

Pestprotocol PJ ‘De Brêge’

2015

PESTPROTOCOL ‘De Brêge’

Inhoud:

1. Voorkomen van pesten.
 - a. Pedagogisch klimaat
 - b. Gedragsregels
 - c. Weerbaarheidstraining (RenW, Kanjer)
 - d. Voorlichting over het gebruik van digitale media
2. Pesten herkennen
3. Pesten aanpakken
4. Het pedagogisch handelen bij pesten op school
5. Lijst met materialen.

1. Voorkomen van pesten

a. Pedagogisch klimaat.

Wij willen dat er bij op De Brêge een plezierig en veilig klimaat is, waar iedereen zich gerespecteerd voelt en de kans krijgt zich zo goed mogelijk te ontwikkelen.

Pesten wordt als een serieus probleem ervaren. We willen met zijn allen voorkomen er gepest wordt en ingrijpen als er sprake is van pesten.

De Brêge is een relatief kleine school waarin het mogelijk is dat medewerkers en leerlingen elkaar kennen bij naam en zo veel mogelijk op de hoogte zijn van de bijzonderheden van de leerlingen.

Alle medewerkers dienen alert te zijn op pestgedrag en bij het signaleren hiervan de juiste stappen zetten.

Er moet op school een klimaat zijn waarin klachten van leerlingen, ouders en medewerkers altijd serieus worden genomen. Ouders en leerlingen moeten weten dat de school open staat voor gesprek en actie in geval van pesten.

De volgende concrete acties versterken het klimaat om pesten te voorkomen.

- Er is voldoende toezicht op het plein en in de kantine. In de eerste weken van het schooljaar zijn alle docenten in de kantine of op het plein.

- Er wordt in het coach halfuur en in de reguliere AVO lessen regelmatig aandacht aan pesten en het gebruik van digitale media besteed, dit kan d.m.v. gesprekken, door het oefenen van sociale vaardigheden, een opstel schrijven, een collage maken over pesten, het lezen van boeken over pesten, het bekijken van DVD's etc..

- Er wordt op De Brêge regelmatig samengewerkt in groepjes om leerlingen te leren op een goede manier met elkaar om te gaan en elkaar op een respectvolle manier aan te spreken.

De coach is verantwoordelijk voor:

- Het bekend maken van de gedragsregels aan het begin van het schooljaar
- Het voorlichting geven over wat leerlingen moeten doen als ze gepest worden of zien dat er gepest wordt. (In eerste instantie aankloppen bij eigen coach.)
- De leerlingen er op wijzen dat ze ook naar een andere docent of naar de contactpersoon machtsmisbruik kunnen gaan .

b. Gedragsregels.

Aan het begin van ieder schooljaar worden de gedragsregels met de leerlingen doorgenomen. Ook worden de uitgebreide gedragsregels voor docenten ieder jaar bij de docenten onder de aandacht gebracht.

Gedragsregels op De Brêge

Wij vinden dat iedereen zich op school veilig en prettig moet voelen.

Als je je op school veilig voelt, kun je ook beter werken en leren.

Dat geldt voor leerlingen, leraren en alle andere mensen die in de school werken.

In een veilige school vertrouw je elkaar, respecteer je elkaar en help je elkaar.

Daar om spreken we een aantal regels af voor iedereen.

- Wij discrimineren niet.
- Wij schelden niet uit.
- Wij doen niet mee aan uitlachen en roddelen.
- Wij blijven van andere leerlingen af en vallen niemand lastig.
- Wij vragen de ander te stoppen als we lastig gevallen worden.

Als dit niet helpt dit niet, dan roepen we de hulp in van de leerkracht.

- Wij bedreigen elkaar niet.
- Wij nemen geen drugs en wapens mee.
- Wij gebruiken geen geweld.
- Wij noemen elkaar bij de naam. (En niet de uiterlijke kenmerken,)

Als je gepest wordt, praat er dan thuis en op school over. Je mag het niet geheim houden!!

Als je aan een docent vertelt dat een leerling gepest wordt, is dit geen klikken.

c. Weerbaarheidstraining (RenW, Kanjer)

Kanjertraining

Kanjertraining leert leerlingen positief over zichzelf en anderen denken. Als gevolg hiervan heeft het kind minder last van sociale stress. De kanjertraining geeft leerlingen handvatten in sociale situaties. De training bestaat uit 10 lessen en worden in de eigen klas gegeven door een leerkracht die hiervoor is opgeleid (kanjertrainer) Voor het onderwijs zijn de doelen vooral praktisch:

- De leerkracht wordt gerespecteerd
- Pestproblemen worden opgelost
- Leerlingen durven zichzelf te zijn
- Leerlingen voelen zich veilig
- Leerlingen voelen zich bij elkaar betrokken
- Leerlingen kunnen gevoelens ander woorden brengen
- Leerlingen krijgen meer zelfvertrouwen

Voor wie?

De kanjertraining is bedoeld voor de onderbouw. De training wordt gegeven t/m de leeftijd van 14 jaar. Meestal is dat op de Brêge de eerste twee leerjaren.

Hoe werkt het?

D.m.v. typetjes (aap-konijn-tijger-pestvogel) worden de manieren van reageren verduidelijkt. Zo kan een leerling tot de vaststelling komen dat zijn eigen gedrag op eenzelfde moment aap, konijn en tijger kan zijn. “ik heb 3 petten tegelijk op”.

De training is op die manier inzicht gevend.

Leerlingen krijgen d.m.v. rollenspellen een helder beeld van eigen gedrag en dat van een ander.

Info: www.kanjertraining.nl

Rots en Water

Rots en water is de naam van een weerbaarheidsprogramma. De ontwikkeling van de fysieke weerbaarheid is een middel om mentale en sociale vaardigheden te ontwikkelen.

Rots staat voor star, niet nadenkend, egoïstisch, zelfbewust, weinig rekening houdend met, terwijl water staat voor meegaand, flexibel, creatief, ontspannen en sociaal. Belangrijk is dat leerlingen verschillen in de zogenoemde rots – en waterhouding ontdekken bij de ander en bij zichzelf.

De bouwstenen van het programma zijn:

- Zelfbeheersing
- Zelfreflectie
- Zelfvertrouwen

Voor wie?

Rots en water op de Brêge wordt aangeboden vanaf 14 jaar. Dit betekent in het algemeen dat hij wordt gegeven in de sectoren.

Hoe werkt het?

In 10 lessen worden de leerlingen bekend gemaakt met Rots en water d.m.v een psychofysieke didactiek, wat inhoudt dat startend vanuit een fysieke invalshoek, mentale en sociale vaardigheden worden aangereikt en verworven.

Actie (spel, spelen, simpele zelfverdedigingsvormen) wordt afgewisseld met momenten van zelfreflectie en kringgesprekken.

Info: www.rotsenwater.nl

d. Voorlichting over het gebruik van digitale media

Digitaal pesten is pesten via het internet of de mobiele telefoon.

Vormen van pesten zijn o.a.:

- Beledigen /schelden / misleiden / bedreigen
- Wachtwoord stelen
- Foto's of filmpjes plaatsen zonder toestemming van de ander.
- Privé gegevens van anderen op internet zetten
- Virussen doorsturen
- Hacken en kraken
- Emailbommen

Digitaal pesten kan op school, maar ook thuis gebeuren. Als iemand thuis achter zijn/haar eigen computer zit, kunnen de scheldwoorden, de beledigingen en de bedreigingen ervoor zorgen dat men zich zelfs in zijn/haar eigen huis niet meer veilig voelt. De effecten van digitaal pesten zijn voor jongeren soms nog 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.

Tips voor docenten om digitaal pesten te voorkomen:

1. Bespreek het internetgebruik in de klas, laat ze elkaar tips geven.
2. Maak afspraken over het internet gedrag.
3. Maak leerlingen bewust van de gevaren op internet, de effecten van digitaal pesten en de strafbare feiten.
4. Ouders informeren over het computergebruik van hun kind.
5. Zorg dat er binnen de school een deskundige is die kan helpen met blokkeren, het opsporen van de dader enz.

Tips voor leerlingen om digitaal pesten te voorkomen:

1. Geef nooit je adres, achternaam, telefoon of 06-nummer via internet.
2. Kijk naar de instellingen van je Facebook of chatsites. (Wie kan wat van jou zien?)
3. Accepteer alleen familie, vrienden en bekenden die dingen over jou mogen lezen.
4. Denk goed na over foto's voordat je ze op internet zet.
5. Bewaar het pestbericht. Print het uit, dan kan het gebruikt worden als bewijs en om de dader op te sporen.
6. Reageer nooit zelf op pestberichten.
7. Blokkeer de persoon die pestberichten verstuurt. Kan dat niet? Log dan uit!
8. Vertel het thuis of op school en vraag hulp!

De aanpak van digitaal pesten gaat zoals beschreven in hoofdstuk 3 en 4

Zie verder ook op de volgende websites voor leerlingen:

www.pestweb.nl Tips voor leerlingen (onder tab Middelbare school), tips voor ouders, mogelijkheid om (anoniem) vragen te stellen en links.

www.meldknop.nl Site voor jongeren die iets vervelends meemaken op internet; advies, mogelijkheid voor evt contact voor hulp of melden van probleem.

www.jouwggd.nl/onderwerp/pesten-op-school/ Tips voor leerlingen over pesten op school.

Websites over pesten voor docenten:

http://www.kennisnet.nl/themas/mediawijsheid/ Overzichtspagina over **mediawijsheid** en o.m. lesmateriaal voor basisschool en mbo en tips voor leraren.

www.kennisnet.nl/themas/mediawijsheid/dont-worry-be-whatshappy/ Pagina van Kennisnet over **Whats happy**, een les over problemen met chatten ontwikkeld voor groep 8

http://www.kennisnet.nl/themas/mediawijsheid/les-instagram-houdt-de-sfeer-gezellig-op-instagram/ Pagina van Kennisnet over **Instagram**, een les over veilig omgaan met Instagram.

www.iksurfveilig.nl Site van Kennisnet over Diploma **Veilig Internet** voor de basisschool.

2. Pesten herkennen

Omdat leerlingen in veel gevallen niet vertellen dat ze worden gepest, kan uit signalen worden afgeleid dat leerlingen worden gepest.

Bijvoorbeeld:

Dicht bij de leerkracht blijven.
Geen zin om naar school te gaan.
Somber. angstig en/of onzeker.
Blauwe plekken.
Spullen die "kapot" gaan.
Geen vrienden en vaak alleen.
Als laatste of nooit gekozen worden.
Verminderde schoolresultaten / onderpresteren.
Overdreven clownesk gedrag.
Afkoopgedrag
.....
.....

Andere leerlingen uit de klas of ouders kunnen ook signalen geven dat een kind gepest wordt.

Docenten kunnen gebruik maken van vragenlijsten die inzicht geven in het welbevinden van leerlingen op school. (zie lijst met materialen)

3. Pesten aanpakken

1. Als er een vermoeden is van pestgedrag in de kantine of buiten het schoolgebouw wordt dit aan alle docenten en medewerkers doorgegeven. Signalering van pestgedrag wordt altijd aan de coach gemeld. Maatregelen worden in de teamvergadering besproken / medegedeeld.
2. Als er sprake is van incidenten betreffende pestgedrag wordt dat met de betrokken leerlingen besproken door hun eigen coach. Dit gesprek staat niet op zichzelf maar wordt regelmatig herhaald. Van dit gesprek worden aantekeningen gemaakt in SOM van zowel de pester als de gepeste leerling. Ouders kunnen op de hoogte worden gebracht.
3. Als er sprake is van herhaald pestgedrag worden de ouders van de pester in het bijzijn van de pester op de hoogte gesteld in een gesprek op school. (De coach kan hierbij ondersteund worden door schoolleider of zorgfunctionaris.) Aan het eind van dit oudergesprek worden de afspraken met de pester duidelijk doorgesproken en ook voor alle betrokkenen vastgelegd. De straf bij overtreding van de afspraken wordt daarbij vermeld. Ook de ouders van de gepeste leerling wordt op de hoogte gebracht.

Straf: Gedacht kan worden aan uitsluiting van situaties die zich in het bijzonder lenen voor pestgedrag. Bijvoorbeeld in de klas blijven tijdens pauzes, gymles, excursies of schoolreis. Deze straffen worden in overleg met de schoolleider vastgesteld.

1. Bij herhaling van pestgedrag wordt de leerling aangemeld bij het ZAT en worden de adviezen met de ouders besproken. Adviezen kunnen bijvoorbeeld zijn: aanmelden bij Cenzore, GGZ Jeugd of anders.
2. Als de leerling onvoldoende meewerkt om het probleem aan te pakken dan kan de directeur van de school overgaan tot als schorsen of verwijderen.

4. Het pedagogisch handelen bij pesten op school

De docent/coach heeft een zeer belangrijke rol. De docent zal helder en duidelijk moeten maken dat pesten niet geaccepteerd wordt. De docent biedt in eerste instantie de gepeste leerling bescherming, praat duidelijk en ernstig met de pester, de groep en eventuele meelopers.

a. In gesprek met de gepeste leerling.

Een leerling moet weten waar hij/zij naar toe kan met het probleem. In eerste instantie wordt de klacht vertrouwelijk behandeld. Pas na overleg met coach en eventuele andere betrokkenen worden maatregelen genomen waarvan de gepeste leerling op de hoogte is. Bescherming van de gepeste leerling is belangrijk en het bewaken van afspraken zal de leerling veiligheid bieden. Dit kan door regelmatig gesprekken te plannen met coach, zorgfunctionaris of schoolmaatschappelijk werk. Deze gesprekken zijn zowel voor het signaleren van nieuw pestgedrag als voor de verwerking van wat gebeurd is.

Belangrijk in het gesprek met de leerling is goed naar de leerling luisteren en zijn/haar probleem serieus nemen. Biedt ruimte, neem de tijd en vraag door. Samen met de leerling overleggen en werken aan oplossingen.

In geval van digitaal pesten concrete tips geven.

b. In gesprek met de groep als er sprake is van pesten.

Met de leerlingen praten over pesten en over hun eigen rol daarin.

Met de leerlingen overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.

Samen met de leerlingen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.

c. In gesprek met de leerling die pest.

Met de leerling bespreken wat pesten voor een ander betekent.

De leerling helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.

De leerling helpen om zich aan regels en afspraken te houden. Zet deze op papier.

Zorgen dat de leerling zich veilig voelt. Duidelijk uitleggen wat jij als docent gaat doen om het pesten te stoppen.

Stel grenzen en verbind daar duidelijke consequenties aan. Vertel dat bijv. digitaal pesten strafbaar is.

Maak een verslag van het gesprek en plaats dit in SOM. Plan een vervolgspraak.

d. Een driegesprek.

Wanneer het mogelijk is, ga dan een driegesprek aan met de dader en het slachtoffer. Beide moeten dit willen en ook de betrokken persoon vanuit school moet dit verantwoord vinden.

In dit gesprek is het belangrijk dat:

Er ruimte is voor beide om hun verhaal te doen. Maak duidelijk dat ze elkaar niet mogen onderbreken.

Houd rekening met eventuele emoties. De gepeste leerling wordt namelijk geconfronteerd met de persoon die hem/haar heeft gepest.

Biedt de ruimte aan de leerlingen dat zij het bij kunnen leggen. Je kunt hen daarin stimuleren en het gesprek leiden. In dit gesprek kunnen afspraken worden gemaakt over hoe er verder met elkaar om wordt gegaan.

Maak in dit gesprek duidelijke afspraken met de beide leerlingen. Zorg dat zij het hier beide mee eens zijn en dat ze weten dat ze hier ook op aangesproken kunnen worden. Afspraken op papier zetten en bewaren in SOM.

e. Contact met de ouders.

De ouders van het gepeste en van de leerling die pest op de hoogte brengen en steunen.

Ouders die zich zorgen maken over pesten serieus nemen.

Ouders op de hoogte houden van de manier waarop het pesten wordt aangepakt.

De ouders van de niet pesters en de meelopers moeten zich bij de docent kunnen melden als zij van hun kind vernemen dat er een kind gepest wordt. Ook voor ouders moet een klimaat geschapen worden waarin het duidelijk is dat de school open staat voor dit soort meldingen.

5. Lijst met materialen

www.pestweb.nl

www.omgaanmetpesten.nl

www.pesten.startpagina.nl

pestprotocol pesten autisme www.landelijknetwerkautisme.nl

pesttest zie: www.voo.nl

Films / DVD's over pesten

Bridge to Terabithia (2007)

'Bridge to Terabithia' is een bioscoopfilm over pesten, vriendschap, familie en de kracht van de verbeelding. Jess is een buitenbeentje op school en binnen zijn eigen gezin. Leslie is het nieuwe opvallende meisje op school. De twee worden al snel de beste vrienden die samen alle pestkoppen aankunnen.

Doelgroep: po en vo (onderbouw).

Duur: 95 minuten

Website: [Bridge to Terabithia](#).

Hoe Nikita een paard kreeg

Speelse documentaire over een klein Amsterdams meisje dat vreselijk gepest werd in het basisonderwijs. Een paard bracht de ommekeer in het leven van het meisje.

Doelgroep: bovenbouw po en onderbouw vo

Duur: 23 minuten

De documentaire staat op de dubbeldvd 'Echt gebeurd' met 15 jeugddocumentaires van Villa Achterwerk en is te koop bij de [VPRO](#).

Overleven in Nederland: aflevering 'Het busje'

De serie 'Overleven in Nederland' is een ode aan de veerkracht en de weerbaarheid van kinderen. In de aflevering 'Het busje' moet Henk elke dag met het busje naar een speciale school. Hij wil liever niet met de bus, want daar moet je altijd knokken voor je plek. Het is pesten of gepest worden.

De documentaire staat op de dubbeldvd 'Echt gebeurd' met 15 jeugddocumentaires van Villa Achterwerk en is te koop bij de [VPRO](#).

Over de Streep

Documentaire over de eerste Challenge Day in Nederland in 2010 op het IJburg College in Amsterdam.

Challenge Day is een methode uit Amerika, die onder andere wordt ingezet om pesten op middelbare scholen tegen te gaan en wederzijds respect te stimuleren.

Duur: 50 minuten

Kijk hier naar de complete KRO-documentaire [Over de Streep](#).

Pesten en gepest worden (Ilkay en Rachid) (2002)

De film is als eerste gericht op allochtone ouders. De film kan ook een rol spelen in het gesprek met kinderen over pesten en gepest worden.

Doelgroep: bovenbouw po én onderbouw vo.

Duur: 15 minuten.

Website: <http://www.voo.nl>.

Bestellen: zie website VOO

Pest (1996)

Onderdeel van het lespakket 'Pesten, dat pikken we niet'. Pittige video van 6 minuten, dus veel tijd voor discussie. Geen beelden van pesten in de video. Met een boek voor de gespreksleider om zich stevig voor te bereiden.

Doelgroep: po.

Duur: 6 minuten + instructieboek voor de gespreksleider.

Bestellen: [Zinloos Geweldshop](#).

Sidekicks (1992)

Barry is een jongetje met astmatische problemen. Hij leeft bij zijn vader, een computerprogrammeur, in Texas. Barry heeft het zwaar op school, door zijn gezondheid en omdat hij altijd gepest wordt. Het enige waar Barry nog plezier uit kan halen is wanneer hij fantaseert dat hij samen met Chuck Norris op pad is. (Chuck Norris was in het verleden wereldkampioen karate.) Barry krijgt er genoeg van om het pispaltje te zijn en besluit om karatelessen te gaan nemen en zo ooit Chuck Norris te ontmoeten.

Doelgroep: vo Duur: 101 minuten

Verkrijgbaar op [dvd](#).

Stella (2009)

De elfjarige Stella, een buitenbeentje op school, wil best meedoen en vriendjes maken. Maar ze is anders en dat hebben schoolkinderen direct door. De basisingrediënten van het verhaal zijn bekend: haar ouders hebben geen tijd voor haar, Stella wordt op school gepest en leerkrachten hebben nauwelijks door hoe de verhoudingen tussen de leerlingen liggen. Geweld tussen kinderen kan gemakkelijk ontsporen.

Doelgroep: vo Website: [Stella](#)