

**PESTPROTOCOL**  
**Citadel College**

# **PESTEN AANGEPAKT**

Oktober 2010

Vastgesteld in de Medezeggenschapsraad op 13 december 2010

## Voorwoord

Het Citadel College staat voor een veilige school waarin we met respect voor elkaar willen omgaan. Uitgangspunt is dat iedere leerling zichzelf kan leren zijn en iedereen zich zo optimaal mogelijk kan ontwikkelen, ongeacht culturele achtergrond, religie of seksuele geaardheid.

Tegen pesten zal duidelijk stelling worden genomen en streng zal worden opgetreden wanneer pesten wél plaatsvindt. Vroegtijdig signaleren is van groot belang, maar nog belangrijker vinden wij dat pesten wordt voorkómen door het scheppen van een positief werkklimaat waarin leerlingen en docenten kunnen groeien. Het onderwerp pesten wordt met de kinderen bespreekbaar gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld. Samenwerken vinden wij erg belangrijk en ook willen we leerlingen behulpzaamheid bijbrengen.

In dit protocol wordt het fenomeen pesten beschreven. We leggen uit hoe we voorkomen dat pesten plaatsvindt, de preventieve aanpak. Mocht er onverhoopt toch gepest worden dan beschrijven we ons handelen in de curatieve aanpak.

De bijlage geeft een aantal tips en suggesties aan de docent/ mentor. En ook voor de ouders hebben we een aantal adviezen.

## Inhoud:

- Pesten of plagen
- Partijen bij het pestprobleem
- Preventieve aanpak
- Curatieve aanpak
- Bijlage 1: Informatie voor ouders van gepeste of pestende kinderen
- Bijlage 2: Docenteninformatie
- Bijlage 3: Voorbeeld van gedragsregels: positief geformuleerd en negatief geformuleerd

## Pesten of plagen

Plagen is een normaal verschijnsel. Ieder kind wordt wel eens geplaagd of plaagt zelf. Plagen vindt plaats op basis van gelijkwaardigheid en is vriendschappelijk bedoeld. Pesten is iets anders. Bij pesten wordt een slachtoffer uitgezocht om de baas over te spelen. De pester gebruikt zijn of haar *macht* om het slachtoffer te vernederen, te kleineren, te slaan of uit te schelden.

Vaak is er ook een groepje kinderen, dat met de pester meedoet, de meelopers, die bijvoorbeeld bang zijn voor gezichtsverlies of om zelf het slachtoffer te worden.

## Partijen bij het pestprobleem

- individuele leerling, de gepeste;
- individuele leerling, de pester;
- klas;
- docent/ mentor;
- ouders.

## Preventieve aanpak

1. Aan het begin van het schooljaar bespreekt de mentor de leefregels van de school met de leerlingen.
2. Aan het begin van het schooljaar in klas één bespreekt de mentor de omgangsregels met de leerlingen. Leerlingen mogen een aanvulling geven op de vastgestelde leefregels. Gezamenlijk worden klassenregels opgesteld, waarbij een positieve formulering het uitgangspunt is. Deze klassenregels worden door alle leerlingen uit de klas ondertekend en opgehangen op een centrale plaats (bv mentorlokaal). Voorbeelden van gedragsregels: zie bijlage 3.
3. 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 van leerlingen en docenten niet wordt geaccepteerd en waar docenten duidelijk stelling nemen tegen dergelijke gedragingen.
4. Het onderwerp pesten kan tijdens mentorlessen regelmatig aan de orde worden gesteld, telkens in andere bewoordingen ( buitensluiten, anders zijn, acceptatie van verschillen, verhuizen, vriendschap, veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in de groep) en ook met gebruikmaking van verschillende werkvormen. Belangrijk hierbij is dat het inschakelen van de mentor/docent niet wordt opgevat als klikken en dat een medeleerling ook de verantwoordelijkheid heeft om het pestprobleem bij de mentor aan te kaarten.
5. In klas één wordt voorafgaande aan het brugklaskamp een pestproject (dagdeel) gegeven. Dit pestproject krijgt in december een vervolg.
6. In en rond de school, tijdens pauzes en tussenuren wordt er door de conciërges, toezichthouders en docenten gesurveilleerd en worden leerlingen op hun gedrag aangesproken.

## Curatieve aanpak

### 1. Leerling (gepeste):

Hulp bieden aan de leerling *die gepest wordt* in de vorm van een gesprek met de mentor. Deze adviseert de leerling wat te doen. Ook kan een sociale vaardigheidstraining worden aangeboden indien nodig. Ofwel:

- we tonen medeleven, luisteren en vragen hoe en door wie er wordt gepest;
- we gaan na hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor, tijdens en na het pesten;
- we laten de leerling inzien dat je soms ook op een andere manier kunt reageren;
- we leren leerlingen hoe ze om moeten gaan met ongewenste reacties;
- we gaan na welke oplossing het kind zelf wil;
- we benadrukken de sterke kanten van het kind;
- we praten met de ouders van het peetslachtoffer (en de ouders van de pester);
- de mentor informeert regelmatig hoe het gaat met het kind;
- we plaatsen het kind niet in een uitzonderingspositie;
- de mentor brengt de partijen bij elkaar voor een gesprek en probeert samen met hen de pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken;
- als een leerling wordt gepest doordat hij/ zij een aantal sociale vaardigheden mist, kan deze er baat bij hebben zijn/haar sociale vaardigheden te vergroten. Leerlingen kunnen via de teamleider opgegeven worden voor de SOVA training. Het zorgteam is van de verdere mogelijkheden op de hoogte (schoolarts, schoolmaatschappelijk werk, vertrouwenspersoon, psycholoog, huisarts, e.d.).

### 2. Leerling (pester):

De leerling *die pest* wordt verplicht hulp te aanvaarden. Hulp aan de pester kan een gesprek met de mentor zijn. Ook behoort een sociale vaardigheidstraining of een training in het omgaan met agressie en emoties tot de mogelijkheden. Ofwel:

- de mentor brengt de partijen bij elkaar voor een gesprek en probeert samen met hen de pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. De docent neemt duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de leerling die pest.
- de mentor probeert met de leerling oorzaken van zijn /haar pestgedrag analyseren;
- de mentor kan door middel van extra doelgerichte opdrachten de jongere bewust maken van het gedrag en van het effect ervan op anderen c.q. het slachtoffer;
- de mentor maakt met de leerling duidelijke afspraken over de omgangsregels;
- de mentor laat inzien wat welke positieve kant de gepeste heeft;
- de mentor laat excuses aanbieden;
- de mentor maakt een vervolgspraak over de punten die je als mentor verbetert wilt zien;
- bij geen verbetering schakelt de mentor de ouders in en kan de mentor een sanctie opleggen (bij ernstig pestgedrag wordt de teamleider ingeschakeld, houdt deze gesprekken met de betreffende leerlingen, neemt maatregelen en worden ook meteen de ouders geïnformeerd);
- pestgedrag is soms het resultaat van onvoldoende sociale vaardigheden. Een training hiervoor kan gevolgd worden. Leerlingen kunnen via de teamleider opgegeven worden voor de SOVA training. Het zorgteam is van de verdere mogelijkheden op de hoogte (schoolarts, schoolmaatschappelijk werk, vertrouwenspersoon, psycholoog, huisarts, e.d.);
- in het uiterste geval wordt er tot schorsing overgegaan. In dat geval worden ouders/verzorgers altijd geïnformeerd en na een gesprek tussen leerling, ouders/verzorgers en teamleider wordt de leerling weer toegelaten tot de lessen.

### **3. Klas:**

Hulp aan de zwijgende middengroep. De mentor kan deze groep / of de klas mobiliseren

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.

Deze zwijgende groep kan bijvoorbeeld medeverantwoordelijk worden gemaakt bij het doen stoppen van het pesten door toe te zien op het welbevinden van het slachtoffer.

Als men in de klas spreekt over pesten, is het raadzaam om niet de actuele peestsituatie 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. Doet men dit niet, dan kan de klas het probleem 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. Als de mentor het idee heeft dat er sprake is van onderhuids pesten stelt de mentor een algemeen probleem aan de orde om langs die weg bij het probleem in de klas te komen.

- de mentor maakt het probleem bespreekbaar in de groep;
- de mentor/docent stimuleert dat de kinderen een eigen standpunt innemen en eventueel partij trekken voor de gepeste leerling. Leren opkomen voor elkaar;
- de mentor bespreekt met de leerlingen dat 'meelopen' met de pester meestal kan leiden tot verergering van het probleem;
- de mentor/docent laten inzien welke positieve kanten de gepeste leerling heeft;

### **4. Docent / mentor:**

De docent moet in de eerste plaats op de hoogte zijn van het fenomeen pesten.

Vormen van pesten zijn:

- volstrekt doodzwijgen;
- isoleren;
- psychisch, fysiek of seksueel mishandelen;
- een kring vormen of insluiten in de klas, gang of schoolplein;
- buiten school opwachten, slaan of schoppen;
- klopjachten organiseren;
- elkaar uitlachen;
- op weg van en naar school achterna rijden;
- naar het huis van het pestslachtoffer gaan;
- opbellen;
- als "slaaf" behandelen;
- nooit de echte naam van een klasgenoot gebruiken, maar een bijnaam;
- voortdurend zogenaamde leuke opmerkingen maken over een klasgenoot;
- opdrachten geven huiswerk te maken of huiswerk innemen;
- bezittingen afpakken of kapotmaken;
- cadeaus eisen of geld afpersen;
- jennen;
- het slachtoffer voortdurend de schuld van iets geven;
- uitschelden of schreeuwen;
- opmerkingen maken over kleding, uiterlijk, gewoontes of geloofsovertuiging;
- beledigen;
- briefjes doorgeven;

- kettingbrieven schrijven;
- via e-mail of msn/ sms / mobiel “ stalken”;
- Het met een groep zich tegen een individu keren.

Deze lijst kan nog verder worden uitgebreid.

De overige docenten en de conciërges kunnen gevraagd worden extra op een leerling te letten en wie degenen zouden kunnen zijn die de betrokken leerling lastig vallen. Vervolgens kunnen de pestende leerlingen worden ingeschakeld om extra zorg te dragen voor de leerling.

## 5. Klachtenregeling

Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan is de inschakeling van vertrouwenspersoon nodig. De vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren.

De vertrouwenspersonen van het Citadel College zijn:

Locatie Dijkstraat: Mw. Fernhout, email: [a.fernhout@citadelcollege.nl](mailto:a.fernhout@citadelcollege.nl), Tel: 024-3297740

Locatie Griftdijk Dhr. Von Ewald, email: [j.vonewald@citadelcollege.nl](mailto:j.vonewald@citadelcollege.nl), Tel: 024-3297740

Het streven is om klachten binnen de school op te lossen. Door onderling overleg van de direct betrokkenen, de schoolleiding of het bestuur. Als dit niet mogelijk blijkt te zijn, kan een klacht worden ingediend bij de klachtencommissie. De klachtencommissie onderzoekt of een klacht gegrond is, rapporteert hierover aan het schoolbestuur en geeft zo nodig advies over te treffen maatregelen. Een exemplaar van de klachtenprocedure is op school aan te vragen bij het secretariaat en is ook te vinden op de website van de school. De vertrouwenspersoon van de school is aanspreekpunt en adviseur voor iemand die overweegt een klacht in te dienen. Het postadres van de klachtencommissie is:

Regionale klachtencommissie  
Postbus 40020  
6504 AA Nijmegen

## 6. Ouders:

De ouders van het gepeste en het pestende kind verdienen ook steun, hierbij de volgende tips:

- ouders die zich zorgen maken over het gedrag van hun kind serieus nemen;
- informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt;
- vragen om samenwerking tussen ouders en school.

Verdere signalen en tips staan beschreven in de bijlage.

## **Bijlage 1: Informatie voor ouders van gepeste kinderen**

### **Wat kunnen signalen zijn?**

- niet meer naar school willen;
- niets meer over school vertellen;
- nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of niet meer bij anderen gevraagd worden;
- slechtere resultaten op school dan vroeger;
- vaak dingen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen;
- vaak hoofdpijn of buikpijn hebben;
- blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen;
- niet willen gaan slapen, vaker wakker worden of nachtmerries hebben;
- de verjaardag niet willen vieren;
- niet buiten willen spelen;
- niet alleen een boodschap durven doen;
- niet meer naar een club willen/ durven gaan;
- bepaalde kleren niet meer aan willen;
- thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn;
- zelf blessuren creëren om niet naar school te hoeven.

### **Wat ouders/ verzorgers zelf kunnen doen:**

- Als het pesten niet op school gebeurt maar op straat, kunt u contact zoeken met de ouders van de pester en voorzichtig vragen er met hun kind over te praten. Gebruik daarbij als argument dat elk kind op straat veilig moet kunnen zijn. Niemand zal dat ontkennen. Houd er wel rekening mee dat iedere ouder in principe voor zijn eigen kind opkomt en met de mogelijkheid dat men het probleem gaat ontkennen.
- Neem uw kind serieus en zeg dat u met anderen gaat proberen het pesten te stoppen.
- Stimuleer uw kind om naar de mentor te gaan.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de mentor bespreken.
- Praat erover met uw kind of vraag uw kind op te schrijven wat het heeft meegemaakt.
- Probeer uw kind uit te leggen waarom kinderen pesten.
- Samen praten over pesten kan ook via een boek of een videoband over het onderwerp.
- Maak aan uw kind duidelijk dat elk kind in principe de kans heeft om gepest te worden.
- Vertel dat volwassenen vaak niets doen, omdat ze niet zien dat er gepest wordt of omdat ze niet weten hoe het probleem moet worden opgelost.
- Waarschuw uw kind dat het pesten niet meteen ophoudt als er beter op wordt gelet. Pesten is soms een gewoonte geworden, die moeilijk af te leren is. Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.
- Houd het onderwerp bespreekbaar, informeer regelmatig hoe het gaat.
- Als u van uw kind er met niemand over mag praten, steun dan uw kind, geef achtergrondinformatie en maak duidelijk dat de school het zorgvuldig zal aanpakken. Voordat u dit belooft, is het raadzaam de school te vragen of men dit probleem ook daadwerkelijk zorgvuldig aanpakt.
- Beloon uw kind en help het zijn/ haar zelfrespect terug te krijgen.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Kijk af en toe mee met uw kind achter de computer / MSN.
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind. Doe dat niet met 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 beide mentoren van uw kind.
- Als uw kind echt lijdt onder het pesten wat ten koste gaat van het zelfvertrouwen, kan hulp van een deskundige nodig zijn. Dit kan individueel of mogelijk in een training sociale vaardigheden.
- Houd het niet stil, maar onderneem actie!

#### **Informatie voor ouders van pestende kinderen**

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt de kans een pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak van pesten te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Kijk af en toe mee met uw kind achter de computer / MSN.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.
- 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 om met elkaar om te gaan.
- Houd regelmatig en intensief contact met de beide mentoren van uw kind.
- Ook zijn er mogelijkheden om uw kind aan een training sociale vaardigheden te laten meedoen. Informatie hierover is op te vragen bij de zorgcoördinator op school of bij bureau jeugdzorg.

#### **Informatie voor ouders van alle kinderen**

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- Houd rekening met gevoelens van de ouders van zowel het gepeste kind als ook de gevoelens van de pester.
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan.
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw kind voor anderen op te komen.
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen.



## **Bijlage 2: Docenteninformatie**

### **Geen enkel kind heeft gevraagd om gepest te worden:**

Fasen in een groep:

1. Oriëntatiefase
2. Strijd- om- de- macht-fase
3. Fase van het ontstaan van groepsnormen
4. De productiefase
5. Afsluitingsfase

Het is van belang om de fase van het ontstaan van de groepsnormen (fase 3) **voor** de fase van de strijd om de macht (fase 2) te plaatsen. Dit kan door:

- omgangsregels af te spreken.
- schoolregels mee te delen.

Het onderwerp pesten bespreken door dit in het algemeen aan te kaarten, bijvoorbeeld als maatschappelijk item: de veilige school.

Vraag bijvoorbeeld in de klas:

- Wie heeft er op de basisschool leerlingen gekend die gepest werden of die zelf pesten.
- Groepen vormen en gedragsregels afspreken om een pestprobleem in de klas te voorkomen.
- Afspraken maken over de aanpak van een pestprobleem in de klas. Hierbij kun je ideeën van leerlingen inventariseren en op het bord schrijven. Ook kun je dan eigen regels toevoegen.
- Schrijf ze op papier, laat alle leerlingen dit ondertekenen en geef een kopie mee voor de ouders.

### **Straffen**

De pester heeft vaak niet door waar hij of zij mee bezig is en heeft daardoor ook begeleiding nodig. Deze begeleiding kan bestaan uit:

- Het geven van straffen.
- De oorzaak of oorzaken van zijn pestgedrag analyseren.
- Het laten inzien van de gevolgen voor de gepeste ( empathisch vermogen vergroten).
- Duidelijke afspraken maken.
- De hulp van de ouders inroepen.

Gebleken is dat pas wanneer er drie strategieën tegelijkertijd worden toegepast er pas sprake kan zijn van een attitudeverandering. De nadruk moet gelegd worden op de emotioneel- affectieve component ( 3). Dit houdt voor de hulp aan de pester in dat:

1. Cognitief: er kennis en achtergrondinformatie wordt verschaft.
2. Conatief: er tegelijkertijd dwang wordt gebruikt in de vorm van duidelijke afspraken of regels onderling: van straffen wanneer de afspraken of regels worden overtreden en van een duidelijke afgesproken aanpak van het probleem.
3. Emotioneel- affectief: er nieuwe normen worden afgesproken en dat, wanneer leerlingen er blij van geven er andere normen op na te houden ( dus blijven pesten), zij begeleid dienen te worden om op een andere, veilige manier met leeftijdsgenoten om te gaan.

## **Strafsuggesties**

Gesprek met de pester:

- Wat is er gebeurd volgens jou?
- Weet je waarom het gebeurd is?
- Hoe voelde je je?
- Hoe denk je dat de ander zich voelde?
- Vertel iets leuks, iets aardigs over de gepeste.

Als deze 1- op- 1 gesprekken weinig tot geen resultaat opleveren kunnen daarna confronterende gesprekken worden gevoerd.

- Een toepasselijk boek laten lezen en een verslag hiervan laten maken of er een spreekbeurt over laten houden in de klas.
- Een interview over pesten af laten nemen bij een volwassene.
- Een opstel over pesten ( zie [www.pestten.net](http://www.pestten.net)) laten schrijven, bijvoorbeeld:
  - 3 argumenten bedenken waarom pesten goed is en 3 argumenten bedenken waarom pesten slecht is.
  - Antwoord geven op de vraag: “ Waarom pest je eigenlijk?”
- Na laten gaan welke regels zijn overtreden. Argumenten laten bedenken waarom de voor hem/ haar overtreden regel noodzakelijk is.
- Een sorry- brief laten schrijven en aan het gepeste kind voor laten lezen
- Een tekening maken:
  - met het verzoek zich in te leven in de gevoelens van slachtoffers.
  - over wat er volgens hem/ haar gebeurd is.
  - over hoe het anders had kunnen zijn.
- Samen laten werken met de gepeste aan een werkstuk tijdens de les ( toezicht).
- Een film laten bekijken en er een verslag van laten maken.
- Een lijst van complimenten laten maken en deze gebruiken wanneer de pester zich houdt aan de gemaakte afspraken.
- De pester buitensluiten in vrije situaties ( LO/ pauze) of direct apart zetten.

## **Bijlage 3: Gedragsregels**

### **Voorbeeld van gedragsregels, positief geformuleerd:**

- Wij luisteren naar elkaar.
- Wij blijven van elkaar en van elkaars spullen af.
- Wij bedreigen elkaar niet.
- Wij letten niet zoveel op elkaar en roddelen niet over elkaar.
- Wij schelden niemand uit.
- Wij werken samen. Iedereen hoort erbij.
- Wij denken eerst na voor we iets doen.
- Wij spugen niet.
- Wij accepteren en respecteren ieder persoon.
- Wij lachen niemand uit.
- Wij doen niet iets bij een ander dat we zelf ook niet prettig vinden.
- Wij houden rekening met elkaar.
- Wij zorgen ervoor dat anderen geen last hebben van ons gedrag.
- Wij proberen onze vergissingen goed te maken.
- Wij leren met elkaar.
- Wij leren van elkaar.
- Wij zoeken met elkaar voor elk probleem een oplossing.
- Wij houden ons aan deze regels.

### **Voorbeeld van gedragsregels, negatief geformuleerd:**

- We praten niet door elkaar heen.
- We geven niet zomaar toe aan wat in ons opkomt.
- We storen elkaar niet.
- We doen niet aan vergelding.
- We sluiten elkaar niet buiten.
- We lachen elkaar niet uit.
- We laten elkaar niet in de steek.
- We maken elkaars eigendommen niet kwijt of stuk.
- We lopen niet weg voor problemen.
- We ontduiken deze regels niet.