

# Protocol Anti-Pesten



2015 – 2016

## *Inleiding*

### Het belang van dit pestprotocol

Leerlingen moeten zich thuis kunnen voelen op een school. Wij streven dan ook naar een prettige en open sfeer waarin de leerlingen elkaar maar ook de docenten, het onderwijsondersteunend personeel en de directie respecteren. Leerlingen moeten zich veilig voelen en weten op de school. Om dit te bereiken, moeten leerlingen met elkaar om leren gaan. Het kan voorkomen dat een leerling gepest wordt. De docenten moeten zich dan realiseren dat er een ernstig probleem is. Als pesten gedoogd wordt, wordt de veiligheid en de cultuur van een school ernstig aangetast. Dit wordt dan ook niet geaccepteerd. Met behulp van dit pestprotocol wordt pestgedrag aangepakt maar ook voorkomen. In dit pestprotocol is vastgelegd hoe dit wordt gerealiseerd. Als in dit protocol wordt gesproken over pesten of pestgedrag, dan wordt daarmee ook bedoeld digitaal pesten, seksuele intimidatie en discriminatie.

### De uitgangspunten van de school t.a.v. pesten

Pesten wordt op de school als een ernstig probleem gezien. De school zal zich zoveel mogelijk inspannen om pesten te voorkomen en actie ondernemen als er toch gepest wordt zodat het pesten stopt. Pesten is onacceptabel. Ook ouders en de leerlingen moeten pesten als een probleem zien en in samenwerking met de school pesten voorkomen en tegengaan. De school maakt dit bespreekbaar. Leerlingen moeten weten dat zij hulp kunnen krijgen van de volwassenen binnen de school als zij gepest worden.

## 1. Pesten

### Wat is pesten?

Pesten is langere tijd met woorden of met je lijf, geweld gebruiken tegen een persoon. Iemand wordt getreiterd, of is het mikpunt van pesterijen, als hij of zij herhaaldelijk en langdurig blootstaat aan negatieve handelingen verricht door één of meerdere personen.

Bij pesten is de ene leerling sterker en de andere leerling zwakker. Het is steeds de zelfde leerling die wint en de zelfde leerling die verliest. Vaak gebeurt pesten niet één keer, maar is de gepeste leerling steeds weer de klos. De sterkere leerling, de pester, heeft een grotere mond en anderen kijken tegen hem of haar op. De pestkop heeft geen positieve bedoelingen; wil pijn doen, vernielen of kwetsen. Vaak is sprake van een groep van pesters tegen een enkele leerling. De gepeste leerling kan zich eenzaam of verdrietig voelen, of onzeker en bang zijn.

Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend.

Een schoolklimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen gepeste leerling worden. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen.

Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er greep op te krijgen.

### Verschil tussen plagen en pesten

Plagen mag wel, pesten niet. Maar wanneer is het nog plagen en wanneer wordt het pesten? Bij plagen is er sprake van incidenten en van een gelijke machtsverhouding. Er is geen winnaar of verliezer. Het gepeste leerling mag zichzelf verdedigen en loopt geen (blijvende) lichamelijke en/of geestelijke schade op. Bij pesten daarentegen is sprake van een zekere systematiek en van een ongelijke machtsverhouding; is de pester de 'winnaar' en de gepeste leerling de 'verliezer'. De gepeste leerling mag/kan niet (meer) voor zichzelf opkomen.

### Hoe wordt er gepest?

Pesten kan op veel manieren, bijvoorbeeld:

- Met woorden: vernederen, belachelijk maken, uitschelden, bedreigen, met bijnamen aanspreken enz.
- Schriftelijk/per telefoon: gemene briefjes,
- Lichamelijk: trekken aan kleding, duwen en sjoeren, schoppen en slaan, krabben, aan haren trekken of zelfs wapens gebruiken
- Achtervolgen: opjagen en achterna lopen, in de val laten lopen, klem zetten of rijden
- Uitsluiting: doodzwijgen en negeren, uitsluiten van feestjes, uitsluiten bij groepsopdrachten
- Stelen en vernielen: afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen; kliederen op boeken; banden lek prikken, fiets beschadigen
- Afpersing: dwingen om geld of spullen af te geven; het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.

### Wat is digitaal pesten (cyberpesten)?

Kinderen maken erg veel gebruik van internet en hebben meestal een mobiele telefoon. Een groot deel van hun leven speelt zich online af. Dit betekent dat naast 'gewoon' pesten ook digitaal pesten of cyberpesten kan voorkomen. Dit is het pesten of misbruiken via internet en mobiele telefoon. Cyberpesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de pestende leerlings gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel

groter is. Tegelijkertijd komen kinderen op steeds jongere leeftijd er mee in aanraking. Ouders en docenten kunnen moeilijker ingrijpen omdat digitaal pesten lastig traceerbaar is.

### Hoe wordt er digitaal gepest?

Ook digitaal pesten kan op veel manieren:

- Pest-mail (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen), gemene mailtjes waarin leerlingen worden getreiterd of geïntimideerd
- Ongewenste sms-jes sturen
- Stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van hate-mail of het dreigen met geweld in chatrooms.
- Het tegenkomen van ongewenst materiaal zoals: porno en kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- Ongewenst contact met vreemden
- Webcam-seks: beelden die ontvangen worden, kunnen worden opgeslagen en, eventueel later, worden misbruikt
- Hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook kan uit naam van een ander pest-mail worden verstuurd.

### Effecten van digitaal pesten

De effecten van digitaal pesten kunnen erger zijn dan bij traditioneel pesten. Opnames die via de webcam worden gemaakt, worden vastgelegd door een ander. Deze opnames verdwijnen nooit meer. Over de hele wereld kan een foto op een site staan. Foto's die eenmaal op internet staan zijn soms niet meer te verwijderen.

### Oorzaken van pestgedrag

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben, bijvoorbeeld:

- 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
- Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school; een docent is autoritair 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 (slechte cijfers of een laag niveau)
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid).

### Rollen bij pesten

#### **De pester**

De pester is vaak de sterkere in zijn groep. Hij is of lijkt populair maar is dat uiteindelijk niet. Hij dwingt zijn populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag en denkt door te pesten dat iedereen hem grappig vindt. Van binnen is een pester vaak onzeker en probeert zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken. Doorgaans voelt een pester zich niet schuldig want het gepeste leerling vraagt er immers om gepest te worden.

#### **De gepeste leerling**

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dit kan meerdere redenen hebben:

- Uiterlijk, gedrag, gevoelens (o.a. over sexuele geaardheid) en sociale uitingsvormen kunnen daarmee te maken hebben. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een gepeste leerling te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.
- Zij doen vaak andere dingen of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten: ze bespelen een ander instrument, doen een andere sport, zijn heel goed in bepaalde vakken of juist niet of ze praten ABN

Een kind dat wordt gepest, praat er thuis niet altijd over. Redenen hiervoor kunnen zijn: Schaamte; angst dat de ouders met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt; het probleem lijkt onoplosbaar; het idee dat het niet mag klikken.

Een gepest kind voelt zich vaak verdrietig en eenzaam. Hij durft vaak niets terug te doen of te vertellen dat hij gepest wordt omdat hij bang is dan nog meer gepest te worden.

### **De meelopers / meepesters**

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de gepeste leerlingrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken dat zij er dan bij horen. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen.

De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het gepeste leerling of hulp inschakelen.

### **Andere leerlingen**

#### *De Helper*

Neemt het op voor de gepeste. Hij vindt het niet goed dat er gepest wordt en is niet bang voor de pester. Hij helpt graag en is daarom vaak populair.

#### *De Stiekemer*

Hij vindt het goed dat er gepest wordt maar bemoeit zich er niet mee. Hij is bang om zelf gepest te worden. Hij roept anderen erbij om het pesten te steunen.

#### *De Buitenstaander*

Hij denkt dat er in de klas niet gepest wordt en het kan hem ook niets schelen. Zolang hij er zelf maar geen last van heeft.

#### *De Stille*

Hij bemoeit zich er niet mee als er gepest wordt. Hij vindt het pesten wel gemeen maar durft niets te doen of te zeggen en is bang zelf gepest te worden.

### **Ouders**

De ouders hebben in de opvoeding invloed op het pesten. Zij kunnen signalen van pesten herkennen. De ouders kunnen hun kind actief bijstaan als hun kind gepest wordt of als hun kind zelf een pester is, zie verder in dit protocol.

### **Mentor**

Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas en de school. 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. Hij is het aanspreekpunt voor leerlingen die willen melden dat er gepest wordt. Daarnaast wordt hij ook door andere docenten ingeschakeld als er mogelijk gepest wordt. De mentor heeft verder een actieve, signalerende taak ten aanzien van pesten. Hij onderneemt actie bij pesten. Hij is de contactpersoon voor de ouders.

### **Andere docenten**

De docenten hebben in het lesgeven invloed op het pesten. Zij hebben een signalerende taak ten aanzien van pesten. Als een docent pestgedrag constateert of vermoedt, moet hij de mentor(en) van de betrokken leerlingen op de hoogte stellen.

### **Teamleider**

De teamleider neemt de rol van de mentor over wanneer het pesten het klassenverband overstijgt en wanneer het pesten zich herhaalt.

### **Zorgcoördinator**

De mentor kan hulp invoeren van de zorgcoördinator. Deze onderhoudt de contacten met het schoolmaatschappelijk werk en de psycholoog. Hij zorgt ervoor dat trainingen gegeven worden. Hij verwijst leerlingen, indien nodig, door naar andere instanties.

### **Mogelijke signalen van een peestsituatie**

Omdat leerlingen in veel gevallen niet vertellen dat ze worden gepest kan uit indirecte signalen worden afgeleid of leerlingen worden gepest. Deze signalen kunnen zijn:

- Niet meer naar school willen
- Niet meer over school vertellen thuis
- Nooit meer andere kinderen 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 (ook op ongewone plaatsen)
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, nachtmerries hebben
- De verjaardag niet willen vieren
- Niet buiten willen spelen of optrekken met andere leerlingen
- 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
- Altijd als laatste worden gekozen uit een groep
- Dicht bij de docent proberen te blijven
- Angstig en onzeker zijn
- Er bang, neerslachtig en huilerig uit zien
- Overdreven clownesk gedrag vertonen
- Afkoopgedrag vertonen: geld/snoep geven of het maken van huiswerk voor anderen

Andere leerlingen kunnen ook signalen geven dat een leerling gepest wordt. Ze vertellen bijvoorbeeld dat een leerling huilt, niet mee mag doen of altijd alleen staat in de pauze

## 2. Aanpak pesten

De school kiest voor een preventieve aanpak van pesten. Als pesten toch voorkomt, wordt dit actief en volgens een hierin opgenomen stappenplan aangepakt.

### Preventieve aanpak

#### **Schoolreglement/schoolregels**

De school reikt aan het begin van de plaatsing van een leerling het schoolreglement uit, waarin alle regels en afspraken staan die gelden binnen de school. Ook het pestprotocol wordt uitgereikt. Zo is iedere leerling op de hoogte hoe de school denkt over pesten binnen de school en wat de maatregelen hierop zijn.

#### **Lessen/ groepsgesprekken**

In de leerjaren 1 t/m 3 wordt aandacht besteed aan de schoolregels en aan pesten in één of meerdere studielessen. De leerlingen ondertekenen aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken ten aanzien van pesten (het pestcontract).

Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij worden de verschillende rollen benoemd.

#### **Methode voor sociaal-emotionele ontwikkeling**

Kinderen brengen veel tijd door op een school. De school staat hen daarom bij in hun sociaal-emotionele ontwikkeling. Onze school gebruikt daar de methode voor.

#### **Anti-pest methode (m.i.v. 2015 verplicht)**

De school maakt gebruik van de volgende anti-pest methode:

#### **Enquêtes**

De school houdt jaarlijks enquêtes onder de leerlingen op het gebied van de beleving van veiligheid. Een voorbeeld is opgenomen in bijlage 10.

#### **Voorbeeldgedrag**

Voorbeeldgedrag van de docenten en andere medewerkers in de les en in de school is belangrijk. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar acceptatie en verschillen worden aangemoedigd, waar ruzies worden uitgesproken, waar leerlingen gerespecteerd worden in hun eigenheid en waar pestgedrag niet wordt geaccepteerd.

### Vijfsporenbeleid

De aanpak van pesten heeft alleen kans van slagen als er aan alle betrokken partijen hulp wordt geboden. We volgen daarbij het vijfsporenbeleid. Dit bestaat uit (tekst Pestweb):

#### **Steun bieden aan het kind dat gepest wordt:**

Naar het kind luisteren en zijn probleem serieus nemen.

Met het kind overleggen over mogelijke oplossingen.

Samen met het kind werken aan oplossingen.

Zonodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining om weerbaar te worden.

Zorgen voor follow-up gesprekken.

#### **Steun bieden aan het kind dat zelf pest:**

Met het kind bespreken wat pesten voor een ander betekent.

Het kind helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.  
Het kind helpen om zich aan regels en afspraken te houden.  
Zorgen dat het kind zich veilig voelt; uitleggen wat jij als leerkracht gaat doen om het pesten te stoppen.  
Stel grenzen en verbind daar consequenties aan.  
Zorgen voor follow-up gesprekken.

#### **De ouders van het gepeste en van het pestende kind steunen:**

Ouders die zich zorgen maken over pesten serieus nemen.  
Ouders op de hoogte houden van peestsituaties.  
Informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt.  
In samenwerking tussen school en ouders het pestprobleem aanpakken. Zowel op school als vanuit de thuissituatie.  
Zonodig ouders doorverwijzen naar deskundige ondersteuning.

#### **De middengroep (de rest van de klas) betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem:**

Met de kinderen praten over pesten en over hun eigen rol daarbij.  
Met de kinderen overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.  
Samen met de kinderen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.

#### **De algemene verantwoordelijkheid van de school**

De school zorgt dat de directie, de mentoren en de docenten voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten in de eigen groep en de eigen school.  
De school neemt stelling tegen het pesten.  
De school brengt huidige situatie rond pestbeleid in kaart (bijvoorbeeld via de quick scan pestbeleid).  
De school werkt aan een goed beleid rond pesten en veiligheid van leerlingen waar de hele school bij betrokken is.

#### **Wat kunnen ouders doen bij pesten?**

##### **Wat kunnen ouders van een gepest kind doen?**

- Neem uw kind serieus en zeg dat jullie samen met anderen gaan proberen het pesten te stoppen.
- Praat erover met uw kind of vraag uw kind om op te schrijven wat het heeft meegemaakt.
- Benader de mentor van de pestende leerling(en) om het probleem te bespreken en zo nodig in te grijpen of er in ieder geval iets mee te doen.
- Pesten is een gewoonte geworden, die maar moeilijk af te leren is. Waarschuw uw kind dat het pesten niet meteen ophoudt, als er beter op wordt gelet.
- Samen praten over pesten kan ook door een boek te lezen over het onderwerp.
- Geef uw kind voldoende aandacht en toon waardering voor de (kleine) dingen die goed gaan.
- Leer uw kind om op te komen voor zichzelf en anderen.
- Help uw kind zijn zelfstandigheid en weerbaarheid te vergroten.
- Soms heeft uw kind extra hulp nodig van deskundigen. Uw kind kan baat hebben bij een weerbaarheidstraining of sociale vaardigheidstraining
- Informeer regelmatig hoe het nu gaat. Houd het onderwerp bespreekbaar.

##### **Wat kunnen ouders van een pestend kind doen?**

- Praat over het pestgedrag met uw kind
- Sta open voor zijn kant van het verhaal
- Probeer achter de redenen van het pestgedrag te komen
- Maak afspraken met uw kind om verder pestgedrag te voorkomen



- Overleg met de mentor over de aanpak van het pestgedrag
- Vraag uw kind regelmatig naar de gang van zaken op de school

### Wat doet de school bij pesten?

1. *Iedere leerling of medewerker die ziet of hoort dat er (mogelijk) gepest wordt, meldt dit bij de mentor. Ook een leerling die zelf gepest wordt, kan dit melden bij de mentor.*

2. *De mentor heeft een oriënterend gesprek als niet zeker is dat er gepest wordt met de mogelijk gepeste leerling*

Als enkel een vermoeden bestaat dat een leerling gepest wordt, gaat de mentor een oriënterend gesprek aan met de mogelijk gepeste leerling. In dit gesprek moet duidelijk worden of het pesten daadwerkelijk plaatsvindt.

3. *De mentor heeft een gesprek met de pestende leerling als deze bekend is*

Dit gesprek heeft de volgende doelen:

- a. hem confronteren met zijn gedrag
- b. mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
- c. helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten
- d. het actief aanbieden van hulp, bijvoorbeeld door de zorgcoördinator

4. *De mentor heeft een gesprek met de gepeste leerling*

Het is belangrijk dat de leerling ziet, dat hij serieus genomen wordt. De leerling kan zijn verhaal vertellen. Mogelijke oplossingen worden besproken.

In dit gesprek wordt gekeken of de leerling sociaal gedrag vertoont waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pestende leerlingen. De mentor geeft hem adviezen m.b.t. zijn gedrag naar anderen.

Als de mentor oordeelt dat dit nodig is, biedt hij hem een sociale vaardigheidstraining aan.

De mentor kan de leerling hulp aanbieden, dit kan bijvoorbeeld hulp zijn van het schoolmaatschappelijk werk of de zorgcoördinator.

5. *De mentor heeft een gesprek met de ouders.*

De mentor informeert de ouders en verzoekt hen met hun kind te praten. Hij stelt hen op de hoogte van de mogelijkheden t.a.v. het vervolgtraject en bespreekt met hen de mogelijkheden tot hulp.

6. *De mentor, de gepeste leerling en de pestende leerling hebben een gesprek*

In dit gesprek probeert de mentor tot goede afspraken te komen.

(Een leidraad voor de diverse gesprekken is te vinden in de bijlagen)

7. *De mentor legt eventueel een sanctie op.*

8. *De mentor heeft een gesprek in klassenverband wanneer het pesten in klassenverband plaatsvindt of wanneer niet duidelijk is wie er pest en wel het vermoeden bestaat dat dit iemand uit de klas is*

De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie. Hij probeert in het gesprek de groeps sfeer te herstellen en benadrukt welke verantwoordelijkheid ieder groeps lid heeft. Als de mentor oordeelt dat training nodig is, biedt hij dit aan.

9. *De mentor informeert andere docenten indien het pesten in klassenverband plaatsvindt*

Andere docenten zijn in hun les aan de betreffende klas meer alert op pestgedrag. Zij koppelen geconstateerd pestgedrag terug aan de mentor.

*10. De mentor heeft opnieuw een gesprek met de klas.*

De mentor bespreekt op een later moment met de klas nogmaals de situatie rond het pesten. Hij bespreekt met de leerlingen of de groeps sfeer hersteld is. Indien nodig, komt hij hier later nogmaals op terug.

*11. De mentor controleert of afspraken worden nagekomen*

De mentor observeert gedurende een periode de gepeste en de (voorheen) pestende leerling(en) om een indruk te krijgen of de gemaakte afspraken resultaten boeken. Binnen enkele weken vraagt hij hen of de afspraken worden nageleefd. Hij vraagt ook de ouders of zij van mening zijn dat de situatie is verbeterd.

*12. De mentor draagt bij herhaling van pestgedrag het dossier over aan de teamleider*

Indien de pestende leerling ondanks de gesprekken en afspraken opnieuw overgaat tot pesten, meldt de mentor het gedrag aan de teamleider. Hij overhandigt de teamleider het dossier (kan digitaal) met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.

*13. De teamleider heeft een gesprek met de pestende leerling*

De teamleider bespreekt de situatie met de pestende leerling en verplicht hem een individueel programma te volgen. Dit vindt plaats in de eigen tijd en dus niet tijdens schooltijd. Het doel van dit programma is reflectie en het gevoelig maken van de pestende leerling voor wat hij aanricht bij de gepeste leerling. Het gaat in principe om ontmoetingen en huiswerk.

*14. De teamleider heeft een gesprek met de ouders*

De teamleider informeert de ouders van de pestende leerling en van de gepeste leerling over de herhaling van het pestgedrag en over de verplichting die is opgelegd aan de pestende leerling.

*15. De teamleider informeert de directeur bij uitblijven van verbetering van het gedrag*

Wanneer ook het verplichte pestproject geen blijvende vruchten afwerpt, adviseert de teamleider de directeur de leerling als strafmaatregel te schorsen. De directeur schorst de leerling volgens de schoolregels voor een dag. Als hij daarna opnieuw pest, wordt hij geschorst voor twee dagen. De pestende leerling en zijn ouders krijgen schriftelijk bericht van de directeur dat de leerling verwijderd wordt als hij ook na deze maatregel doorgaat met pesten.

### Inzet sociaal-emotioneel leerlingvolgsysteem bij de aanpak van pesten

Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in Magister, in het dossier van zowel de pestende als de gepeste leerling. Ook de gemaakte afspraken worden in Magister opgenomen.

### Wat doet de school bij digitaal pesten/Cyberpesten?

Als de pestende leerling bekend is, wordt het hiervoor aangegeven pesttraject gevolgd. Vaak is dit echter niet zo en zijn de middelen die de school heeft beperkt. Voor dit cyberpesten is er een specifiek stappenplan, zie bijlage 5.

### Consequenties van pestgedrag (strafmaatregelen)

Leerlingen kunnen straf opgelegd krijgen door de mentor. Dit kan zijn dat zij moeten nablijven, strafwerk moeten maken, een opdracht moeten uitvoeren e.d.

Leerlingen kunnen verplicht worden een training te volgen.

Leerlingen kunnen één, of bij herhaling, twee dagen geschorst worden.

Leerlingen kunnen verwijderd worden indien blijkt dat zij blijven terugvallen in hun pestgedrag.

Verschillende vormen van digitaal pesten zijn strafbaar. Ook wanneer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld

## Bijlage: Leidraad voor een oriënterend gesprek bij een vermoeden van pesten

In het gesprek gaat de mentor na of en wat er aan de hand is. Daarbij moet achterhaald worden of het probleem dat verteld wordt, het echte probleem is, of dat er een probleem achter zit. De leerling krijgt de gelegenheid zijn verhaal te vertellen. De mentor stelt gerichte vragen. Hij koppelt aan de leerling terug wat hij gehoord en begrepen heeft zodat de geschetste situatie voor leerling en mentor de zelfde is (zie verder bijlage 3).

## Bijlage: Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Dit gesprek heeft de volgende doelen:

- hem confronteren met zijn gedrag
- mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
- helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten
- het actief aanbieden van hulp, bijvoorbeeld door de zorgcoördinator

Confronteren: Houd de pestende leerling zijn pestgedrag voor. Maak hem duidelijk welk probleem je hebt met dit gedrag en wat het voor de gepeste leerling inhoudt. Overtuig je ervan dat de pestende leerling de boodschap begrepen heeft. Behandel de reactie van de leerling serieus en sta er voor open. Vraag aan de pestende leerling zijn medewerking om zo te komen tot een plezieriger manier van omgang met elkaar.

Achterliggende oorzaken: Nadat het probleem benoemt is, richt je je op het waarom. Vraag hem hoe het komt dat de leerling dit gedrag nodig heeft? Vraag: Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Etc. Maak de leerling duidelijk dat er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag en vraag hem wat hij daaraan gaat doen.

Vervolgtraject: Maak hem duidelijk dat het pestgedrag moet stoppen. Maak hier afspraken toe. Maak ook een afspraak voor het gesprek waar de gepeste leerling bij zal zijn. Wijs op de mogelijke gevolgen als het pestgedrag niet stopt.

Bied de leerling hulp aan ook als de leerling zelf aangeeft dat hij geen hulp nodig heeft.

## Bijlage: Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

- Luister en stel vragen, laat zien dat je wilt helpen, maar doe nog niks.
- Bespreek wat de leerling al heeft gedaan om het (digitaal) pesten te stoppen.
- Bespreek wat hij zelf kan doen om pesten tegen te gaan
- Bedenk samen de volgende stap; wat gaan we nu samen doen.
- Doe niets buiten de leerling om.

### Vragen:

- *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 je ouders of andere personen dat je gepest wordt?*
- *Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?*
- *Zijn er jongeren die jou wel eens proberen te helpen?*
- *Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?*

### Bespreek met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten:

- *Waar wil de leerling aan werken om de situatie te verbeteren?*
- *Hoe communiceert de leerling met anderen?*
- *Welke lichaamstaal speelt een rol?*
- *Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?*
- *Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pestende leerling(en)?*

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Ergens is er iets in zichzelf dat de pestende leerling(en) gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan want niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.

## Bijlage Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling en de pestende leerling (en)

De mentor probeert een dialoog mogelijk te maken tussen twee partijen die op elkaar zijn vastgelopen.

De twee partijen hebben een conflict waar zij zelf niet meer uit kunnen komen. Beide partijen hebben persoonlijke emoties overgehouden n.a.v. vorige botsingen. Beide partijen denken het recht aan hun kant te hebben en vinden dat de ander onjuist handelt. De bemiddelaar moet weer beweging in de situatie krijgen, zonder dat de partijen het gevoel hebben dat ze gezichtsverlies lijden.

Voorafgaand aan het gesprek heeft de mentor zich een duidelijk beeld gevormd waar de zaak over gaat en welke beleving beide partijen hebben.

Nodig beide partijen uit toelichting te geven op de zaak, zo nodig verhelderen door terugkoppelen, samenvatten en vragen stellen.

In wisselwerking met beide partijen een probleemstelling formuleren.

Beide partijen laten verklaren dat deze situatie om beweging vraagt van beide kanten.

Beide partijen bereidheid vragen in beweging te komen.

## Bijlage: Het stappenplan na een melding van cyberpesten

- 1.) Bewaar de berichten. Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen doen (afdrukken, selecteren en kopiëren, MSN-gesprekken opslaan).
- 2.) Blokkeer de afzender. Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pestmail kan blokkeren.
- 3.) Probeer de pestende leerling op te sporen. Soms is de pestende leerling te achterhalen door uit te zoeken van welke computer op school het bericht is verzonden. Neem contact op met de ICT-coördinator of de systeembeheerder. Het is mogelijk om van het IP adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden. Ook is er van alles mogelijk via de helpdesk.
- 4.) Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling. Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
- 5.) Verwijs de ouders zo nodig door. Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:
  - 0800-5010: de onderwijstelefoon
  - 0900-11131113: de vertrouwensinspectie
- 6.) Adviseer aangifte. In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het gepeste leerling lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld.
- 7.) De zorgcoördinator. Verwijs de pester en/of de gepeste door naar de zorgcoördinator wanneer verdere begeleiding nodig is.

## Bijlage: Tips voor leerlingen om zich veilig te voelen.

### Hoe voorkom je digitaal pesten en misbruik?

- 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 je wachtwoorden geheim blijven en niet 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 MSN 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 haatmail
- 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.

### Wat kun je tegen cyberpesten en misbruik doen?

- Niet persoonlijk opvatten als het van mensen komt die je niet kent. De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijker gaan schelden.
- Reageer niet op pestmails of andere digitale pesterijen.
- Verwijder de e-mail zo mogelijk zonder hem te openen. Als je niet reageert, gaan pesters vaak op zoek naar iemand anders om te pesten.
- Blokkeer de afzender. Als het gaat om sms-jes op de mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.
- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op. Van het IP adres van de e-mail kan soms worden afgeleid, van welke computer de e-mail verzonden is.
- Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail aan kan nemen. Men heeft daar ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie de mail heeft verstuurd. Bel de helpdesk op.
- Ga naar je mentor. 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.pestenislaf.nl](http://www.pestenislaf.nl).

Bijlage: pestcontract (voorbeeld)

**Contract “veilig in en om Hildegardis MAVO “**

Van : \_\_\_\_\_

**Iedereen die dit contract ondertekent, zal zich aan de gemaakte afspraken moeten houden, zowel in school als daarbuiten.**

1. Ik noem medeleerlingen bij de voornaam
2. Ik blijf van medeleerlingen af
3. Ik scheld niemand uit
4. Ik heb respect voor iedereen
5. Ik accepteer de ander zoals hij of zij is
6. Ik discrimineer niet
7. Ik lach niemand uit
8. Ik vind dat iedereen bij de “familie xxxxxx” hoort
9. Ik ruim mijn eigen afval op
10. Ik blijf van andermans spullen af
11. Ik roddel niet
12. Ik bedreig niemand, ook niet met woorden of digitaal
13. Als ik ruzie heb probeer ik dat uit te praten
14. Als ik ruzie heb en uitpraten lukt niet dan bespreek ik dit met mijn mentor
15. Als ik weet dat iemand gepest wordt, meld ik dat bij mij mentor
16. Pesten melden is GEEN klikken
17. Ik behandel iedereen zoals ik zelf behandeld wil worden

Ik ben het eens met alle bovenstaande regels. Daarom zet ik hieronder mijn handtekening .

Plaats: Rotterdam

Datum: .....

Handtekening:

Leerling

ouder(s)/verzorger(s)

directie Hildegardis MAVO



Bijlage: Informatie over pesten en over instanties die zich met pesten bezighouden: links, films en publicaties

### **Internetsites**

<http://pesten.startpagina.nl>

<http://pesten.startkabel.nl>

[www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)

*Informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, ouders en leerkrachten.*

[www.pestenislaf.nl](http://www.pestenislaf.nl)

*informatie van de Stichting Kinderconsument.*

[www.pesten.net](http://www.pesten.net)

*Voor en door gepeste leerlingen, opgericht door Bob van der Meer.*

[www.stopdigitaalpesten.nl](http://www.stopdigitaalpesten.nl)

*Campagne van SIRE*

[www.digibewust.nl](http://www.digibewust.nl)

*Een informatieve site van het Ministerie van Economische Zaken, die u als consument of zakelijke gebruiker informeert over het veilig gebruik van internet.*

[www.ppsi.nl](http://www.ppsi.nl)

*PPSI is een expertisecentrum van het APS op het gebied van bestrijden en voorkomen van (homo)seksuele intimidatie en seksueel misbruik in het onderwijs. Aansluitend op het werkgebied van vertrouwenspersonen kunt u bij PPSI ook terecht voor informatie over: pesten, geweld, discriminatie en racisme.*

[www.schoolveiligheid.nl](http://www.schoolveiligheid.nl)

*Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid en adviseert schoolleiders, docenten, onderwijsondersteunend personeel etc.*

<http://veilig.kennisnet.nl>

*Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen etc. Deze website is onderdeel van de programmalijn "Veilig en eenvoudig" van het SURFnet/Kennisnet project.*

### **Films met als thema pesten**

Mean creek (2005)

Mean girls (2006)

Bluebird, regisseur: Mijke de Jong

De tasjesdief, regisseur: Maria Peters

Pudding Tarzan, regisseur: Soren Kragh- Jacobson

### **Boeken**

Carry Slee: Spijt!

Ellen Tijsinger: Morgenster

Peter Pohl: We noemen hem Anna

Jan de Zanger: Hadden we er maar wat van gezegd!

Aidan Chambers: Tirannen

Evert Hartman: Oorlog zonder vrienden

## Bijlage 3.8.2.4.9 Thermometer pesten in de klas

### Leerling gegevens

De afname van deze vragenlijst gebeurt anoniem, maar toch zouden wij een paar dingen van je willen weten:

- ik ben een            jongen / meisje (omcirkel het juiste woord)
- ik zit in klas .....
- het geboorteland van mijn vader is .....
- het geboorteland van mijn moeder is .....

### Over de laatste maand:

	nooit					altijd
<b>1. Ik voel me op school veilig genoeg om:</b>						
- te zijn wie ik ben	0	1	2	3	4	5
- voor mijn geloof uit te komen	0	1	2	3	4	5
- mijn mening te geven	0	1	2	3	4	5
- te kiezen en te doen wat ik wil	0	1	2	3	4	5
- te gaan en te staan waar ik wil	0	1	2	3	4	5
<b>2. Ik voel mij veilig</b>						
- in de klas	0	1	2	3	4	5
- in het schoolgebouw	0	1	2	3	4	5
- in de kantine / aula / overblijfruimte	0	1	2	3	4	5
- op het schoolplein	0	1	2	3	4	5
- in de buurt van de school	0	1	2	3	4	5
<b>3. Ik voel me veilig omdat de school</b>						
- goed op naleving van de regels let	0	1	2	3	4	5
- goed helpt als je hulp vraagt	0	1	2	3	4	5
- goed optreedt tegen pesten en geweld	0	1	2	3	4	5
- goed optreedt tegen discriminatie	0	1	2	3	4	5
<b>4. Ik voel me onveilig op school door</b>						
- leerlingen	0	1	2	3	4	5
- docenten	0	1	2	3	4	5
- andere personeelsleden op school	0	1	2	3	4	5
- leerlingen van een andere school	0	1	2	3	4	5
<b>5. Ik voel me onveilig op school door:</b>						
- uitschelden	0	1	2	3	4	5
- bedreiging met woorden	0	1	2	3	4	5
- stuk maken of stelen van mijn spullen	0	1	2	3	4	5
- uitsluiting (niet meer mogen meedoen)	0	1	2	3	4	5
- pesten	0	1	2	3	4	5
- lichamelijk geweld	0	1	2	3	4	5
- bedreiging met een wapen	0	1	2	3	4	5
- discriminatie	0	1	2	3	4	5
- seksueel geweld (kijken, woorden, aanraking)	0	1	2	3	4	5
<b>6. Ik word op school gepest of gediscrimineerd</b>						
- om hoe ik eruit zie	0	1	2	3	4	5
- om wat ik wel en niet goed kan	0	1	2	3	4	5

-	om mijn afkomst, geloof of cultuur	0	1	2	3	4	5
-	om de manier waarop ik spreek en schrijf	0	1	2	3	4	5
-	omdat ik een jongen of een meisje ben	0	1	2	3	4	5
-	omdat ik homo of lesbo ben	0	1	2	3	4	5

**7. Ik maak het voor anderen onveilig op school door:**

-	uitschelden	0	1	2	3	4	5
-	bedreiging met woorden	0	1	2	3	4	5
-	stuk maken /stelen van spullen van anderen	0	1	2	3	4	5
-	uitsluiting (niet meer laten meedoen)	0	1	2	3	4	5
-	pesten	0	1	2	3	4	5
-	lichamelijk geweld	0	1	2	3	4	5
-	bedreiging met een wapen	0	1	2	3	4	5
-	discriminatie	0	1	2	3	4	5
-	seksueel geweld (kijken, woorden, aanraking)	0	1	2	3	4	5