

		Status	Akkoord
Datum	: 8-12-2017	MT	Ja
Betreft	: Antipestprotocol	Werkgroep	Ja
Vervangt uitgave	: [1-10-2017]	Ouderraad	Instemming
Opgesteld door	: P.Luyten	Leerlingenraad	Besproken

Prinsentuin van Cooth

Anti pestprotocol

- *open en onbevangen*
- *positief*
- *vanuit het hart*
- *vasthoudend*



Inhoud

1. Woord vooraf.....	3
2. Inleiding.....	4
3. Pesten.....	4
4. De gepeste.....	5
5. De pester.....	6
6. De getuigen.....	7
7. Het stappenplan na melding van pesten van een leerling.....	10
8. Methoden bij het omgaan met pesten.....	12
9. De Vijfsporenaanpak.....	15
10. Digitaal pesten ofwel cyberpesten.....	17



1. Woord vooraf

Dit is het pestprotocol van Prinsentuin van Cooth. Het protocol is erop gericht om alle leerlingen, personeel en ouders op de hoogte te brengen, van alles wat Prinsentuin van Cooth wil doen om een zo veilig mogelijk schoolklimaat te scheppen.

In dit pestprotocol wordt besproken wat pesten is en wat Prinsentuin van Cooth preventief doet. Middels een stappenplan is aangegeven hoe Prinsentuin van Cooth handelt indien toch pestgedrag wordt geconstateerd.

Aan cyberpesten wordt in een apart hoofdstuk aandacht besteed.

Voor de tekst van dit protocol is het concept pestprotocol van ROC West-Brabant als basis gebruikt. Daarnaast heeft een werkgroep een SWOT-analyse gemaakt van het pestprotocol van Scala, het pestprotocol van het Wellantcollege, het pestprotocol van Praktijkschool Breda en het pestprotocol van het MBO. De sterke punten uit deze protocollen zijn verwerkt in het protocol dat nu voor u ligt.

Ook is geïnterviewd wat de mentoren doen om pesten preventief aan te pakken. Dit is verzameld en verwerkt tot een overzicht van in te zetten mogelijkheden tegen pesten per leerjaar.

Tevens heeft GGD West-Brabant een bijdrage geleverd aan het tot stand komen van dit protocol.

Het protocol is niet statisch. Afhankelijk van ontwikkelingen binnen ROC West-Brabant, Prinsentuin van Cooth, de politiek en de maatschappij, zal ook het handelen rond pesten zich verder ontwikkelen. In dat geval zal dit protocol aangepast worden.

Breda, oktober 2017



2. Inleiding

Het pestprotocol vormt de verklaring van de school voor de leerlingen/ouders en het personeel waarin is vastgelegd dat pestgedrag op onze school niet zal worden geaccepteerd en volgens een vooraf bepaalde handelwijze wordt aangepakt.

Uitgangspunten

- Een dergelijk protocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:
- Pesten wordt als een probleem gezien door alle direct betrokken partijen; leerlingen, ouders, docenten en onderwijsondersteunend personeel.
- De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat voor iedereen waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
- Docenten, onderwijsondersteunend personeel en leerlingen kunnen pesten signaleren en nemen vervolgens duidelijk stelling tegen het pesten.
- Docenten, onderwijsondersteunend personeel, leerlingen en ouders zijn op de hoogte van de inhoud van dit pestprotocol. Leerlingen moeten weten dat ze ondersteuning kunnen krijgen in de school en hierom durven vragen.
- Jongeren krijgen een actievere rol middels een werkgroep, waar ze zich voor kunnen aanmelden.

3. Pesten

3.1. Wat is pesten?

Er zijn veel definities in omloop, maar de meeste definities bevatten de volgende kenmerken (bron: Groepsplan gedrag in het VO, Kees van Overveld, 2014):

- Er is sprake van een agressieve daad. Het slachtoffer wordt psychisch of lichamelijk leed aangedaan.
- Het pestgedrag gebeurt bewust; de pester heeft duidelijk de bedoeling om de ander pijn te doen of te vernederen.
- Het pestgedrag is niet eenmalig, maar vindt plaats over een langere periode. Dit kan een periode van bijvoorbeeld maanden beslaan maar het kan ook jaren aanhouden.
- Er is een machtsverschil tussen de dader (pester) en het slachtoffer. Dit betekent dat de dader sterker of slimmer is of dat er een groepje daders is zodat er een numeriek overwicht ontstaat.
- Kortom: "Pesten is een vorm (type) van agressief gedrag, waarbij een of meerdere individuen (in dit geval leerlingen) bij herhaling een betrekkelijk machteloze ander aanvallen, vernederen en/of buitensluiten" (definitie van Salmivalli, 2010).
- De bekendste vormen zijn pesten op school en pesten op het werk. Maar ook daarbuiten kan pesten voorkomen, zoals op straat, binnen verenigingen, of tussen buurtbewoners. Pesten is structureel en brengt het slachtoffer tot wanhoop. In extreme gevallen kan het leiden tot zelfdoding van het slachtoffer.



Pesten is een wereldwijd, niet cultuurgebonden verschijnsel. Onderzoek heeft aangetoond dat pesten in Noord-, Midden- en Zuid-Europa evenveel voorkomt als in Nederland.

3.2. Vormen van pestgedrag

Pestgedrag kent verschillende uitingsvormen:

1. Met woorden:
 - vernederen, belachelijk maken, intimideren
 - schelden
 - dreigen
 - met bijnamen aanspreken
 - gemene briefjes, mailtjes, sms-jes en appjes schrijven
2. Lichamelijk:
 - trekken aan kleding, duwen en sjoeren
 - schoppen en slaan
 - krabben en aan haren trekken
 - wapens gebruiken
3. Achtervolgen
 - opjagen en achterna lopen
 - in de val laten lopen, klem zetten of rijden
 - opsluiten
4. Uitsluiting
 - doodzwijgen en negeren
 - uitsluiten van feestjes
 - bij groepsopdrachten
5. Stelen en vernielen
 - afpakken van spullen
 - bevuilen van spullen
 - beschadigen van spullen
6. Afpersing
 - dwingen om geld of spullen af te geven
 - het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen
7. Digitaal: zie blz 17

4. De gepeste.

Iedereen kan het slachtoffer worden van pesten. Onderscheid is immers makkelijk te maken (iedereen is anders). Vaak is er sprake van een vicieuze cirkel: de gepeste verliest zijn zelfvertrouwen, en kan of durft zich hierdoor niet te verweren hetgeen de pester aanmoedigt door te gaan. Een leerling die wordt gepest, praat er niet altijd over. Redenen hiervoor kunnen zijn:

- schaamte
- angst dat de ouders of de school met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt
- het probleem lijkt onoplosbaar



- de overtuiging dat de leerling niet mag klikken.

Mogelijke signalen van leerlingen die gepest worden (ook van belang voor ouders):

- niet meer naar school willen
- niet meer over school vertellen thuis
- nooit meer andere leerlingen mee naar huis nemen of bij anderen gevraagd worden
- slechtere resultaten op school dan vroeger
- regelmatig spullen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen
- regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben
- blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen
- niet willen gaan slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerrie's hebben.
- de verjaardag niet willen vieren.
- niet buiten willen spelen.
- niet alleen een boodschap durven doen.
- niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan.
- bepaalde kleren niet meer willen dragen.
- thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn.
- zelf blessures scheppen om niet naar school te hoeven.

5. De pester

Pesters lijken vaak de sterkeren in hun groep. Zij lijken populair maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken.

Pesters krijgen vaak andere leerlingen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig want het slachtoffer vraagt er immers zelf om, om gepest te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- een problematische thuissituatie.
- een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken.
- het moeten spelen van een niet-passende rol.
- een voortdurende strijd om de macht in de klas/team.
- een niet-democratisch leefmilieu binnen de school: een docent is mogelijk autoritair t.o.v. een leerling en laat op een onprettige wijze blijken dat hij de baas is. Dergelijke spanningen kunnen op een zondebok worden afgereageerd.
- een gevoel van incompetentie op school (b.v. slechte cijfers van een leerling of een slecht beoordelingsgesprek van een personeelslid)
- een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid)



- is soms zelf pestslachtoffer geweest op een vorige school.

6. De getuigen

In peestsituaties draait het niet alleen om pesters en slachtoffers. Er zijn ook leerlingen die toekijken, aanmoedigen of het pestgedrag veroordelen. De zogenaamde omstanders kunnen in diverse groepen verdeeld worden:

- **Verdedigers**
Zij kiezen de kant van het slachtoffer. Ze treden actief of tegen daders óf ze troosten het slachtoffer nadat het pesten heeft plaatsgevonden. Bij de laatste actie is de kans dat de verdediger zelf gepest wordt kleiner. Deze groep is krachtig en is in staat om pesten te stoppen. Uit onderzoek blijkt dat als omstanders het pesten sterk afkeuren en dat ook aan de pester laat blijken, dat in de helft van de gevallen het pesten binnen tien seconden stopt.
- **Buitenstaanders**
Blijven passief tijdens het pestgedrag. Ze kijken toe of weg, maar grijpen niet in. Door hun gedrag te belonen ze in feite de dader (het is goed wat je doet, we grijpen niet in). Deze leerlingen durven vaak niet in te grijpen omdat ze bang zijn het nieuwe slachtoffer te worden. En soms hebben deze leerlingen gewoonweg geen zin in “gedoe” of “drama”.
- **Meelopers**
Doen actief mee met de pester: ze slaan, schoppen en vernederen het slachtoffer. Vaak gebeurt dit om de eigen status te vergroten. Sommige ambiëren de status die de pester heeft.
- **Aanmoedigers**
Doen niet actief mee met het pesten, maar door hun lichaamstaal, kreten of gelach moedigen ze de pester aan om door te gaan. Sommigen hebben er plezier in om het voorval te filmen met de telefoon en het filmpje op internet te plaatsen. Veel leerlingen hebben de neiging om het pestgedrag goed te praten of te normaliseren.

6.1. Krachtige actie

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.

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige actie vanuit de school. De volgende hoofdstukken beschrijven wat Prinsentuin van Cooth onderneemt om pesten te voorkomen en aan te pakken.

6.2. Preventieve maatregelen

1. Algemeen

Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.



2. Per leerjaar

In elk leerjaar wordt aandacht besteed aan pesten in de mentor les. Hierbij een overzicht van wat per leerjaar ingezet kan worden. Afhankelijk van de verwachtingen van pestgedrag kan een mentor er voor kiezen om één of meer materialen te gebruiken, of zelfs gebruik te maken van materialen uit andere leerjaren.

De materialen zijn te vinden op de i-schijf, in het mapje PvC>Algemeen>PESTEN. De diverse dvd's zijn op te halen bij het ondersteuningsteam.

3. Leerjaar 1

- Whatsapp
- Pestschriftje
- Presentatie .PPT mentoren klas 1
- Diploma Veilig Internet

4. Leerjaar 2

- Film Spijt van Carrie Slee
- Lesbrieftje Digitaal Pesten
- Pesten uit de SOVA-training

5. Leerjaar 3

- Levensvaardigheden, 4G schema rationeel emotieve therapie
- Film Spijt van Carrie Slee
- Werkboekje Sociale Vaardigheden
- Presentatie .PPT leerlingbegeleider bovenbouw

6. Leerjaar 4

- Een combinatie van bovenstaande materialen



De leerlingen ondertekenen aan het eind van deze les(sen) een door hen samen gemaakt pestcontract (zie voorbeeld van een pestcontract). De kern van het contract is respect. Dit contract komt tot stand d.m.v. positief gestelde vragen als “hoe ziet een leuke klas eruit?”, “Hoe wil je zelf behandeld worden?”.

De regels kunnen behalve in een contract ook nog op een groot vel papier geschreven worden en opgehangen worden in het lokaal.

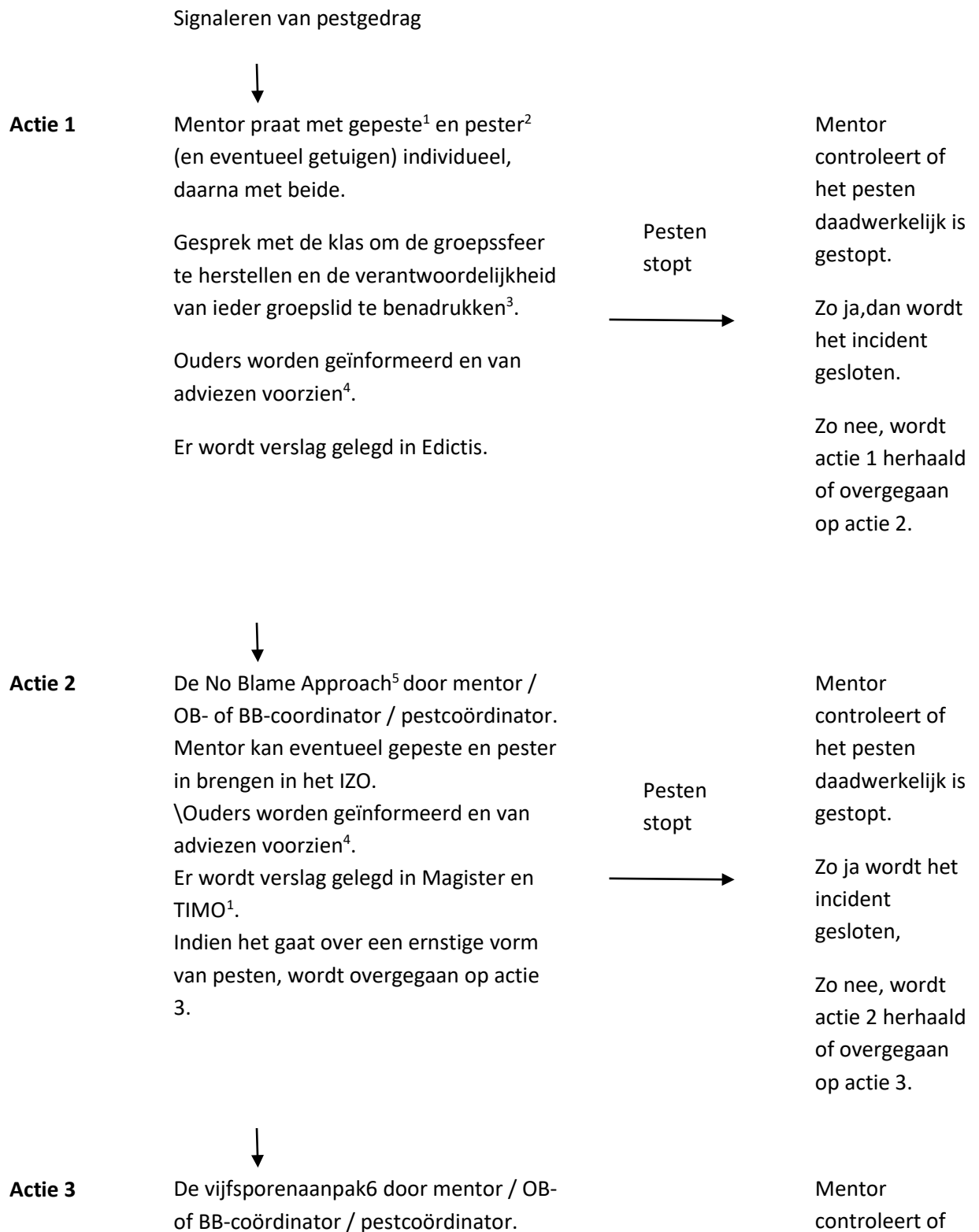
Voorbeeld van een pestcontract

Contract “veilig in school”
<ul style="list-style-type: none">○ Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in de school.○ Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:
<ul style="list-style-type: none">○ We luisteren naar elkaar.○ We laten elkaar uitspreken.○ We blijven van elkaar af.○ We blijven van elkaars spullen af.○ We sluiten niemand buiten.○ We lossen ruzies op door met elkaar te praten.○ Als we vertellen dat iemand gepest wordt, is dat geen klikken.○ Iedereen kan zichzelf zijn.○ Iedereen laat duidelijk blijken dat hij /zij iets niet wilt.○ Als iemand duidelijk maakt dat hij / zij iets niet wilt, stoppen we.
<ul style="list-style-type: none">● We houden ons aan de regels.● Als dat niet helpt, vraag ik een docent of andere volwassene om hulp.



7. Het stappenplan na melding van pesten van een leerling

Stroomdiagram



¹ Incidentenregistratie systeem ROC West Brabant



Mentor kan eventueel gepeste en pester in brengen in het IZO.

Ouders worden geïnformeerd en van adviezen voorzien³.

Er wordt verslag gelegd in Magister en TIMO².

Pesten
stopt



het pesten daadwerkelijk is gestopt.

Zo ja, dan wordt het incident gesloten.

Zo nee, wordt actie 3 herhaald of overgegaan op actie 4.



Actie 4

Wanneer alle inspanningen geen blijvende vruchten afwerpen, wordt de pester geschorst.

Als blijkt dat dat ook niet helpt, kan de pester naar een bovenschoolse voorziening worden gestuurd.

Indien de pester blijft volharden in zijn gedrag rest de school niets anders dan over te gaan tot verwijdering volgens de standaard procedure voor verwijdering.

Zie bijlage 1 (Leidraad voor een gesprek met een gepeste)

Zie bijlage 2 (Leidraad voor een gesprek met een pester)

Eventueel kan hierbij gebruikt gemaakt worden van de materialen uit het hoofdstuk "Preventieve maatregelen"

Zie bijlage 3 (Adviezen aan ouders)

Zie volgende hoofdstuk voor uitleg over de No Blame Approach

Zie volgende hoofdstuk voor uitleg over de Vijfsporenaanpak

² Incidentenregistratiesysteem ROC West Brabant



7.1. Strafmaatregelen

- Indien tijdens het doorlopen van het bovenstaand stroomschema de mentor, onderbouw- c.q. bovenbouw-coördinator of pestcoördinator het noodzakelijk acht, kan hij de pester sanctie opleggen.
- De leerling kan verplicht worden in de eigen tijd (dus niet tijdens schooluren) een boek te lezen of film te bekijken over pesten en hier een samenvatting van te maken.
- Mocht een tweede keer straf nodig zijn houdt de pester een presentatie voor de klas over wat pesten is, vormen van pesten, maar vooral over de effecten van pesten.

7.2. De taak van de pestcoördinator

- Ondersteunt waar nodig de mentoren en coördinatoren tijdens verschillende fasen in het proces.
- Faciliteert individuele begeleiding aan pester en de gepeste leerling.
- Overlegt met het ondersteuningsteam over mogelijke trainingen of inschakelen van vertrouwenspersoon en/of externen.
- Kan een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
- Vraagt regelmatig aandacht voor de problematiek via nieuwsbrief, portal, ouderportal of voorlichtingsavonden aan ouders.
- Is goed benaderbaar voor ouders, indien zij over dit onderwerp van gedachten willen wisselen.

8. Methoden bij het omgaan met pesten

8.1. De No Blame Approach

- De No Blame aanpak is een niet bestraffende, probleemoplossende methode om met peestsituaties om te gaan. Er wordt beroep gedaan op het inlevingsvermogen van de groep en op de persoonlijke verantwoordelijkheid van elke deelnemer.
- No Blame gaat ervan uit dat (dreigen met) straffen niet helpt, maar dat de pester(s) en de gepeste het probleem samen moeten oplossen. Omdat het de verantwoording van volwassenen is om voor veiligheid te zorgen, moeten zij de gesprekken ondersteunen.

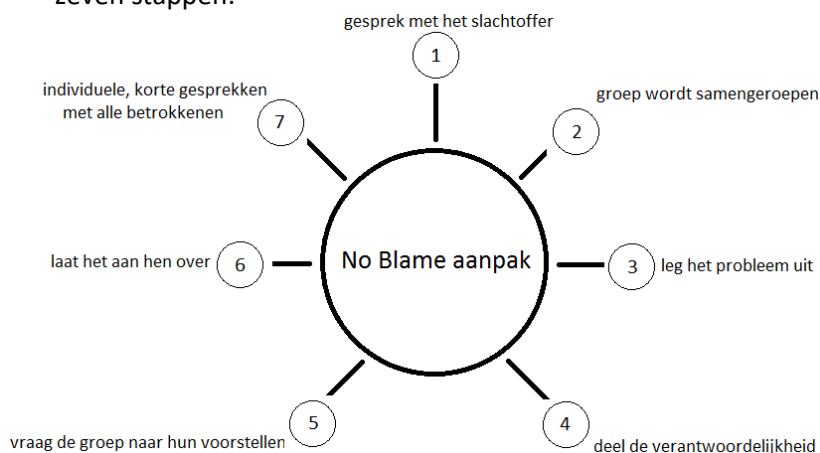
8.2. De No Blame-benadering

- De No Blame aanpak heeft niet tot doel de feiten in vraag te stellen. Evenmin wordt de pester beschuldigd of gestraft. De groep krijgt de verantwoordelijkheid een aantal voorstellen te doen om het negatieve gevoel bij het slachtoffer weg te nemen of te verminderen.
- De basisprincipes zijn:
 - Het pesten moet stoppen
 - Iedereen is verantwoordelijk
 - Niemand wordt gestraft



Zeven stappen

De No Blame-methode werkt volgens een stappenplan. De No Blame-benadering bestaat uit zeven stappen:



8.3. Een gesprek met het slachtoffer.

Het gaat er hierbij om dat de begeleider er achter komt door wie de gepeste leerling wordt belaagd. Wie nemen het voortouw; wie zijn de volgers? Maar vooral ook: wat gebeurt er intern, in het hoofd, van het slachtoffer. Wat is het effect op hem als persoon van wat hem overkomt? Focus je op het gevoel van de leerling. Feitelikheden zijn minder belangrijk. Vraag de leerling als 'huiswerkopdracht' tot uitdrukking te brengen hoe hij zich voelt (opstel, tekening, gedicht) En vraag of je dit product met andere leerlingen mag bespreken. Licht de ouders van de gepeste leerling en van de meest betrokken leerlingen in over je aanpak en vraag of zij erachter kunnen staan. Als dat zo is, kun je de volgende stappen zetten.

8.4. Bijeenkomst met een groep buddies

De begeleider heeft een bijeenkomst met het groepje leerlingen dat tijdens het gesprek met de gepeste leerling gekozen is door de gepeste. Pesters, getuigen als ook leerlingen met een positieve groepsinvloed. Let op: het slachtoffer doet hier NIET aan mee.

8.5. Situatie schetsen en uitleg geven aan de buddy's

Leg het probleem uit. De begeleider vertelt hoe het slachtoffer zich voelt. De begeleider treedt absoluut niet in details, noch verliest hij zich in ja/nee-discussies rond incidenten of beweerde feiten. Er wordt niet beschuldigd, noch worden er daders aangewezen. Leg de situatie op tafel zonder ook maar iemand te beschuldigen. De situatie is dat een klasgenoot zich op dit moment ongelukkig voelt. Vertel dat niemand (op dit moment, naar aanleiding van deze situatie) bang hoeft te zijn voor straf, represailles. Iedere beschuldiging draagt de kiem in zich voor hernieuwd intensiever en ondergronds pesten.

8.6. Verantwoordelijkheid uitdelen

De begeleider zegt dat in een groep ieder medeverantwoordelijkheid is voor hoe anderen zich voelen. En dat iedereen er een bijdrage aan kan leveren hoe anderen zich voelen. Sterker nog; iedereen heeft altijd invloed. Als jij stil, rustig bent en je nooit ergens mee bemoeit, heb



je ook invloed.

8.7. Voorstellen laten formuleren

De begeleider vraagt alle deelnemers om met ideeën te komen die er toe bijdragen dat de leerling die besproken wordt, zich gelukkiger gaat voelen.

Dit kan er toe leiden dat de leerlingen tips hebben voor het slachtoffer. De begeleider complimenteert dit en vraagt of hij deze tips mag overbrengen aan het slachtoffer. Er vindt dus een omkering plaats: de leerlingen geven tips aan het slachtoffer en krijgen te horen 'fijn dat jullie meedenken en dat jullie op deze manier de ander helpen'. Daarna kan de begeleider zeggen: 'fijn dat ik die tips van jullie mag overbrengen. Dat ga ik doen. Maar zijn er ook dingen die jullie kunnen en willen doen om er voor te zorgen dat de ander zich prettiger voelt? De begeleider moedigt aan en geeft positieve feedback, maar waakt er voor de leerlingen beloftes tot gedragsverbetering af te dwingen.

8.8. Een proeftijd van zeven dagen afspreken

Een proeftijd van zeven dagen afspreken waarin de buddy's de kans krijgen om hun voorstellen uit te voeren. Laat het probleem verder aan de groep over.

Geef de leerlingen (en jezelf!) verantwoordelijkheid, rust en invloed. Spreek met hen af dat je later terugkomt op het probleem. Bedank hen voor het feit dat zij meedenken en meehelpen.

8.9. Evaluatie van de leerlingen na één week

Organiseer een evaluatie met gepeste en alle groepsleden apart omtrent de voorgaande zeven dagen. Ingeval de gepeste geen verbetering ervaart, worden de stappen herhaald.

Vraag alle leerlingen die je eerder hebt gesproken, inclusief de gepeste leerling, na een week of twee, hoe de zaken nu lopen. Wat is er verbeterd? Doe hiervan verslag aan de ouders van de gepeste leerling en de meest betrokken ouders.

8.10. Doe de onderstaande dingen in ieder geval niet:

- Labels "plakken": een pester wordt soms slachtoffer en omgekeerd, sommige situaties zijn zo ingewikkeld dat een pester tegelijk slachtoffer is. Bovendien geef je geen alternatief voor het gedrag door iemand als pester of meeloper of slachtoffer te bestempelen. Integendeel, je versterkt de bestaande positie.
- De "waarheid" zoeken: dit is een heel moeilijke "politie-techniek" waar heel specifieke vaardigheden en strategieën bij horen. Vraag maar eens aan twee mensen die hetzelfde hebben meegemaakt om een objectief verslag te geven... In een peestsituatie speelt dan ook nog eens mee dat de pester er meestal alle belang bij heeft om te liegen en het slachtoffer ook (die is bang voor wraak).
- Het slachtoffer willen veranderen. Preventief werken aan assertiviteit (ik ben OK, jij bent OK) is altijd voor alle jongeren zinvol. Een slachtoffer heeft echter meestal geen boodschap aan allerlei pogingen om hem/haar te veranderen. Ten tweede geef je daarmee de boodschap dat het slachtoffer verantwoordelijk is en dat is in peestsituaties nooit het geval.



- Wat kan dan wel? Nadat het pesten gestopt is, kan je een slachtoffer indien nodig trainen in socio-emotionele vaardigheden (pesters, getuigen en de klas kunnen eveneens extra begeleiding krijgen in sociale vaardigheden).
- Straffen: straf nooit omdat er gepest wordt, het is een gevaarlijke ingreep die het slachtoffer meestal nog meer in gevaar brengt.

9. De Vijfsporenaanpak

Wat houdt het in?

De No Blame Approach heeft altijd de voorkeur. Is er echter sprake van ernstig pesten (langdurig, met fysiek geweld, vernielen van spullen, enzovoort) dan is de Vijfsporenaanpak wenselijker.

De Vijfsporenaanpak is een manier om in scholen en andere instellingen waar leerlingen samenkomen het pesten aan te pakken. Deze aanpak richt zich op alle betrokkenen: de gepeste leerling, de pesters, de ouders, de klas- of groepsleden en de school.

9.1. De vijf sporen

1. *Spoor 1: De gepeste leerling steunen*

Dat wil zeggen:

- luisteren naar wat er gebeurd is
- het probleem van de leerling serieus nemen
- met de leerling overleggen over mogelijke oplossingen
- samen met de leerling werken aan die oplossingen
- houden van een groepsgesprek
- aanraden van trainingen
- eventueel het ondersteuningsteam inschakelen
- zorgen voor vervolggesprekken.

2. *Spoor 2: De pester steunen*

Dat wil zeggen:

- de oorzaak van het pesten proberen te achterhalen (zoals bv een pestverleden)
- met de leerling bespreken wat pesten voor een ander betekent
- het verplichtend karakter van het reglement bespreken
- afspraken maken over gedragsverandering
- de leerling helpen zijn relaties met andere leerlingen te verbeteren
- zorgen dat de leerling zich veilig voelt en uitleggen wat jij als pedagogisch medewerker (of leerkracht) daaraan gaat doen
- grenzen stellen en die consequent handhaven
- de leerling helpen zich aan regels en afspraken te houden
- zorgen voor vervolggesprekken
- Aan het eind van elke week wordt aan het slachtoffer gevraagd of hij/zij zich deze week veilig gevoeld heeft, bij een negatief antwoord wordt de pester gevraagd wat hij/zij heeft nagelaten en wat de concrete maatregelen zijn om het antwoord de week erop positief te laten zijn. (nadeel: de pester kan de gepeste onder druk zetten om de docent te vertellen dat hij zich veilig gevoeld heeft)
- Wanneer dit alles geen effect heeft eventueel strafmaatregelen opleggen (zie blz. 11) en een gesprek met de ouders van de pester aangaan.



3. *Spoor 3: De ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester steunen*

Dat wil zeggen:

- ouders die zich zorgen maken serieus nemen
- ouders informeren over peestsituaties, over pesten en over manieren om pesten aan te pakken en te voorkomen
- met ouders overleggen over manieren om peestsituaties aan te pakken
- zo nodig ouders doorverwijzen naar deskundige hulp.
- de ouders overtuigen dat zij hun kind kunnen aanmoedigen niet mee te pesten maar stelling te nemen. Daarbij kunnen zij een luisterend oor bieden en hun kind aanmoedigen thuis te praten, of deze nu pester of gepeste is of bij de zwijgende middengroep hoort (zie ook bijlage 3).

4. *Spoor 4: De andere leerlingen betrekken bij de oplossing van het pesten*

Dat wil zeggen:

- met de leerlingen in de groep praten over het pesten en hun eigen rol daarin. In een gesprek met hen vragen stellen en eventueel een andere klas als 'goed voorbeeld' stellen. Op deze manier krijg je de gevoelens van de gepeste in beeld, het aantal pesters, mogelijke oorzaken en de te onderscheiden partijen. Het kan helpen afspraken te maken over het (geen) partij kiezen voor de pester en de gepeste.
- met de andere leerlingen overleggen over mogelijke manieren van aanpak en
- oplossing en hun rol daarin
- samen met de leerlingen werken aan oplossingen waaraan ze zelf actief bijdragen.

5. *Spoor 5: Als school de verantwoordelijkheid nemen*

Dat wil zeggen:

- de school neemt nadrukkelijk stelling tegen pesten en ontwikkelt een duidelijk beleid
- de school zorgt dat alle medewerkers voldoende bekend zijn met pesten in het algemeen en in staat zijn het pesten in de eigen groep te herkennen en aan te pakken
- wanneer de mentor hier behoefte aan heeft, kan hij zich wenden tot de onderbouw- c.q. bovenbouwcoördinator, pestcoördinator en/of het ondersteuningsteam. Het is belangrijk dat de mentoren gedurende het hele proces ondersteuning kunnen krijgen. Zij bekijken dan samen het stappenplan om te bepalen welke acties worden ingezet.



10. Digitaal pesten ofwel cyberpesten

Digitaal pesten (ook wel cyberpesten genoemd) is een variant van het 'gewone' (directe) pesten). We hebben nu te maken met een 'wifi-generatie'. Sinds de komst van draadloos internet (wifi) zijn de mogelijkheden om digitaal te pesten enorm toegenomen.

Met een smartphone kan iedereen 24 uur per dag online zijn. Zonder toezicht van een volwassene. Hierdoor hebben leerlingen volop mogelijkheden tot digitaal pesten.

Voor jongeren is dat bijna een levensbehoefte want sociale relaties spelen zich voor een belangrijk deel af op internet. Je moet eigenlijk voortdurend alert zijn op ontwikkelingen in relaties en gebeurtenissen die gaande zijn. De sociale druk is groot: het is gebruikelijk om binnen een paar minuten te reageren op berichten.

(Bron: Groepsplan in het VO door Kees van Overveld, 2014).

Cyberpesten kan nog veel heviger zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is.

Vormen van pesten of misbruik via het internet en via mobiele telefoon

- Iemand buiten sluiten: iemand wordt publiekelijk onder de neus gewreven dat hij niet tot een groepje behoort (kan zelf zonder naam en toenaam te noemen).
- Iemand belachelijk maken, roddelen, beledigen
- Schelden

Stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van haat-mail of het dreigen met geweld in chatrooms.

- Ongewenst contact met vreemden
- Ongevraagd publiceren van foto's of filmpjes
- 'Trolling' = iemand bewust provoceren of choqueren om reactie uit te lokken. Dit alles gebeurt meestal uit verveling of amusement.
- Nepaccount aanmaken; profiel op sociale website gebruiken met gegevens (en foto) van een ander persoon.

Diefstal; credits van een online game stelen door een account te hacken.

Cyberbaiting: Hierbij is de docent slachtoffer van pestgedrag; leerlingen lokken negatief gedrag uit met negatief gedrag met de bedoeling dit te kunnen vastleggen op film.

Bedreiging



Sexting = het versturen van seksueel getinte berichten, foto's en video's. Sommige foto's zijn grappig bedoeld, soms betreft het pikante "selfies".

Jongeren blijken niet altijd het probleem te zien. Ze vinden dat volwassenen de beelden te serieus nemen. Ze versturen de beelden dan ook vaak impulsief en zonder censuur. Jongeren vinden het grappig, maar er zitten grote risico's aan (ze zijn dan schuldig aan een strafbaar feit nl. het maken/verspreiden van kinderporno).

Webcamseks; beelden worden opgenomen en gebruikt voor chantage.

Grooming = het benaderen van een jongere door een volwassene (is eigenlijk geen digitaal pesten, maar past wel in dit rijtje). De volwassene (ook wel "digitale kinderlokker" genoemd) doet zich meestal jonger voor dan hij is en voert seksueel getinte gesprekken en hij pleegt seksueel misbruik. Grooming is opgenomen in het Wetboek van Strafrecht.

10.1. Preventieve maatregelen

Leerlingen bewust maken van de gevaren op internet, de effecten van digitaal pesten en de strafbare feiten d.m.v. de volgende tips:

Wat kun je doen om digitaal pesten en misbruik te voorkomen?

- Verwijs naar de links in bijlage 4.
- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt.
- Gebruik een apart Hotmail adres om jezelf te registreren op websites. Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam als chat.
- Zorg dat jij je wachtwoorden niet doorgeeft aan anderen of te makkelijk te raden zijn. Als anderen wel binnen zijn gekomen, 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.
- Bel of mail niet zomaar 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 haat mail
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. 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.



-
- 10.2. 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 smsjes op de mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.
 - **Bewaar de bewijzen.** Maak een print, screenshot 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, de onderbouw- of bovenbouwcoördinator of de pestcoördinator toe op school. Deze zal je verder helpen om het pestgedrag te stoppen.
 - Bij stalken kun je aangifte doen bij de politie. Het is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen: www.pestenslaf.nl www.schoolveiligheid.nl
-
- Afspreken van internetgedrag en samen met de leerlingen regels maken (zie pestcontract).
 - Pesten bespreekbaar maken in de klas en leerlingen elkaar daarop laten aanspreken.
 - Ouders informeren door een ouderavond. Ouders zijn in het algemeen niet goed op de hoogte van wat hun kind op internet doet. Alleen door met de ouders samen te werken is digitaal pesten aan te pakken.
 - Laat leerlingen het Diploma Veilig Internet behalen, zie de website www.iksurfveilig.nl
- 10.3. Het stappenplan na een melding van digitaal pesten.**
- In principe worden dezelfde stappen genomen zoals beschreven in “*Het stappenplan na melding van pesten*”.
 - Specifieke, aanvullende stappen, die door de mentor, OB- c.q. BB coördinator of pestcoördinator genomen kunnen worden, staan hieronder beschreven.
 - Bewaar de berichten. Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren door deze bijvoorbeeld af te drukken, te selecteren en te kopiëren en MSN-gesprekken op te slaan.
 - Blokkeren van de afzender. Leg de leerling/personneelslid zo nodig uit hoe hij/zij de pestmail kan blokkeren.
 - Probeer de dader op te sporen. Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer het bericht is verzonden. Neem contact op met de pestcoördinator, die de opdracht kan neerleggen bij ROC-IT. Het is mogelijk om van het IP adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden.



- Neem contact op met de ouders van gepeste leerling. Geef de ouders voorlichting welke eventuele maatregelen zij thuis kunnen nemen.
- Verwijs de ouders zo nodig door. Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:
 - 0800-5010: de onderwijstelefoon
 - 0900-111 3 111 3: de Vertrouwensinspectie
- Adviseer aangifte. In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kan er aangifte bij de politie worden gedaan. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl, tel: 0900-0101)
- Bij klachten over het juist volgen van de procedure verwijzen wij naar de klachtenregeling van ROC West Brabant. Deze is opgenomen in de schoolgids



Leidraad voor een gesprek met de gepeste

Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem
- Door wie wordt je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak wordt je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Weten andere personen (ouders) dat je gepest wordt?
- Wat heb je tot nu toe zelf gedaan om het pesten proberen te voorkomen?
- Zijn er anderen (leerlingen/personeelsleden) die jou wel eens proberen te helpen?
- Wat wil je dat er nu gebeurd; wat wil je bereiken?

Aanpak

- Bespreek samen met de gepeste wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de gepeste aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:
 - Hoe communiceert de gepeste met anderen?
 - Welke lichaamstaal speelt een rol?
 - Hoe gaat de gepeste om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
 - Heeft de gepeste genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?
- Gepesten 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 want niemand kan een ander zo behandelen zonder diens toestemming.



Bijlage 2

Leidraad voor een gesprek met een pester

Het doel van dit gesprek is driedelig:

- De pester confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan.
- Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen.
- Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt.

Confronteren

- Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde.
- Confronteren is:
 - *probleemgericht en richt zich op gedrag wat waar te nemen is. Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht, bijvoorbeeld: je hebt cola in de tas van Piet laten lopen. Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent! Zodra we gaan interpreteren reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met kritiseren.
 - *relatiegericht. Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt maar met behoud van de relatie, bijvoorbeeld. Ik vind dat je heel erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt. **Zeg nooit: Je bent heel gemeen.** Je wilt duidelijk verder met de pester. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.
 - *specifiek blijven. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
 - *veranderingsgericht. Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

Achterliggende oorzaken

- Nadat het probleem benoemt is, richt jij je op het waarom? Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Etc.
- Maak duidelijk dat er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. Wat ga je daaraan doen?
- Biedt zo nodig hulp aan.

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie richtlijnen pesten).



Bijlage 3

Adviezen aan ouders

Ouders van gepeste leerlingen

- Blijf in gesprek met uw kind.
- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, probeert u dan contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de mentor bespreken.
- Door positieve stimulering en zgn. schouderklopjes en succeservaringen kan het zelfrespect van een gepest kind vergroot worden of weer terug komen. Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt.

Ouders van pester

- Neem het probleem van uw kind serieus
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van de school staat.

Alle andere ouders

- Neem ouders van de gepeste leerling serieus.
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere leerlingen 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 4

Links bij cyberpesten

- Algemene zoekpagina's
- <http://pesten.startkabel.nl>
- <http://pesten.startpagina.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.meldknop.nl
- Site van diverse instanties die je helpen in het geval er iets vervelends is gebeurd op internet.
- www.stopdigitaalpesten.nl
- Campagne van SIRE (Stichting Ideële Reclame)
- www.digibewust.nl
- Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken, over het veilig gebruik van internet.
- www.ppsi.nl
- PPSI is het expertisecentrum van het APS op het gebied van het voorkomen en bestrijden van seksuele intimidatie en seksueel misbruik in het onderwijs. Je kunt er ook terecht voor informatie over: pesten, agressie, geweld, discriminatie en racisme.
- www.schoolveiligheid.nl
- Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.
- www.veilig.kennisnet.nl
- Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en
- ICT-coördinatoren.



Opmerkingen en advies ouderraad.

- De oudercommissie heeft op 4 december 2017 een positief advies uitgesproken t.a.v. het pestprotocol van Prinsentuin van Cooth.
- In de vergadering is vastgesteld dat de elementen waaruit het pestprotocol is opgezet goed zijn;
- er dient een stroomschema worden opgesteld.
- jaarlijks raadplegen ouder commissie en leerlingenraad
- pestprotocol is onderdeel van de mentor les
- implementatietraject uitzetten en registratie in TIMO verankeren.
- Publicatie op website
- meldpunt inrichten. Er is sprake van verborgen pesten.

Melden bij coördinator Mevr. A. Hilhorst

- pesten bespreken in de gehele klas
 - driehoek thuis- leerling- school borgen
 - waarde toekennen aan preventie
 - activiteiten over waarden en normen voor elk leerjaar organiseren.
 - tijdens de introductieavond aan de orde stellen
 - Verwijzen naar de klachten regeling indien er niet adequaat gehandeld wordt.
.1.
- Concluderend besluit de ouderraad positief te adviseren over het pestprotocol.
Dit zal aan Peter Luyten worden toegezonden.
(Concept advies opstellen de secretaris Dhr. Veltom)

