), bijvoorbeeld dreigen, spotten en schelden. Dit kan ook digitaal gebeuren, via social media. Maar pesten kan ook lichamelijk (fysiek) zijn, bijvoorbeeld als iemand een ander slaat, duwt, schopt, knijpt of onder dwang vasthoudt. Het is ook mogelijk te pesten zonder gebruik te maken van woorden of fysiek contact. Hierbij denken we onder andere aan gezichten trekken, iemand buiten de groep sluiten, spullen van een ander afpakken of vernielen. Pesten is grensoverschrijdend en zeer bedreigend. Daarom is actie geboden.

Pesten kan op veel manieren tot uiting komen:

- Met woorden:
 - Vernederen, belachelijk maken
 - Schelden
 - Dreigen
 - Met bijnamen aanspreken
- Lichamelijk:
 - Trekken aan kleding, duwen en sjorren
 - 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 en bij groepsoopdrachten
- Eigendom:
 - Stelen, vernielen, afpakken van kledingstukken, schooltas en schoolspullen
 - Kliederen op boeken
 - Banden lek prikken, fiets beschadigen
 - Afpersing: dwingen om geld of spullen af te geven

Digitaal pesten

Digitaal pesten is het pesten of misbruiken via mobiele telefoon of internetapplicatie, zoals WhatsApp, Facebook, YouTube, Instagram en SnapChat. Digitaal pesten kan nog veel 'harder' zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en het slachtoffer niet in de ogen hoeven kijken. Bovendien is de reikwijdte van het internet veel groter is.

Digitaal pesten kan tot uiting komen in:

- Blokkeren/buitensluiten van een groepsApp of andere online groep
- Schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen via social media
- Stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van haatberichtjes of het dreigen met geweld via social media.
- Het toezenden van ongewenst materiaal zoals porno, kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- Ongewenst contact met vreemden
- Sexting: het verzenden (en ontvangen) van seksueel getinte beelden of tekstberichten.
- Dwingen/overhalen tot webcam-seks: beelden die ontvangen worden kunnen opgeslagen worden en misbruikt worden
- Hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het versturen van pest-berichten uit naam van een ander.
- Het bekendmaken en gebruiken van privégegevens van een ander.

Signalen van (digitaal) pesten bij de gepeste leerling

- Niet meer naar school willen
- Niet meer over school vertellen thuis
- Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of bij anderen gevraagd worden
- Mindere resultaten op school dan voorheen
- Regelmatig spullen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen
- Regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben
- De verjaardag niet willen vieren
- Niet alleen de deur uit durven
- Niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan
- Bepaalde kleren niet meer willen dragen
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn
- Zelf blessures veroorzaken om niet naar school te hoeven
- Dwangmatig online zijn
- Intensief gebruik van social media

3. Basis voor het beleid

Uitgangspunten

- Het Canisius College ziet pesten als ongewenst gedrag en gaat hierbij uit van vijf betrokken partijen: de pester, de gepeste persoon, de rest van de klas, de leerkrachten en de ouders.
- De school beschikt over een preventieve aanpak.
- Als pesten desondanks optreedt, moeten personeelsleden kunnen signaleren.
- Als personeelsleden zien dat leerlingen worden gepest, nemen ze duidelijk stelling.
- De school beschikt over een aantal curatieve aanpakken.
- De school is in het bezit van een gedragscode. Er zijn op school twee interne vertrouwenspersonen aanwezig. Ook kan er een beroep gedaan worden op een externe vertrouwenspersoon en een klachtencommissie.
- Kwaliteitsbewaking

De vijfsporenaanpak

De school hanteert de vijfsporenaanpak. Dit houdt in:

De algemene verantwoordelijkheid van de school

- De school zorgt dat de directie, de mentoren en de docenten voldoende informatie hebben over pesten en het aanpakken hiervan.
- De school werkt aan een goed beleid rondom pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is.

Het bieden van steun aan de leerling die gepest wordt

- Het probleem wordt serieus genomen.
- Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurt.
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen.
- Er wordt hulp aangeboden.

Het bieden van steun aan de pester

- Het confronteren van de leerling met zijn gedrag en de consequenties hiervan voor de pester.
- De achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen.
- Wijzen op gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag.
- Er wordt hulp aangeboden.

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 op een later moment weer 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 tips aan de ouders hoe om te gaan met hun gepeste of pestende kind.

Ouders van leerlingen die gepest worden, hebben er soms moeite mee om te horen, dat (een deel van) de oplossing bij het kind zelf kan liggen. Het stoppen van het pesten is dan niet voldoende. Een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op school; het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerd te voelen. Daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

Anti-pestcoach / - coördinator

[Mw. C. Kokke](#) en [mw. A. Wijtman](#)s zijn de anti-pestcoaches. Zij gaan zich de komende jaren scholen in deze specifieke problematiek om medewerkers te kunnen ondersteunen indien daar behoefte aan is. De eerst aangewezen personen om pestproblemen te signaleren en aan te pakken zijn mentoren en afdelingsleiders (1^e lijn). [Mw. A. Wijtman](#)s kan op verzoek ingeschakeld worden en ondersteuning bieden in bepaalde situaties (2^e lijn).

[Mw. C Kokke](#) is tegelijkertijd de antipestcoördinator. Zij initieert de deskundigheidsbevordering van de personeelsleden en bewaakt de kwaliteit van dit beleidsplan tegen pesten.

PESTPROTOCOL

4. Aanpak ter preventie

Gedurende de schoolloopbaan van leerlingen zijn er diverse momenten waarop activiteiten plaatsvinden met betrekking tot preventie van pesten.

Brugklaskamp

In de introductieperiode van leerjaar 1 gaan de leerlingen met de mentor en de minimentoren twee dagen op kamp. Tijdens dit kamp staat de sociale omgang met elkaar centraal: samenwerken, saamhorigheid en zorg voor elkaar.

Na het kamp blijven de minimentoren beschikbaar om de leerlingen en de mentor te ondersteunen. Ze helpen met de dagelijkse gang van zaken op school, voorbereiden van de proefwerkweek, Sinterklaasviering en Zjee Huubfeesten.

Mentorlessenreeks

In de onderbouw wordt door de mentor in meerdere mentorlessen aandacht besteed aan pesten. Middels de mentorlessenreeks is vastgelegd wanneer de mentor welke activiteit kan uitvoeren. In leerjaar 1 krijgen de leerlingen ongeveer 6 lessen met betrekking tot sociale veiligheid en een voorstelling van een pesttheater. In leerjaar 2 krijgen de leerlingen een cabaretvoorstelling met als thema pesten. Daarnaast krijgen leerlingen ook een aantal lessen omtrent mediawijsheid. Elke mentor bespreekt in het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Bovendien bepalen de leerlingen de sfeerregels binnen de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden.

Tevens wordt in alle jaarlagen het pestprotocol door mentor besproken in zijn klas/mentorgroep. Daarnaast wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden bij de mentor of een vakdocent. Dit wordt niet als klikken beschouwd maar als hulp bieden of vragen. Leerlingen kunnen ook bij een van de anti-pestcoaches of vertrouwenspersonen aangeven als ze gepest worden of zien dat er iemand gepest wordt. Deze zal dan als mediator hiermee aan de slag gaan.

CCtop!

Middels gekozen waarden Respect, Veiligheid en Verantwoordelijkheid en de daarmee samenhangende de gedragsverwachtingen besteden we op een positieve manier aandacht aan de sociale veiligheid op school.

Vaklessen

Bij diverse vakken wordt aandacht besteed aan sociale veiligheid (zie bijlage II). Vakdocenten hebben daarnaast vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of vermoedens hebben dat er sprake is van pesten, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen om hulp en overleg in gang te zetten.

5. Stappenplan bij signalering/melding van pesten

In onderstaand stappenplan hebben de anti-pestcoaches een adviserende rol. Zij kunnen door zowel de mentor als de afdelingsleider ingeschakeld worden.

De mentor

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste leerling en later met de pester apart. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlage III. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor bespreekt direct een vervolgtraject.
3. De mentor praat, indien nodig, met (een deel van) de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groepssfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft. Hij besteedt in een groepsgesprek expliciet aandacht aan positief gedrag en omgang met elkaar.
4. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden vastgelegd in Magister bij zowel de pester als het slachtoffer.
5. De mentor vult het [registratieformulier bij melding van pesten](#) in en levert dit in bij de anti-pestcoördinator.
6. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de afdelingsleider van de leerling(en).

De afdelingsleider

1. De afdelingsleider neemt de rol van de mentor over, bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
2. Hij heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
 - confronteren
 - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
 - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten
4. De afdelingsleider gaat met betrokken ouders en de leerling in gesprek wanneer er sprake is van herhaling van pestgedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject. De afdelingsleider bespreekt de mogelijkheden tot (externe) hulp met de ouders van zowel pester als gepeste leerling.
5. De afdelingsleider legt alle informatie vast in het dossier in Magister en koppelt weer terug naar de mentor.

Schorsing

Wanneer bovenstaande stappenplan onvoldoende resultaat heeft, volgt een schorsing van een dag. Blijft het pestgedrag zich, ondanks deze maatregelen, voordoen dan kan er een langere schorsing volgen.

Schoolverwijdering

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen blijft volharden in het ongewenste pestgedrag kan de school, in het uiterste geval, overgaan tot verwijdering.

6. Stappenplan bij signalering/melding van digitaal pesten

Vanwege de snelle verspreiding van berichten via social media, is het belangrijk om direct in actie te komen wanneer er sprake is van digitaal pesten. Het stappenplan bij digitaal pesten wijkt daarom af van het hiervoor beschreven stappenplan.

1. De afdelingsleider haalt de pester uit klas en geeft opdracht om de uiting van digitaal pesten (bericht, foto, filmpje, etc.) te verwijderen en om eerst zelf thuis te vertellen wat er is gebeurd. Ook vraagt hij welke leerlingen er nog meer bij betrokken zijn.
De volgende dag belt afdelingsleider de ouders.
2. De afdelingsleider geeft de pester opdracht om te bedenken hoe de relatie met het slachtoffer hersteld kan worden.
3. De afdelingsleider spreekt met de hele groep die bij het pesten betrokken is.
4. De afdelingsleider herinnert de groep eraan dat het verboden is om wie dan ook te bedreigen.
5. De mentor belt zo spoedig mogelijk de ouders van slachtoffers. Daarbij kan hij adviseren om op de site meldknop.nl te kijken voor informatie of een eventuele melding.
6. Afhankelijk van de reactie van pester worden de consequenties bepaald.
7. De mentor voert indien nodig een gesprek met het slachtoffer.
8. Nadat bovenstaande stappen zijn uitgevoerd, kan het stappenplan op de voorgaande pagina's gevolgd worden.
9. De mentor vult het [registratieformulier bij melding van pesten](#) in en levert dit in bij de anti-pestcoördinator.

Voor beiden stappenplannen geldt het uitgangspunt dat de school zich redelijkerwijs inspant. Dit kan ook betekenen dat er indien nodig van dit plan afgestapt kan worden.

7. Klachtenprocedure, Klachtencommissie, Vertrouwenspersonen

De interne vertrouwenspersonen zijn [mw.D.Heijnen](#) en [dhr.V.Loth](#). Indien nodig kan ook de externe vertrouwenspersoon van de scholengroep Rijk van Nijmegen ingeschakeld worden. De scholengroep Rijk van Nijmegen bezit een Gedrags- en integriteitscode en een Klachtenregeling. Bovendien is de scholengroep aangesloten bij een bovenschoolse klachtencommissie.

Een uitgebreide beschrijving van de klachtenregeling is te vinden op de [website](#) van de school.

8. Kwaliteitsbewaking

Kwantiteit

Na elk pestincident vult de mentor het [registratieformulier](#) in om zo zicht te krijgen op belangrijke data. (Zie bijlage I)

Met ingang van schooljaar 2016-2017 loopt er een onderzoek naar de onderlinge relaties tussen leerlingen, hun sociale gedrag en hun welzijn in de klas en op school. Leerlingen worden hierbij gevolgd van leerjaar 1 tot en met 4. Dit onderzoek wordt in opdracht van het Canisius College uitgevoerd door de Radboud Universiteit.

Jaarlijks wordt er een tevredenheid enquête afgenomen onder leerlingen, ouders en personeel. In leerjaar 2 en 4 wordt eenmaal in de vier jaar het Emovo onderzoek afgenomen.

De anti-pestcoördinator analyseert jaarlijks bovenstaande data en maakt hiervan een verslag ten behoeve van de schoolleiding. Naar aanleiding hiervan kunnen door de afdelingsleiders verbeteracties in gang gezet worden.

Van bovenstaande zal de anti-pestcoördinator ook een terugkoppeling via ons interne communicatieblad *Mededelingen* naar alle personeelsleden verzorgen.

Kwaliteit

Jaarlijks controleert de anti-pestcoördinator of het schema “preventieve lesactiviteiten” (zie bijlage II) nog actueel is.

In 2021 evalueert de anti-pestcoördinator dit beleidsplan met de afdelingsleiders, de zorgcoördinator, een tweetal mentoren en twee leerlingen uit de leerlingenraad.

Bijlage I: Registratieformulier bij melding van pesten

Naam gepeste leerling **klas:**

Mentor:

Datum:

Aard van de (pest)situatie: denk hierbij bijv. aan verbaal en/of fysiek, buitensluiten, internet, individueel of hele groep.

.....
.....
.....

Toegepaste interventies: A.U.B. een **X** plaatsen tussen de haakjes wanneer je de betreffende interventie hebt toegepast.

- Gesprekken met de gepeste leerling
- Afdelingsleider geïnformeerd en betrokken
- LBT erbij betrokken
- Anti-pestcoach (Chantal Kokke, Annemiek Wijtmans) erbij betrokken
- Specialist binnen school erbij betrokken (Zorgcoördinator, sociaal verpleegkundige, schoolmaatschappelijk werker, passend onderwijs begeleider / POB)
- Gesprekken met de pestende* leerling(en)
- Gesprek met de klas
- Gesprek met de ouders van de gepeste leerling
- Gesprek met de ouders van de pestende* leerling(en)
- Docenten geïnformeerd en betrokken.
- Andere interventie, namelijk:

.....
.....
.....

Z.O.Z.

Is de situatie voor de betreffende leerling zodanig opgelost dat deze zich niet meer gepest voelt?

Ja

Nee

Bij “nee”: Beschrijf hier kort wat gemaakt heeft dat er niet tot een afdoende oplossing gekomen kon worden.

.....
.....
.....

Welke afspraken zijn er gemaakt m.b.t. het komende schooljaar?

.....
.....
.....

Heb je ergens een effectieve interventie toegepast die niet in het pestprotocol staat maar die in jouw optiek daar wel in zou moeten staan?

Ja, namelijk:

.....
.....
.....

Welke interventie(s) hebben het meeste effect gehad?

.....
.....
.....

Graag mailen naar of inleveren in postvak van Chantal Kokke.

** Bij pestende leerling(en) mag je lezen: De leerling(en) die gedrag vertonen waar de gepeste leerling last van heeft, waardoor deze zich gepest voelt.*

Bijlage II: Preventieve lesactiviteiten

	Leerjaar 1	Leerjaar 2	Leerjaar 3	Leerjaar 4,5,6
Mentorles	Positieve groepsnormen Samenwerken Sfeerregels afspreken, vastleggen en ondertekenen Boekje "Mentorlessen in de onderbouw"	Idem Idem Klassengesprek n.a.v. boek / film o.i.d. over pesten Boekje "Mentorlessen i/d onderbouw"	Idem Idem Indien van toepassing	Idem Idem Indien van toepassing
Lichamelijke opvoeding	Samenwerken	Idem	Samenwerken Money Makers	Idem
Drama	Samenspel			
Biologie		Seksuele geaardheid		
Nederlands	Boeken over pesten op de leeslijst	Idem	Idem	
Geschiedenis			Vooroordelen Discriminatie Seksuele diversiteit	Idem Idem Idem
Levens- beschouwing	Waarden en normen Anders zijn	Waarden en normen Gelijkwaardigheid Tolerantie Vooroordelen, dialogoog Omgang verschillende levensbeschouwingen	Waarden en normen Goede relaties Mensbeelden	Waarden en normen
Vaklessen algemeen	Samenwerken Naamloosheid voorkomen Signaleren Stelling nemen	Idem Idem Idem Idem	Idem Idem Idem Idem	Idem Idem Idem Idem

Preventieve activiteiten (vervolg)

	Leerjaar 1	Leerjaar 2	Leerjaar 3	Leerjaar 4,5,6
Theater / Workshop	<ul style="list-style-type: none"> - Basketbal clinic van <i>Henk Pieterse</i> (1-2-3 dag) - Weerbaarheid voor meisjes door <i>Henk Lamers + vrouw</i> (nov t/m feb) - iSocial door <i>theatergroep Zwerm</i> over cyberpesten, sexting en grenzen stellen (februari) - Pesttheater van <i>Marloes en Marius</i> (maart) 	<ul style="list-style-type: none"> - Klappen voor Bart door <i>Bart Melief</i> (februari) - Close door <i>theatergroep Zwerm</i> over seksualiteit, groepsdruk en grenzen stellen (periode 4) 	<ul style="list-style-type: none"> - Lokaal G1.25 door <i>Theater AanZ</i> over seksuele diversiteit (december) 	
Afname Test	Afname Test over sociaal welbevinden door <i>Radboud Universiteit</i>	Idem	Idem	Leerjaar 4 idem
Week tegen Pesten	Aandacht voor het thema pesten (week 38)	Idem	Idem	Idem
Dag tegen Pesten	Op ludieke wijze aandacht voor het thema pesten (19 april)	Idem	Idem	Idem
Paarse vrijdag	Aandacht voor seksuele diversiteit	Idem	Idem	Idem

Toelichting:

- Positieve groepsnormen worden gestimuleerd met behulp van mentorlessen, de introductieperiode en allerlei activiteiten: brugklaskamp, feesten, 1-2-3 dag, klassenbijeenkomsten en projectdagen.
- Om naamloosheid te voorkomen vinden we het belangrijk dat collega's in meer of mindere mate op een persoonlijke manier met leerlingen omgaan; we staan niet toe dat leerlingen stelselmatig bij de achternaam genoemd worden; ook het geven van inspraak aan leerlingen voorkomt naamloosheid: lagenvergadering, enquêtes, tevredenheidsonderzoek en leerlingenraad.
- Het is goed om jaarlijks in onze schoolkrant *TopiCC* aandacht aan pesten te besteden.

Bijlage III: Tips voor mentoren

Gespreksmodel plaag/pestsituatie		
Aanwezig:	Pester, gepeste of 2 leerlingen last hebben van elkaar, mentor, (zorgteamlid)	
STAP 1: Uitleg over het gesprek.	<ul style="list-style-type: none"> – Het doel van het gesprek: voorkomen dat er nieuwe pestsituaties ontstaan en zorgen voor een positief contact met elkaar. – Doornemen van de stappen. – Afspraken: <ul style="list-style-type: none"> ○ We luisteren naar elkaar. ○ We laten elkaar uitpraten. ○ Er komt geen welles/nietes discussie. 	Mentor/zorgteamlid leidt het gesprek.
STAP 2: Het bespreken van het probleem	<ul style="list-style-type: none"> – Leerling 1 geeft aan welk gedrag hij/zij van de ander storend vindt. – Aan leerling 2 wordt gevraagd of het begrepen is en of het wordt herkend. <hr/> <ul style="list-style-type: none"> – Leerling 2 geeft aan welk gedrag hij/zij van de ander storend vindt. – Aan leerling 1 wordt gevraagd of het begrepen is en of het wordt herkend. 	Mentor/zorgteamlid helpt, ondersteunt en motiveert het gesprek tussen de leerlingen op positieve wijze.
STAP 3: Storend gedrag ombuigen naar gewenst gedrag.	<ul style="list-style-type: none"> – Leerling 1 geeft aan waar hij/zij wil dat de ander mee ophoudt. – Leerling 1 geeft aan hoe hij/zij wel wil dat het gedrag van de ander is en benoemt de wenselijke situatie. <hr/> <ul style="list-style-type: none"> – Leerling 2 geeft aan waar hij/zij wil dat de ander mee ophoudt. – Leerling 2 geeft aan hoe hij/zij wel wil dat het gedrag van de ander is en benoemt de wenselijke situatie. 	Mentor/ zorgteamlid helpt, ondersteunt en motiveert het gesprek tussen de leerlingen op positieve wijze. Hij/ zij legt de afspraken die worden gemaakt vast op papier.
STAP 4: Afspraken maken	<ul style="list-style-type: none"> – Afspraken worden herhaald en gecontroleerd. – Moment van evaluatie: <ul style="list-style-type: none"> ○ na 1 week (datum.....) en ○ na 2 weken (datum.....) 	Mentor/zorgteamlid leidt het gesprek.
STAP 5: Afronding	<ul style="list-style-type: none"> – Bij een eerstvolgende plaag/pestsituatie direct een melding gedaan moet worden bij mentor/ afdelingsleider/ zorgteamlid. Er zal dan op nieuw een gezamenlijk gesprek volgen en eventueel een sanctie. – Beide leerlingen geven elkaar de hand en er worden excuses aangeboden 	Mentor/zorgteamlid leidt het gesprek.

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 leerlingen die jou wel eens proberen te helpen?
- Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?

Aanpak

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

- Hoe communiceert de leerling met anderen?
- Welke lichaamstaal speelt een rol?
- Hoe gaat de leerling om met zijn 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. Besteed hier aandacht aan.

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.** Let er op dat je waarneembaar gedrag benoemt en niet interpreteert.
Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
- **Relatiegericht.** Blijf duidelijk op de inhoud maar met behoud van de relatie.
- **Veranderingsgericht.** Je geeft suggesties hoe het anders kan.

Achterliggende oorzaken

Bied zo nodig hulp aan van leerlingbegeleider of schoolmaatschappelijk werk.

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie Stappenplan bij signalering/melding van pesten).

Overige tips:

- Neem contact op met de mentor uit een voorgaand leerjaar of bel de basisschool, voor meer achtergrondinformatie over het gedrag van de pester of de gepeste leerling.
- Observeer de pestsituatie. Dit kan in de pauze, maar ook in de klas. Vraag eventueel een collega of een van de pestcoaches.
- Bij het bespreekbaar maken van een pestsituatie in de klas, kan het handig zijn te beginnen met een filmpje, bijvoorbeeld de film *It's up to you*, te vinden op www.itsuptoyou.nu.

Bijlage IV – Tips voor leerlingen

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 mailadres (bijvoorbeeld Live of Gmail) om jezelf te registreren op websites.
Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam in een chat.
- Zorg dat je wachtwoorden geheim blijven en niet makkelijk te raden zijn. Als je bent gehackt, 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 contactlijst(en).
- Bel of mail niet 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 haatberichten.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent (emailadressen, gewone adressen, namen -ook niet van school-, telefoonnummers, wachtwoorden, enz.).
- 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 / appjes 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 anti-pestcoach op school.
Deze zal je verder helpen om het pestgedrag te stoppen. Ook kun je terecht bij de vertrouwenspersoon.
- Bij stalken kun je aangifte doen bij de politie.
Stalken is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen:
www.pestenislaf.nl.

Bijlage V – Tips voor ouders

- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind.
Voorkom een negatieve insteek, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld: "Wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?"
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Als uw kind echt lijdt onder het pesten en dat ten koste gaat van het zelfvertrouwen, kan hulp van een deskundige nodig zijn.
Dit kan individueel of mogelijk in een sociale vaardigheidstraining.
- Houd het niet stil!
Onderneem actie door het met iemand te delen.

Wat ouders / verzorgers zelf kunnen doen:

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind kan in de verleiding komen te gaan pesten.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak en aanleiding van het pesten te komen.
- Maak uw kind bewust van wat het gedrag anderen doet.
- Besteed aandacht aan uw kind, door te laten merken dat u veel waarde hecht aan wat voor hem/haar belangrijk is. Laat merken dat u het belangrijk vindt dat het zich niet rot voelt.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Bekijk samen met uw kind een film over pesten.
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind.
Geef adviezen over andere manieren van omgaan met elkaar.
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Er zijn mogelijkheden om uw kind aan een sociale vaardigheidstraining te laten meedoen. Informatie hierover is op te vragen bij de mentor of zorgcoördinator.

Bijlage VI - Links naar informatie over (cyber)pesten:

Algemene zoekpagina's

- www.pesten.startkabel.nl
- www.pesten.startpagina.nl
- www.posicom.nl

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.schoolveiligheid.nl

Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.

- www.diplomaveiliginternet.nl

Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT-coördinatoren.

- www.meldknop.nl

Initiatief van veilig internetten en wordt ondersteund door de politie.