

# **ANTI-PESTPROTOCOL**

Informatie over (ons beleid tegen) pesten voor docenten, ouders & leerlingen

## INHOUDSOPGAVE

1.	Pesten	3
1.1.	Wat is pesten?	3
1.2.	De gepeste leerling	3
1.3.	De pester	4
2.	Het pestprotocol	4
2.1.	Inleiding	4
2.2.	Preventief	5
2.3.	Curatief	6
3.	Routekaart bij pesten	7
4.	Cyberpesten	8
4.1.	Wat is cyberpesten?	8
4.2.	Hoe wordt er gepest?	8
4.3.	Aanpak van cyberpesten	8
5.	Bijlagen	9
5.1.	Antipestcontract	9
5.2.	Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	10
5.3.	Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest	10
5.4.	Tips voor leerlingen	11

## 1. PESTEN

### 1.1 Wat is pesten?

Pesten is gedrag waarbij een leerling of groep leerlingen doelbewust, herhaaldelijk en langdurig probeert om een andere leerling of groep leerlingen te kwetsen. Dit kan zich uiten in 1. Materieel geweld, 2. Seksueel geweld en/of 3. Fysiek en/of psychisch geweld. Dit heeft een nadelig effect op het slachtoffer. Bij pesten is er sprake van een ongelijke machtsverhouding en het slachtoffer kan zich niet (meer) voldoende verweren.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen uiteindelijk slachtoffer worden. Pestgedrag moet daarom dan ook door iedereen serieus genomen worden.

Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt. Hierdoor is het moeilijk om er grip op te krijgen. Zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten leerkrachten en omstanders niet altijd hoe ze ermee om moeten gaan.

Onderwijsondersteunend personeel (OOP) en docenten (OP) hebben echter, samen met ouders en leerlingen, een taak bij het tegengaan van pesten.

### 1.2 De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer risico gepest te worden dan andere. Dit kan te maken hebben met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen. Iemand die gepest wordt, meldt dit meestal niet. De belangrijkste redenen hiervoor zijn schaamte en angst voor wraakacties.

Signalen van pestgedrag kunnen zijn:

- o Niet meer naar school willen en/of thuis niet meer over school vertellen
- o Slechte(re) resultaten
- o Regelmatig klagen over buik- en/of hoofdpijn
- o Niet willen en/of kunnen slapen
- o Blauwe plekken
- o Regelmatig verlies van spullen
- o Kapotte spullen
- o Bepaalde kleding niet meer willen dragen
- o Gedrag thuis: prikkelbaar, boos en/of verdrietig

### 1.3 De pester

Pestgedrag kan dieper liggende oorzaken hebben. Deze moeten worden achterhaald en aangepakt. Redenen kunnen zijn dat iemand in het verleden zelf is gepest, zich niet veilig en/of geaccepteerd voelt, problemen thuis heeft en/of aangespoord wordt door anderen (groepsdruk).

Veelal beseffen pesters niet hoe erg zij het slachtoffer schaden. Empathie opwekken is daarom het belangrijkste punt bij de aanpak van pesten. Als het slachtoffer sterk genoeg is, kan hij/zij zelf vertellen hoe hij/zij zich voelt. Anders kan de mentor dit verwoorden. Boeken en films over de gevolgen van pesten kunnen hier ook bij helpen.

## 2. HET PESTPROTOCOL

### 2.1. Inleiding

Om pesten op De Populier zo goed mogelijk aan te pakken, is het van belang dat er overeenstemming is over de aanpak. Er moet één lijn worden getrokken en er moet op dezelfde manier worden gehandeld. Zo weet iedereen waar hij of zij aan toe is.

Binnen de aanpak van pesten worden twee componenten onderscheiden:

- o Preventief
- o Curatief

### 2.2. Preventief

Ten behoeve van preventie is een programma ingericht voor de eerste t/m de derde klassen:

Eerste klassen (brugklas):

- o Alle leerlingen in de brugklas bekijken de theatervoorstelling "PEST" van "The Dutch don't dance division". Vervolgens nemen ze deel aan een workshop.
- o Aan het eind van de voorstelling en de workshop sluit de mentor het anti-pestcontract met de klas af.
- o Twee keer per jaar wordt een klassenklimateenquête afgenomen waarin leerlingen worden bevraagd over o.a. de sfeer in de klas.
- o Tijdens de mentorles wordt aandacht besteed aan het thema "Fijne klas"; dit door middel van de lesmethode "Proeftuin".

Tweede klassen:

- o Alle leerlingen in de tweede klas volgen het anti-pest-project "SPIJT". Allereerst kijken de leerlingen de gelijknamige film, waarna zij door middel van een leerlingenboekje verschillende opdrachten over pesten maken en klassikaal bespreken.
- o Aan het eind van het antipestproject "SPIJT" sluit de mentor het anti-pestcontract met de klas af.
- o Twee keer per jaar wordt een klassenklimateenquête afgenomen waarin leerlingen worden bevraagd over o.a. de sfeer in de klas.

### 2.3. Curatief

Docenten, de mentor, de afdelingsmanagers en de zorgcoördinator hebben ieder hun eigen rol rond het omgaan met pesten op school.

Wanneer pesten wordt gesignaleerd:

De mentor....

- o Praat met de pester(s) en de gepeste en onderzoekt de situatie.
- o Initieert een gesprek tussen de pester(s) en gepeste. Tijdens dit gesprek is de mentor gespreksleider. In dit gesprek wordt zo concreet mogelijk benoemd wat er is voorgevallen en wat het effect is op de gepeste.
- o Vraagt de leerlingen na het gesprek hun eigen verhaal op papier te zetten. Kopieën van beide verslagen kunnen ter ondertekening worden meegegeven aan ouders.
- o Laat weten dat hij/zij vinger aan de pols zal houden en dat bij herhaling de consequenties stevig kunnen zijn.
- o Maakt in Magister onder de kop "Incident" een logboekitem aan waarin de gebeurtenis wordt beschreven. Ook worden er heldere afspraken gemaakt om te voorkomen dat het pesten zich herhaalt.
- o Licht de ouders van de pester(s) en gepeste in.
- o Licht de teamleider van de pester(s) en gepeste in.
- o Voert eventueel een klassengesprek met alle leerlingen om het pesten bespreekbaar te maken.
- o Biedt eventueel hulp aan de pester(s) en gepeste, in overleg met de coördinator passend onderwijs.

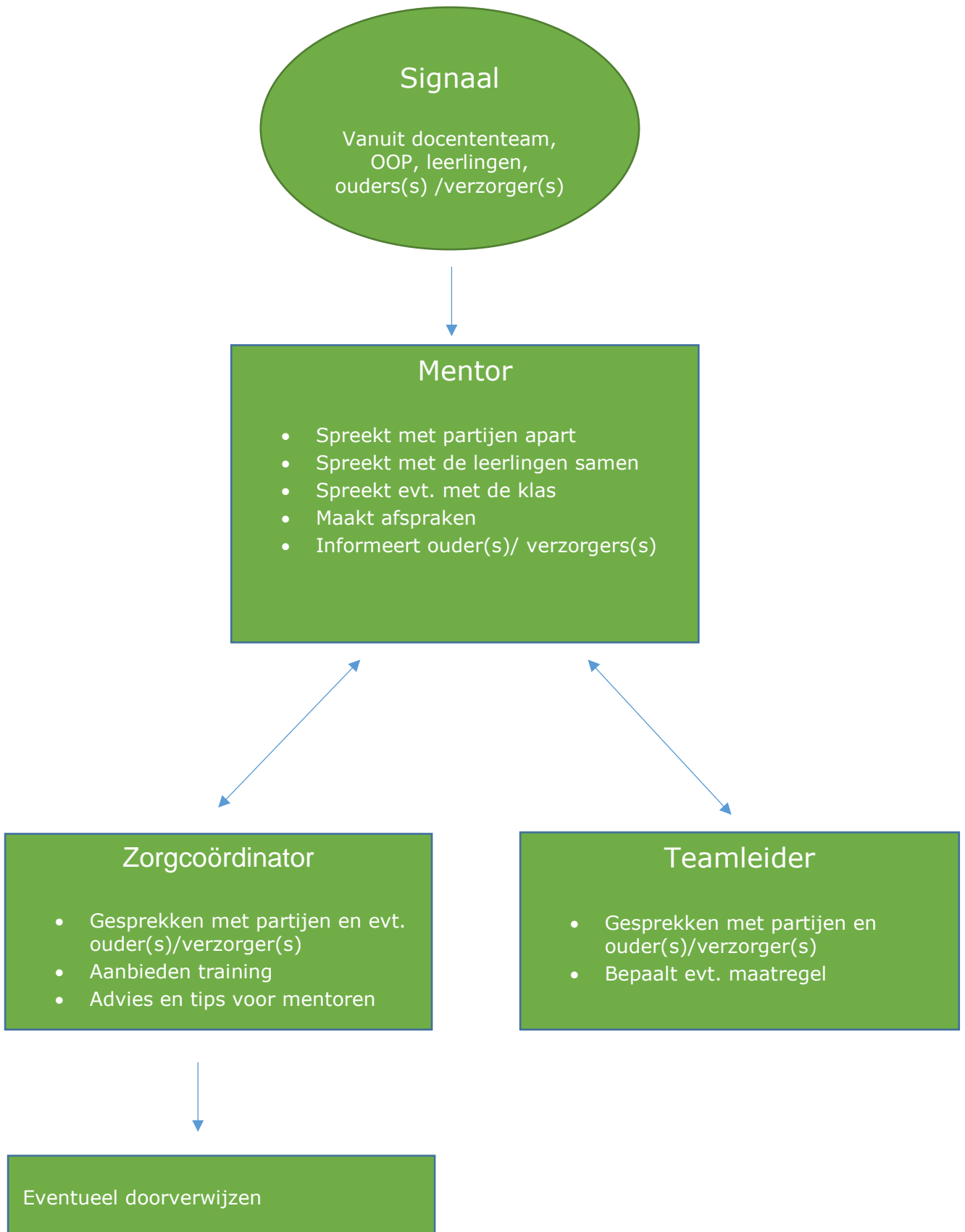
De teamleider....

- o Praat met de pester(s) en gepeste.
- o Bepaalt of een maatregel wordt opgelegd en welke maatregel dit is. Deze maatregel kan variëren van een excuusbrief aan de gepeste tot een schorsing.
- o Koppelt terug aan de mentor én neemt de maatregel op in het dossier van de leerling.
- o Biedt eventueel hulp aan de pester(s) en gepeste in overleg met de coördinator passend onderwijs.

De coördinator passend onderwijs....

- o Voert, indien er behoefte is aan verdere hulp, gesprekken met de pester(s) en/of gepeste leerling.
- o Kan eventueel doorverwijzen naar verdere hulpverlening of training.
- o Kan, indien nodig, de mentor advies geven hoe pesten in de klas aan te pakken of, in overleg met de teamleider, adviseren over het inzetten van een training.

### 3. ROUTEKAART BIJ PESTEN



## 4. CYBERPESTEN

### 4.1 Wat is cyberpesten?

Cyberpesten is een specifieke wijze van pesten. Hiervoor wordt dezelfde route gevolgd als beschreven op de routekaart bij pesten. Wanneer er gepest wordt via sociale media, heet dat cyberpesten. Onder sociale media wordt verstaan: de telefoon en het internet. Veelgebruikte internetsites zijn op het moment: Instagram, Facebook, Snapchat en Twitter. Cyberpesten kan veel harder zijn dan eerder beschreven vormen van pesten. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Daarbij komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

### 4.2 Hoe wordt er gepest:

- o (Anoniem) beledigende berichten versturen.
- o Zonder toestemming foto's en/of filmpjes van anderen op internet plaatsen.
- o Privégegevens op een site plaatsen.
- o Wachtwoorden stelen en/of misbruiken.
- o Haatprofielen aanmaken (bijv. op Facebook).
- o Virussen verzenden.
- o Vervelende appjes of sms'jes versturen.
- o Vervelende telefoontjes plegen.

### 4.3 Aanpak van cyberpesten

Voor cyberpesten geldt dezelfde aanpak als voor andere vormen van pesten. Wel zijn er enkele extra aandachtspunten:

- o De ouders van beide partijen worden geïnformeerd.
- o Indien mogelijk wordt het bewijs van de pesterijen meegeleverd (bijvoorbeeld een print screen van de pagina of het gesprek).
- o Onterecht geplaatst foto's of video's laten verwijderen.
- o Blokkeren en/of verwijderen van de cyberpester op internet
- o Aan vele websites kan worden verzocht de beledigende inhoud of het gehele account te verwijderen (bijvoorbeeld Facebook).
- o School kan de schoolwijkagent inschakelen.

Als niets helpt, kan er aangifte gedaan worden bij' de politie.



## 5. BIJLAGEN

### 5.1. Anti pestcontract

Het antipestcontract wordt in de klassen 1 en 2 standaard klassikaal met de mentor afgesloten. Hierin worden afspraken gemaakt rondom pesten.

#### **Anti-pestcontract**

Wij, klas .. , zijn tegen pesten.

Datum: .....

Wij vinden dat iedereen uniek is en dat niemand minder is dan een ander. Iedereen moet zich prettig voelen op school en niemand heeft het recht een ander te pesten. Dit geldt voor zowel leerlingen als docenten. Iedereen verdient respect. Pesten is laf en gemeen. Gepest worden is heel vervelend en daar kun je veel last van hebben.

Daarom spreken wij af dat in onze klas geen leerlingen en docenten worden gepest. Degene bij wie iets gebeurt bepaalt of het plagen of pesten is. Je bent zelf verantwoordelijk om je grenzen aan te geven. Op school en ook op internet. Ook heb je de verantwoordelijkheid om grenzen van anderen te respecteren.

Wij hebben oog voor elkaar.

Wanneer wij zien dat iemand wordt gepest, melden we dat bij onze mentor. Dat noemen wij geen klikken, maar juist opkomen voor de gepeste. Wie zwijgt, stemt toe.

#### **KORTOM: Je bent een held als je pesten meldt!!!**

De afspraken die wij met de klas hebben gemaakt om pesten tegen te gaan zijn:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.

Naam: .....

Handtekening:

- 5.2. Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling  
Feiten en aanpak. Hoe ga je een gesprek aan met een *gepeste* leerling.

### **Feiten**

- (H)erkenning van het probleem: klopt het dat je wordt gepest?
- Door wie? Door wie wordt je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer leerlingen?)
- Plaats: waar wordt je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Frequentie: hoe vaak is het gebeurd?
- Duur: hoe lang speelt het pesten al?
- Omgeving: zijn je ouders op de hoogte van het pesten? Weten je vrienden dat je wordt gepest? Zijn er kinderen die jou weleens proberen te helpen?
- Eigen kracht: wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Wensen: wat wil je dat er nu gebeurt? Wat wil je bereiken?

### **Aanpak**

Bespreek samen met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:

- Is de leerling in staat om zijn/haar grenzen aan te geven?
- 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 weerbaar gedrag te tonen tegenover de pester?

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets met ze mis is. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Ergens is er iets in henzelf dat zegt dat de pester gelijk heeft. Besteed hier aandacht aan!

- 5.3. Leidraad voor een gesprek met de pester:
- Confronteer hem/haar met hetgeen er gezegd is of voorgevallen is.
  - Probeer te achterhalen of er achterliggende oorzaken zijn.
  - Maak duidelijk dat het pestgedrag moet stoppen.

Het doel van dit gesprek is drieledig :

- De leerling 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, disciplinair.

### **Confronteren**

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde. Confronteren is:

- Gericht op waarneembaar gedrag. Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht. Zodra we gaan interpreteren, reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met bekritisieren.
- Relatiegericht. Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt, maar je behoudt de relatie. Zeg nooit: "Je bent heel gemeen." In plaats hiervan kun je zeggen: "Ik vind dat je gemeen doet." Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging of afwijzing.
- Specifiek. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als: "altijd", "vaak" en "meestal".
- Veranderingsgericht. Je stelt zaken vast en inventariseert vervolgens hoe het in de toekomst anders kan.

### **Achterliggende oorzaken**

Nadat het probleem benoemd 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? Enzovoorts. Probeer de pester inzicht te laten krijgen in de emoties en gevoelens van het slachtoffer.

### **Het pestgedrag moet stoppen**

Wees duidelijk in de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt. De teamleider zal in dat geval zwaardere disciplinaire maatregelen nemen.

#### 5.4. Tips voor leerlingen

Wat kun je doen? Voorkomen en actie ondernemen.

#### **Wat kun je doen om digitaal pesten en ongewenst digitaal gedrag te voorkomen?**

- Bedenk dat niet alles wat je op het internet tegenkomt waar is.
- Gebruik een apart e-mailadres om jezelf te registreren op websites. Kies bij 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 toch toegang hebben gekregen, 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.
- Stuur nooit ongevraagd (bewerkte) foto's van anderen door.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekende mensen uit je contactlijsten.
- 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 worden gebruikt om ze aan andere personen te laten zien of voor doeleinden die jij niet wilt.

### **Wat kun je tegen cyberpesten en ongewenst digitaal gedrag doen?**

- De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijker gaan schelden. Vat het niet persoonlijk op als het van mensen komt die je niet kent.
- 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.
- Bespreek met je ouders waar je tegenaan loopt.
- 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 of teamleider toe op school.
- Bij stalken kun je aangifte doen bij de politie. Het is strafbaar.