

Bijlage 5 = Pestprotocol

Inleiding

Een van de uitgangspunten van de leerlingbegeleiding op het Herbert Vissers College is “leren en je prettig en veilig voelen op school”. We spreken hiermee heel duidelijk uit dat we al onze leerlingen een veilig pedagogisch klimaat willen bieden waarin zij zich harmonieus kunnen ontwikkelen en waarin goede leerprestaties mogelijk zijn. Elke medewerker binnen school bevordert deze ontwikkeling door het scheppen van een open en prettige werksfeer in de klas en daarbuiten. Het moet voor iedere leerling mogelijk zijn om te ervaren dat hij of zij kan zijn wie hij of zij is. Er is ruimte voor iedereen om zichzelf te zijn zolang dat niet betekent dat de afgesproken regels overtreden worden of dat iemands persoonlijke grenzen overschreden worden. Pesten betekent dat iemands grenzen overschreden worden en dat past niet in een prettig en veilig klimaat.

Het pestprotocol is geschreven voor de leerlingen, hun ouders en de medewerkers van de school. Het geeft het beleid van de school weer ten aanzien van pesten. Het hoofddoel van het protocol is het voorkomen en bestrijden van pesten door alle betrokkenen duidelijkheid te geven over ieders rol. Daarnaast heeft het protocol een informatieve en verwijzende functie.

Voor het pestprotocol zijn de volgende uitgangspunten gehanteerd:

- Iedereen heeft recht op een respectvolle behandeling.
- Je kunt elk moment besluiten je medemens positief te benaderen.
- Je kunt elk moment besluiten om jezelf positief te benaderen.
- Veranderingen komen alleen tot stand bij actiebereidheid van jezelf.
- De “waarheid” wordt gezien door de eigen bril.

Plagen, pesten en ruzie maken

Er bestaat een verschil tussen plagen, pesten en ruzie maken, maar wat houdt dit verschil eigenlijk in?

Plagen

Je kunt van plagen spreken, als beide partijen even sterk zijn, en er niet echt gesproken kan worden van een slachtoffer en een dader. Plagen zie je vaak bij mensen die elkaar wel mogen. Het kan een steekspel met woorden zijn, of elkaar voor de gek houden. De plager heeft niet de intentie om de geplaagde te beschadigen.

Pesten

Pesten is (psychisch, fysiek of seksueel) systematisch geweld van een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer klasgenoten, die niet meer in staat is / zijn zichzelf te verdedigen. Bij pesten is er een duidelijke slachtofferrol en een daderrol. Pesten is zeer slecht voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van het slachtoffer. Het slachtoffer kan volledig getraumatiseerd worden.

Ruzie maken

Ruzie maken wordt door kinderen nog wel een benoemd als pesten. Hoewel een ruzie geen pesten is, kan een niet goed opgeloste ruzie soms wel tot pesten leiden. Een ruzie is een conflict tussen mensen over een bepaalde zaak. Als een ruzie uitgepraat is kunnen de voormalige ruziemakers vaak weer samen door één deur. Bij pestgedrag gaat het niet om een zaak, maar om het beschadigen van een persoon.

Oorzaken van Pesten

Pesters kunnen zelf vaak moeilijk aangeven waarom ze pesten; in veel gevallen zijn ze geneigd om een uiterlijk kenmerk van hun slachtoffer aan te voeren als reden van hun pestgedrag. Sommige pesters geven aan dat ze voelen dat door de groep wordt verwacht dat ze andere kinderen pesten. Pesters hebben over het algemeen een sterke behoefte aan macht en overwicht. Er blijkt vaak een tekort te zijn aan sociale vaardigheden en een gebrek aan vermogen tot gedragsverandering. Daarnaast heeft een grote groep kinderen die pest door gezins- of schoolomstandigheden een vijandige houding ontwikkeld ten opzichte van hun omgeving.

Gevolgen van Pesten

Er zijn veel gevolgen bekend van pesten, enkele hiervan zijn:

- Een negatief zelfbeeld
- Een lage zelfwaardering
- Faalangst
- Angst om naar school te gaan
- Onzekerheid in sociale relaties
- Gevoelens van eenzaamheid
- Psychosomatische klachten

Ook op latere leeftijd kunnen kinderen die gepest worden ernstige negatieve gevolgen ervaren.

De pester zelf kan ook gevolgen ondervinden die voortkomen uit zijn pestgedrag; zijn schoolprestaties kunnen verslechteren en zijn gedrag kan agressiever worden. Ook hebben pesters een verhoogd risico om crimineel gedrag te gaan vertonen.

Voorbeelden van specifiek pestgedrag

Pesten kan allerlei vormen aannemen. Hieronder volgen 5 categorieën met voorbeelden van de genoemde soort.

Verbaal

Bijvoorbeeld schelden, dreigen, belachelijk maken, uitlachen of een bijnaam geven op basis van lichaamskenmerken, (etnische) afkomst, geloof of seksuele voorkeur of n.a.v. een verkeerd antwoord in de klas, ongewenste sms'jes sturen, via mail of chatprogramma's opmerkingen verspreiden, het gebruiken van mobiele telefoons of websites met de bedoeling iemand zwart te maken door het verzenden van opmerkingen en /of foto's of filmpjes.

Fysiek

Bijvoorbeeld trekken, duwen, spugen, schoppen, slaan, laten struikelen, krabben, bijten, aan de haren trekken, seksuele intimidatie.

Intimidatie

Bijvoorbeeld een leerling achterna blijven lopen of ergens opwachten, iemand in de val laten lopen, de doorgang versperren of klem zetten tussen de fietsen, dwingen om bezit af te geven of geld of andere zaken mee naar school te nemen.

Isolatie

Bijvoorbeeld uitsluiten door een klasgenoot voortdurend duidelijk maken dat hij / zij niet gewenst is, doodzwijgen.

Stelen of vernielen van bezittingen

Bijvoorbeeld afpakken, beschadigen en kapotmaken van spullen.

Partijen bij het pestprobleem

Bij pesten zijn meerdere partijen betrokken: de gepeste leerling(en), de pester(s), de zwiigende middengroep, het personeel en de ouders. Om pesten zowel in preventieve zin als in curatieve zin aan te pakken is het nodig dat alle partijen betrokken worden bij de uitvoering van het beleid. We spreken daarom van een vijfsporen aanpak.

De gepeste leerling

Elke leerling loopt het risico gepest te worden maar sommige leerlingen hebben een grotere kans om gepest te worden dan anderen. Dat kan komen door uiterlijke kenmerken maar het heeft vaker te maken met vertoond gedrag, de wijze waarop gevoelens worden beleefd en de manier waarop die worden geuit. Kinderen die gepest worden hebben vaak andere interesses dan de meeste leeftijdgenoten of ze doen dingen anders. Ze zijn goed in vakgebieden of juist niet. Veel kinderen die gepest worden hebben moeite met het gedrag in bepaalde sociale situaties. Zij vinden het moeilijk om daadwerkelijk actie te ondernemen naar de pester(s) toe. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep en durven ze weinig of niets te zeggen omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden. Deze angst en onzekerheid worden verder versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor het gepeste kind in een vicieuze cirkel komt waar het zonder hulp zeker niet uit komt. Gepeste leerlingen voelen zich vaak eenzaam, hebben in hun omgeving geen vrienden om op terug te vallen en kunnen soms beter met volwassenen opschieten dan met hun leeftijdgenoten.

De pester

Pestende leerlingen zijn vaak fysiek en /of verbaal de sterksten. Meisjes pesten in drie kwart van de gevallen door middel van psychisch geweld (buitensluiten, roddelen) en voor de rest door middel van fysiek geweld. Bij jongens is het net andersom: in driekwart van de gevallen door middel van fysiek geweld en voor de rest door middel van psychisch geweld.

Pesters kunnen het zich permitteren zich agressief op te stellen en ze reageren dan ook met dreiging van geweld of de indirecte inzet van geweld. Ze lijken populair te zijn in een klas, maar dwingen hun populariteit in de groep af door te laten zien hoe sterk ze zijn en wat ze allemaal durven. Echte pesters zijn niet alleen agressief en fysiek sterker dan de rest van de klas, ze hebben ook weinig empathisch vermogen, zijn impulsief en do-mineren graag andere kinderen.

Een 'succesvolle' pester heeft niet geleerd zijn agressie op een andere manier te uiten dan door het ongewenste pestgedrag te vertonen. Ook pesters hebben op de langere termijn last van hun pestgedrag. Door hun verkeerde en vooral beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om een vriendschap op te bouwen en te onderhouden op andere gronden dan die van macht en het delen in die macht. Pesters maken een abnormale sociale ontwikkeling door met alle gevolgen van dien voor de pester zelf.

De zwijgende middengroep

De meeste leerlingen zijn niet direct betrokken bij pesten in de actieve rol van pester. Sommigen behouden enige afstand en andere leerlingen doen, uit angst of uit berekening, mee. Dit zijn de zogenaamde 'meelopers'. Er zijn ook leerlingen die niet merken dat er gepest wordt. Heel af en toe neemt een leerling, of een klein groepje leerlingen, het voor het gepeste kind op.

Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf in de slachtofferrol te geraken. Maar het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en denken daardoor op de populariteit van de pester in kwestie mee te liften.

De medewerkers

Pesten is een goed bewaard groepsgeheim: (bijna) iedere leerling weet dat in de groep wordt gepest, toch durft niemand het aan docent of ouder te vertellen. De medewerkers weten dus ook vaak niet dat er in de groep wordt gepest. En zien ze ongewenst gedrag, dan wordt het lang niet altijd als pesten geïnterpreteerd.

De ouders

Wanneer kinderen worden gepest, durven ze in de meeste gevallen niet aan hun ouders te vertellen dat hen dit overkomt. Ze kunnen bang zijn dat hun ouders naar school gaan, het aan de mentor/mentrix vertellen en dat deze het verkeerd aanpakt. Ze schamen zich vaak dat hen dit overkomt. Soms denken ze dat ze het gedrag van de pester zelf hebben uitgelokt en het dus verdienen gepest te worden.

Preventieve aanpak

De mentor

De mentor speelt een belangrijke rol in het tot stand brengen van een veilig klassenklimaat vanaf de allereerste kennismaking. In klas 1 is dat begin juni. In de introductieweek in augustus / september is er een uitgebreid programma waarin de kinderen elkaar leren kennen. De nadruk ligt op het goed leren omgaan met elkaar. Er wordt aandacht besteed aan de vaardigheid van het luisteren naar elkaar, het samenwerken, het geven en ontvangen van feedback. Door middel van het formuleren van positief gestelde vragen geeft de klas duidelijkheid over hoe ze met elkaar om willen gaan. Vragen zoals 'Hoe ziet een leuke klas eruit?' of 'Hoe wil je zelf behandeld worden?'

De klas bespreekt wat plagen en wat pesten is en spreekt af dat degene die het ondergaat bepaalt of het om plagen of pesten gaat. En natuurlijk worden er ook consequenties afgesproken wanneer een klasgenoot zich niet aan de zelfopgelegde regels houdt.

Na de introductie wordt in de wekelijkse mentorles verder aandacht besteed aan het sociale klimaat door middel van o.a. klassengesprekken en de mentormethode

Tijdens de introductie of in één van de eerste klassenlessen (in onder én bovenbouw) worden de regels nog een keer besproken zodat ze voor iedereen weer duidelijk zijn. Eventueel worden nieuwe regels toegevoegd.

In hogere leerjaren wordt in de gebruikte mentormethode aandacht besteed aan pesten en omgangsvormen.

De medewerker

Het voorbeeldgedrag van de docent in de les en van de medewerkers van de school is belangrijk. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar acceptatie van verschillen wordt aangemoedigd, waar ruzies niet met geweld worden opgelost, maar uitgesproken, waar leerlingen gerespecteerd worden in hun eigenheid, waar agressief gedrag niet wordt geaccepteerd en waar docenten, onderwijsondersteunend personeel, coördinatoren en schoolleiding duidelijk stelling nemen tegen dergelijke gedragingen.

Het beleid

Het is belangrijk om het pestbeleid, een onderdeel van het schoolveiligheidsbeleid, bij leerlingen, ouders en personeel bekend te maken. Het pestbeleid is toegankelijk door er naar te verwijzen in de schoolgids en het te publiceren op de website. Het is onderdeel van de beleidscyclus van de school waardoor het regelmatig geëvalueerd en eventueel bijgesteld wordt. Het onderwerp pesten en het pestbeleid van de school is opgenomen in het scholingsaanbod voor het personeel als een onderdeel van hun deskundigheidsbevordering.

Curatieve aanpak

Steun bieden aan de leerling die gepest wordt.

- Belangrijk is de gepeste serieus te nemen en een luisterend oor aan te bieden.
- Duidelijk stelling nemen tegen het pestgedrag en advies geven hoe te reageren op de pester(s).
- Geef de gepeste een duidelijk perspectief dat het probleem serieus aangepakt wordt door duidelijk te maken dat andere instanties binnen (en eventueel buiten) de school er bij betrokken worden (mentor, coördinator, vakdocenten, zorgteam, OOP etc).
- Betrek de gepeste in het te volgen traject: leg uit welke stappen ondernomen worden en wanneer de gepeste er actief bij betrokken wordt.

Mogelijke stappen zijn:

- Een gesprek organiseren tussen de pester(s) en de gepeste.
- Een klassengesprek en andere activiteiten organiseren met als doel de veiligheid in de klas weer te herstellen door de zwijgende meerderheid te mobiliseren. Dit moet niet op basis van het individuele geval maar moet een algemeen karakter hebben zodat de gepeste er niet op aangekeken kan worden. Het onderwerp de veilige school kan als maatschappelijk item besproken worden.
- De "No Blame" aanpak inzetten.
- Een gesprek met de gepeste en zijn / haar ouders.
- Een gesprek tussen de ouders van de gepeste en van de pesters stimuleren
- In overleg kan worden besloten een sociale vaardigheidstraining te volgen. Verwijzing loopt via de mentor.

Aanspreken van de leerling die pest

In een eerste gesprek wordt de pester geconfronteerd met de beschuldiging van pesten. De situatie wordt in kaart gebracht en hem / haar wordt duidelijk gemaakt dat hij / zij, ondanks de met elkaar gemaakte afspraken, toch geen veiligheid heeft geboden aan klasgenoten. De afspraken worden opnieuw onder de aandacht gebracht en eventueel vastgelegd.

Naar gelang de ernst van het vertoonde gedrag wordt er afgesproken dat het bij een gesprek en excuses tegenover de gepeste blijft of dat er ook gestraft wordt. Bij herhaling zal er altijd gestraft worden. Die straf moet in verhouding zijn tot de ernst van het pesten en moet op zo kort mogelijke termijn uitgevoerd worden. De afdelingsleider bepaalt of er gestraft wordt en de bepaalt de strafmaat.

De pester biedt zijn / haar excuses aan in een gesprek met de gepeste of eventueel in een brief. De situatie wordt vastgelegd in het leerlingdossier en gecommuniceerd aan de ouders in een gesprek of eventueel in een brief.

In een vervolgesprek wordt vastgesteld of er verbetering in het gedrag is opgetreden. Eventueel wordt een aantal nagesprekken gevoerd. De doelen hiervan zijn:

- Achter de mogelijke oorzaak van pesten proberen te komen.
- Het empathisch vermogen van de pester proberen te vergroten.

Middelen hiertoe zijn:

- De leerling opdracht geven een (gedeelte van een) boek over pesten te lezen en, na de opdracht te hebben uitgevoerd, de inhoud van het boek te vertellen;
- De leerling zich laten aanmelden bij het forum van de website www.pestweb.nl en daar te zien wat kinderen en volwassenen aan elkaar over de gevolgen van pesten te vertellen hebben;
- Een opstel over pesten en de gevolgen ervan maken.
- Blijft de leerling pesten, dan zijn de daaropvolgende activiteiten:
- Zwaardere straffen toekennen.
- De ouders worden met hun kind voor een gesprek op school uitgenodigd door de mentor of afdelingsleider. Doel is de ouders inzicht te geven in het gedrag van hun kind en te komen tot een gezamenlijke aanpak van de school en de ouders.
- In overleg kan externe deskundigheid ingeroepen worden om de pester verder te helpen zijn / haar gedrag te veranderen. De school kan er op staan dat er een sociale vaardigheidstraining gevolgd wordt.
- De afdelingsleider kan de leerling de toegang tot een bepaalde les ontzeggen, of een dag lang de toegang tot alle lessen ("een ééndagse schorsing"), de leerling kan officieel geschorst worden met een melding aan de inspectie (schorsing langer dan 1 dag) en, als ook dit niet helpt, van school verwijderd worden (zie het onderdeel "Schorsing en verwijdering van een leerling" in het schoolveiligheidsbeleid).

De klas

Deze groep bestaat uit:

- Leerlingen die mee pesten om er zelf beter van te worden.
- Leerlingen die mee pesten omdat ze bang zijn zelf gepest te worden.
- Leerlingen die niet mee pesten maar die niets doen om een einde te maken aan het pesten.
- Leerlingen die het voor het slachtoffer opnemen.

Hoewel er gelukkig ook klassen zijn waarin een (groep) leerling(en) het opneemt voor de gepeste, speelt er vaak een bekend psychologisch mechanisme, de zogenaamde 'samenzwering om te zwijgen'. Dit houdt in dat (bijna) iedereen in een groep weet dat er wordt gepest, maar dat niemand het aan ouder of docent durft te vertellen. Ook onverschilligheid kan een oorzaak zijn dat een pestgeval niet gemeld wordt.

Soms zetten ouders slachtoffers of klasgenoten onder druk er met niemand over te praten. Deze zwijgende groep kan medeverantwoordelijk worden gemaakt bij het doen stoppen van het pesten door de leerlingen de macht te geven om met elkaar benoemde ongewenste omgangsvormen te signaleren en tegen te gaan. Zij gaan allen letten op de aangegeven gedragingen van de pesters en op de opgegeven plaatsen. Zodra één van hen iets ziet wat op pestgedrag lijkt, geeft hij / zij het door aan de hiervoor verantwoordelijke persoon (mentor / afdelingsleider). Deze spreekt de pester aan. Op deze manier aangepakt, krijgt de gepeste leerling niet het verwijt dat hij / zij 'geklikt' heeft. Immers, anderen hebben het gezien en doen er nu iets aan.

Als de docent / mentor in de klas wil praten over pesten, kan het raadzaam zijn om niet de actuele pestsituatie als uitgangspunt te nemen, maar het onderwerp erbovenuit te tillen. Bijvoorbeeld aan de hand van een krantenartikel, een tv uitzending, een brief van een leerling van een andere school, een lesbrief of een metafoor. Gebeurt dit niet, dan zou de klas het probleem kunnen ontkennen, bagatelliseren, het slachtoffer de schuld geven, of zeggen dat het een grapje is waar de docent zich geen zorgen over moet maken, of het slachtoffer, buiten school, voor zijn “klikken” straffen. Anderzijds moet wel duidelijk zijn dat er een probleem in de klas is: het mag niet louter als een fictief probleem ervaren worden.

De medewerkers

Alle medewerkers moeten op de hoogte zijn van het fenomeen pesten. Zij moeten uitingen van gedrag zoals boven beschreven als pesten weten te interpreteren en er stelling tegen durven nemen. Zij geven signalen van pesten door aan de mentor. Zie verder het boven beschreven beleid. Medewerkers kan gevraagd worden extra op een leerling te letten en mee te helpen uit te vinden wie degenen zouden kunnen zijn die de betrokken leerling lastig vallen.

De ouders

De ouders van het gepeste en het pestende kind verdienen ook steun. Belangrijk is de ouders die zich zorgen maken over het gedrag van hun kind serieus te nemen. Zij moeten betrokken worden bij de aanpak van het pestgedrag zoals boven beschreven. Ouders moeten op de hoogte gesteld worden van het Schoolveiligheidsbeleid waar het pestbeleid een onderdeel van is. Dit kan via de schoolgids en de website van de school. Ouders moeten informatie en advies krijgen over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt.