



Walewyc-mavo

OMO Scholengroep De Langstraat

Anti-Pestprotocol

Oktober 2016

Inhoudsopgave

Vooraf

Pesten

- Wat is pesten?
- Wat is cyberpesten/ digitaal pesten?
- Hoe wordt er gepest?
- De gepeste leerling
- De pester
- De meelopers en de andere leerlingen
- Het aanpakken van pesten

Het pestprotocol

- Uitgangspunten
- De vijfsporenaanpak
- Preventieve maatregelen

Het stappenplan na een melding van pesten

- De mentor
- De leerlingcoördinator
- Vervolgstappen
- Schorsing
- Schoolverwijdering
- De taak van de vakdocent en het OOP
- De rol van de counselor
- Stappenplan bij cyberpesten

Digitaal pesten ofwel Cyberpesten

- Wat is cyberpesten?
- Hoe wordt er gepest?
- Het stappenplan na een melding van cyberpesten

Bijlagen

- Bijlage I (Het Nationaal onderwijsprotocol tegen pesten)
- Bijlage II (Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling)
- Bijlage III (Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest)
- Bijlage IV (Aanpak volgens de 'No Blame' methode)

- Bijlage V (Contract 'veilig in school')
- Bijlage VI (Tips voor leerlingen om veilig te internetten)
- Bijlage VII (Links voor bruikbare adressen bij cyberpesten)
- Bijlage VIII (Goed gekeurde anti- pestprogramma's)

Vooraf

De kernwaarden van de Walewyc zijn de 4 V's:

Veilig

Vriendelijk

Verstandig

Verantwoordelijk

Het is duidelijk dat pesten daar niet bij hoort. Toch gebeurt het bij ons op school.

Pestgedrag is een niet te ontkennen fenomeen. Bijna 7 % van de leerlingen in het voortgezet onderwijs zegt dat ze gepest worden. Aangezien gepesten vaak een, misplaatst, gevoel van schaamte hebben, kunnen we ervan uitgaan dat de feitelijke cijfers hoger liggen.

Pestgedrag in en rondom onze school belemmert niet alleen de voortgang van het onderwijsleerproces, maar doet ook absoluut inbreuk op onze visie, dat wij in onze school een veilige en vriendelijke onderwijsleeromgeving nastreven. En hoe kunnen kinderen, die hun onzekerheid en frustraties door middel van pestgedrag uiten, en tot een vast gedragspatroon maken, later als volwassenen op een respectvolle manier met andere mensen in de maatschappij omgaan?

Met behulp van dit anti-pestprotocol willen wij het pestgedrag binnen onze school niet alleen aanpakken nadat een pestsituatie is gesignaleerd, maar ook pestgedrag voorkomen door dit gedrag met al zijn aspecten, gevolgen en de erbij horende rollen van school, slachtoffer, pester, meeloper, de zwijgende meerderheid en ouders bespreekbaar te maken.

In dit protocol is een duidelijk plan van aanpak beschreven voor situaties waarin pestgedrag wordt gesignaleerd of gemeld. In de bijlage zijn algemene omgangsregels en handreikingen voor gesprekken opgenomen. Bij de aanpak van gesignaleerd pestgedrag worden ook de ouders intensief betrokken, omdat pestgedrag zich niet alleen beperkt tot de school en omdat oorzaken van pestgedrag zeker niet alleen binnen de school, maar vaak ook buiten de school liggen.

Dit anti-pestprotocol is een middel om de volgende doelstellingen te bereiken:

- De leerkrachten kunnen het pestgedrag signaleren en onderkennen.
- Het anti-pestprotocol vormt een plan van aanpak ten aanzien van:
 1. Het voorkomen van pestgedrag
 2. Het tijdig signaleren van pestgedrag
 3. Het remediëren/bespreekbaar maken en aanpakken van pestgedrag
 4. De samenwerking tussen ouders en school om pestgedrag te voorkomen en om te buigen

Waalwijk, oktober 2016

Steffie Schellinger, anti-pestcoördinator

Pesten

Wat is pesten?

‘Pesten’ betekent het systematisch misbruiken van je persoonlijke macht en/of kracht om anderen die zich niet of moeilijk kunnen verweren pijn te doen, te intimideren of bang te maken met de bedoeling er zelf beter van te worden.’

Pesten komt binnen alle leeftijdscategorieën voor, van kleuters tot aan de ouderen in het verzorgingshuis. Nu is de meest bekende vorm van pesten waarschijnlijk het uitlachen en uitschelden van personen, maar er zijn zoveel meer manieren om je persoonlijke macht te misbruiken.

‘Stel je niet aan, het is maar plagen!’ Hoor je dat ook wel eens? Wanneer is iets plagen en wanneer is iets pesten? Stel je je inderdaad aan?

Als je geplaagd wordt, kun je altijd terugplagen. Daar ontstaan geen problemen van. Plagen is niet gemeen, plagen is voor alle partijen grappig. Om plagen kun je lachen, niet iedere keer dezelfde is aan de beurt. Plagen is ook meestal één tegen één en is makkelijk te stoppen. Het is niet zo dat je met plagen niet op hoeft te letten. Als dezelfde persoon lang of veel geplaagd wordt, dan kan het zijn dat de ontvanger het niet meer leuk vindt. En dan is het pesten geworden.

Cyberpesten

Deze manier van pesten bestaat nog niet zo heel lang en is ook lang niet zo zichtbaar als het pesten in het ‘echte leven’. Het gebeurt veel via de mobiele telefoon of via internet. Het nadeel van cyberpesten is dat het vaak anoniem gebeurt, wat de pester een extra machtspositie geeft.

De gevolgen bij cyberpesten zijn vaak groter dan bij het ‘gewone’ pesten. Je kunt je als kind moeilijker verdedigen, het is een publieke vernedering omdat iedereen het kan lezen en het blijft actief omdat het lastig is om iets van internet te verwijderen.

Uit: www.stoppestennu.nl

Over de redenen waarom mensen zich agressief gedragen, bestaan allerlei theorieën. Volgens de ene theorie is geweld een onontkoombaar verschijnsel, dat op zijn best op een acceptabele wijze kan worden gekanaliseerd, volgens een andere theorie komt geweld voort uit frustratie en kan dit worden voorkomen door ontevredenheid weg te nemen, de agressie opwekkende omgeving om te vormen en reflectie op het gedrag te stimuleren.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen en docenten slachtoffer 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. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten omstanders niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan. Dat is ook de reden van dit pestprotocol.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben echter een taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf) bij het tegengaan van pesten. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. 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.

Voor mentoren betekent dit dat ze groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groeps sfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep. Ze maken afspraken met de klas en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden.

Hoe wordt er gepest?

Met woorden:

- vernederen, belachelijk maken
- schelden
- dreigen
- met bijnamen aanspreken
- gemene briefjes

Lichamelijk:

- trekken aan kleding, duwen en sjorren
- schoppen en slaan
- krabben en aan haren trekken
- wapens gebruiken

Achtervolgen:

- opjagen en achterna lopen
- in de val laten lopen, klem zetten of rijden
- opsluiten

Uitsluiting:

- doodzwijgen en negeren
- uitsluiten van feestjes
- 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.

Cyberpesten

- plaatsen van kwetsende teksten op internet of profielsites
- verspreiden van foto's, filmpjes of roddel via het web
- bedreigen met geweld
- afpersing

Tussen plagerij en pesten loopt een diffuse grens, die voor ieder persoonlijk verschillend is. Iedereen is gerechtigd zelf aan te geven wat hij als acceptabel beschouwt.

De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dat kan met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen te maken hebben. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties. Vaak is dat een plek waar ze uit het zicht van een volwassene zijn: tijdens pauzes op het schoolplein, op de gang tijdens leswisseling en in de kleedkamer van de sportzaal.

Een kind dat wordt gepest, praat er thuis en op school 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.

De pester

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Zij zijn of 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 kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig, want het slachtoffer vraagt er in hun ogen immers om, om gepest te worden. Daarnaast hebben pesters vaak ook een positieve blik op het gebruik van geweld.

Pesten kan een aantal oorzaken hebben:

- 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; iemand 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) of juist een te sterk gevoel voor autonomie.
- Een negatief zelfbeeld, weinig eigenwaarde.
- Een problematische thuissituatie, negatief voorbeeldgedrag van ouders/verzorgers.

De meelopers

Meelopers zijn omstanders die incidenteel actief of passief meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo

zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te liften met de pester. 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 slachtoffer of hulp inschakelen. Het is belangrijk deze leerlingen tot helpers te maken.

Het aanpakken van pesten

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de school. De grote vraag is hoe dat het beste kan en vooral ook hoe we dat binnen een vestiging en een onderwijsteam het beste kunnen aanpakken.

Pesten kan grote gevolgen hebben voor de gepeste (onzekerheid, faalangst, depressie, zelfdoding) en de pester (problemen met sociale relaties, positief tegenover het gebruik van geweld, heeft grotere kans in het criminele circuit terecht te komen).

HET PESTPROTOCOL

Het pestprotocol (zie bijlage 1) vormt de verklaring van de vertegenwoordiging van de school en de ouders waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op school niet accepteren en volgens een vooraf bepaalde handelwijze gaan aanpakken.

Uitgangspunten

Een dergelijk protocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

1. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
2. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. Met het ondertekenen van het Nationaal onderwijsprotocol (zie bijlage I) laten alle betrokken partijen zien, dat zij bereid zijn tot samenwerking om de problemen rond pesten aan te pakken.
3. Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (het pestprotocol).
5. De school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

De vijfsporenaanpak

Door het ondertekenen van het Nationaal onderwijsprotocol heeft de school zich verbonden aan de vijfsporenaanpak. Dit houdt in dat aan de 5 betrokken partijen aandacht wordt besteed:

De algemene verantwoordelijkheid van de school

- De school zorgt dat de medewerkers voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten.
- De school werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is waardoor een klimaat ontstaat waarin pesten bespreekbaar gemaakt kan worden.

Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt

- Het probleem wordt serieus genomen.
- Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurd is.
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen.
- Het aanbieden van hulp door de mentor, de leerlingcoördinator, de zorgcoördinator of de schoolmaatschappelijk werker.
- Ouders worden geïnformeerd
- Zorg dragen voor vervolggесprek(ken)

Het bieden van steun aan de pester

- Het confronteren van de jongere met zijn gedrag en de gevolgen hiervan voor de pester.
- De achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen.
- Wijzen op het gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag.
- Het aanbieden van hulp (desnoods verplicht) door de mentor, de leerlingcoördinator, de zorgcoördinator of de schoolmaatschappelijk werker.
- Ouders worden geïnformeerd
- Zorgen voor vervolggесprek(ken)

Het betrekken van de middengroep bij het pesten

- De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen en die van de school hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie. De mentor komt hier in de toekomst op terug.

Het bieden van steun aan de ouders

- Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen.
- De school werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken.
- De school geeft adviezen aan de ouders in het omgaan met hun gepeste of pestende kind.
- De school verwijst de ouders zo nodig naar deskundige hulpverleners.

De ouders van leerlingen die gepest worden, kunnen er moeite mee hebben, dat hun kind aan zichzelf zou moeten werken. Hun kind wordt gepest en dat moet gewoon stoppen. Dat klopt, het pesten moet stoppen. Echter, een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op school; het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een (sociale vaardigheids-) training aan bijdragen.

Preventieve maatregelen

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.

In alle leerjaren wordt aandacht besteed aan pesten in één of meerdere mentorlessen/lessen *kanjertraining/leefstijl*. De leerlingen onderschrijven aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken.

Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd.

Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de leerling die pest als van de leerling die gepest wordt.

HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN

De mentor

- Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester apart. (Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlage II en III. Het gesprek kan ook plaatsvinden volgens de 'No Blame' methode, bijlage IV) Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
- De mentor neemt contact op met de ouders van de pester en de gepeste en betreft hen bij de oplossing;
- De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
- De mentor praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groeps sfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groeps lid heeft.
- Indien het probleem escaleert, meldt de mentor het gedrag aan de betreffende leerlingcoördinator. Hij overhandigt de leerlingcoördinator het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.
- De mentor brengt de ouders daarvan op de hoogte

De leerlingcoördinator

- De leerlingcoördinator kan in onderling overleg, de rol van de mentor overnemen bij escalatie van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
- Hij heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
- In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
 - confronteren (zie bijlage III)
 - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
 - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
- In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij bepaald gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor .pesters.
- Hij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door de counselor.
- Hij stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
- Hij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
- Hij koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.
- De mentor maakt een kort verslag en plaatst dat in magister, waarbij hij alleen de leerlingcoördinator, de zorgcoördinator en de directie autoriseert.
- De leerlingcoördinator zorgt voor een vervolgesprek.

Vervolgstappen

Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, worden ouders en kind voor een gesprek uitgenodigd. In dat gesprek wordt nogmaals doorgenomen welke afspraken er zijn gemaakt en wordt geprobeerd te achterhalen waarom de leerling weer teruggevallen is in zijn oude gedrag. Tijdens dit gesprek worden ouders en kind gevraagd een ant-pestcontract te tekenen (zie bijlage V).

Schorsing

Wanneer het anti-pestcontract geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een schorsing van een dag. Als er ook daarna geen verbetering geconstateerd wordt krijgt de pestende leerling een langere schorsing, dit in overleg met de adjunct-directeur. Indien nodig wordt het gedrag van de leerling besproken in het intern Zorg Advies Team (ZAT) en vervolgens in het extern ZAT. Blijven de problemen dan kan de leerling besproken worden binnen de Permanente Commissie Leerlingbegeleiding (PCL) en kan een plaatsing binnen de Rebound een optie zijn.

Verwijdering

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag liggen er geen perspectieven meer tot verandering. De school kan en wil geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen. Er rest de school niets anders dan verwijdering. De school is verantwoordelijk voor het zoeken naar een andere school.

De taak van docenten en onderwijs ondersteunend personeel (OOP)

De docenten hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen bij de mentor om hulp en overleg in gang te zetten.

De rol van de zorgcoördinator

- Zij ondersteunt, waar nodig, mentoren en leerlingcoördinatoren tijdens de verschillende fasen in het proces.
- Zij biedt, in overleg met de leerlingcoördinator en mentor, op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
- Zij kan, waar nodig, een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.

Het hierboven weergegeven stappenplan is een algemene leidraad; als een interventie succes heeft, kunnen vervolgstappen achterwege blijven. Het in het stappenplan genoemde traject bij aanhoudend pesten is geen automatisme; per leerling wordt bekeken welke maatregelen het meest passend zijn. Hierbij kunnen verschillen optreden.

Cyberpesten

Het stappenplan na een melding van cyberpesten

- **Handel snel**
- **Bewaar de berichten:** Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren.
- **Blokkeren van de afzender:** Leg de leerling 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 op school het bericht verzonden is. Neem contact op met de systeembeheerder. Het is mogelijk om via het IP-adres van een e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden.
- Als de dader een leerling van de school is, dan volgen dezelfde stappen als bij offline pesten

- **Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling:** geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
- **Verwijs de ouders zo nodig door:** Er zijn 2 telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen:
 - 0800 – 5010, de onderwijstelefoon
 - 0900 – 11131113, de vertrouwensinspectie.
- **Adviseer aangifte:** In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en kunnen de ouders aangifte doen. Zo nodig kun je verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl tel. 0900-0101)

Bijlage I

NATIONAAL ONDERWIJSPROTOCOL TEGEN PESTEN

Het Nationaal onderwijsprotocol tegen pesten beoogt via samenwerking het probleem van het pestgedrag bij kinderen aan te pakken en daarmee het geluk, het welzijn en de toekomstverwachting van kinderen daadwerkelijk te verbeteren.

De ondertekenaars van dit protocol verklaren het volgende:

- Pesten is een wezenlijk en groot probleem. Uit onderzoek blijkt dat één op de vier kinderen (330.000) in het basisonderwijs en één op de zestien leerlingen (55.000) in het voortgezet onderwijs slachtoffer zijn van pestgedrag. Pestgedrag is schadelijk tot zeer schadelijk voor kinderen, zowel voor de slachtoffers als voor de pesters. De omvang en zwaarte van het probleem leiden tot de noodzaak van een aanpak door alle opvoeders van jongeren, in het bijzonder door de ouders en door de leerkrachten.
- Het management dient, om een passend en afdoend antwoord te vinden op het probleem pesten, uit te gaan van een zo goed mogelijke samenwerking tussen ouders, medewerkers van de school en leerlingen, gebaseerd op afgesproken beleid dat gericht is op deze samenwerking.
- Alle betrokkenen bij de school (management, medewerkers, leerlingen, ouders) wensen een samenwerking, zoals bedoeld onder 2, ook daadwerkelijk aan te gaan, te stimuleren en levend te houden.
- De ondertekenaars van dit protocol verbinden zich daarom het volgende te doen:
- een aanpak via en het werken volgens de 'vijfsporenaanpak':
 - het bewust maken en bewust houden van de leerlingen van het bestaan en de zwaarte van het probleem;
 - een gerichte voorlichting aan alle ouders van de school;
 - het aanleggen van - voor iedere persoon aan de school verbonden - toegankelijke, goede informatie over het probleem pesten, met als speciaal aandachtspunt informatie voor de leerlingen;
 - het beschikbaar stellen van geld waarmee wordt bekostigd: de scholing van personeelsleden, lesmaterialen, lezingen en andere activiteiten voor ouders en voor de aanschaf van boeken en andere informatie;
 - samenwerking te zoeken en afspraken te maken met andere scholen in de buurt over de aanpak van het pesten

- het delen van de opgedane ervaringen met andere scholen.
- De ondertekenaars verklaren zich in principe bereid tot deelname aan een tussentijdse evaluatie door de school binnen drie jaar.

Naam en plaats van de school:

Getekend namens:

- Directie/ personeel:
- Ouderraad:
- Medezeggenschapsraad:
- Leerlingenraad:

Bijlage II

LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET DE GEPESTE LEERLING

Feiten:

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem
- Door wie word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak word 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?

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:

- 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 pester?

Bijlage III

LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET EEN LEERLING DIE PEST

Alvorens er een gesprek met de pester wordt gehouden heeft degene die het gesprek aangaat zich er van overtuigd dat degene met wie het gesprek plaatsvindt inderdaad schuldig is aan het gemelde gedrag.

Het doel van dit gesprek is driedelig:

- 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

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 jongere. 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 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? Maak duidelijk dat er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. Wat ga je daaraan doen? Bied zo nodig hulp aan van de counselor (op vrijwillige basis)

Het pestgedrag moet stoppen

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

Bijlage IV

Aanpak volgens de 'no blame' methode

Stap 1: een gesprek met het slachtoffer

Vraag algemene informatie, geen details over wat er gebeurd is.

Vraag naar de beleving en gevoelens van het slachtoffer.

Leg de aanpak uit, leg daarbij de nadruk op het niet-bestrafende aspect, vraag toestemming.

Bespreek samen de namen om de groep samen te stellen.

Vraag wat je WEL of NIET mag vertellen over de belevingen van het slachtoffer.

Vraag eventueel naar een verhaal van het slachtoffer.

Geef aan dat je steeds bereikbaar bent voor het slachtoffer.

Stap 2: een groep wordt samengeroepen

Een groep wordt samengesteld bestaande uit de pesters, meelopers, vrienden en/of positief ingestelde jongeren.

Het slachtoffer is niet aanwezig bij deze bijeenkomst. Dit kan de probleemoplossende aanpak bemoeilijken.

Stap 3: leg het probleem uit

Vertel de groep dat je een probleem hebt.

Gebruik eventueel het verhaal van het slachtoffer.

Praat niet over details van gebeurtenissen.

Beschuldig niemand.

Maak duidelijk dat er een probleem is dat moet opgelost worden.

Stap 4: deel de verantwoordelijkheid

Zeg duidelijk dat er niemand in de problemen zit of gestraft wordt.

Elk groepslid kan bijdragen aan de oplossing.

De groepsleden hebben het meeste contact met het doelwit en dus de beste kansen om het pesten te stoppen.

Stap 5: vraag naar de ideeën van elk groepslid

Aanvaard alle positieve voorstellen (niets doen is ook een positief voorstel!).

Vraag om de voorstellen concreet te maken, 'Hoe ga je dat doen?'

Heb aandacht voor 'ik-taal', wees niet tevreden met algemene uitspraken.

De intenties kunnen opgeschreven worden.

Stap 6: laat het aan hen over

Leg de verantwoordelijkheid bij de groep, zij alleen kunnen het probleem oplossen.

Bedank hen en geef hen duidelijk vertrouwen.

Vertel dat je hen na een week individueel wil spreken (blijf bereikbaar).

Stap 7: spreek hen opnieuw

Laat elk lid afzonderlijk vertellen over zijn of haar bijdrage.

Gebruik de kernvragen: hoe is het nu, is het gestopt, ben je tevreden, ... ?

Indien het slachtoffer niet helemaal tevreden is kan de procedure herhaald worden.

Op basis van: Robinson, G. & Maines B. (2009). *Een schreeuw om hulp. De No-Blame-aanpak bij pesten*. Mechelen: Bakermat.

Aanvullende literatuur

Borstlap, S. & Overzee N. (2004). De No Blame methode tegen pesten. *Veerkracht*, (1),3, p. 21-23. Geraadpleegd op: <http://www.noblame.nl/indemedia/Veerkracht01.htm> .

Van der Meer, B. (1997). *Pesten op school. Lessuggesties voor leerkrachten*. Assen: Van Gorcum.

www.leefsleutels.be/cms/teasers/noblame/

www.noblame.nl

Bijlage V

Contract “veilig in school”

Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in school. Daarom houd ik mij in ieder geval aan de volgende afspraken:

1. Ik accepteer de ander zoals hij/ zij is.
2. Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen.
3. Ik blijf van de spullen van een ander af.
4. Als er ruzie is, speel ik niet voor eigen rechter.
5. Ik bedreig niemand, niet met woorden, niet met handelen en niet digitaal.
6. Ik gebruik geen geweld ook geen digitaal geweld.
7. Als iemand mij hindert, vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen.
8. Als dat niet helpt, vraag ik een docent of mijn mentor om hulp.

Door mijn handtekening onder dit contract te zetten, beloof ik dat ik mijn uiterste best zal doen bovenstaande uitspraken na te leven. Doe ik dat niet dan zal de school maatregelen nemen.

Die maatregelen houden in dat ik bij de eerste overtreding intern geschorst word en een volgende overtreding kan leiden tot een meerdaagse externe schorsing.

Naam en klas: _____

Datum: _____

Handtekening leerling: _____

Handtekening ouders: _____

Bijlage VI

Tips voor leerlingen

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

- 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 of afdelingsleider 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

Bijlage VII

Links voor bruikbare webadressen (oktober 2016)

Algemene zoekpagina's

- www.pesten.startkabel.nl
- www.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.digibewust.nl .:Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken, over het veilig gebruik van internet.
- www.meldknop.nl : Informatie over en hulp bij internetproblemen. Bedoeld voor jongeren. Aan bod komen o.a. pesten, seks en stalking
- www.internetsporen.nl : Handige website voor verzamelen en veilig stellen van online bewijsmateriaal.
- 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.

Films met als thema pesten

- Bluebird (2004) - verkrijgbaar bij de zorgcoördinator
- Mean creek (2005) - verkrijgbaar bij de zorgcoördinator
- Mean girls (2006) - verkrijgbaar bij de zorgcoördinator

Bijlage VIII

Goed gekeurde anti-pestprogramma's (oktober 2016)

In deze bijlage staat de uitslag van de beoordeling van 61 ingediende anti-pestprogramma's. De beoordeling staat gerangschikt in vier categorieën:

1. goedgekeurd
2. voorlopig goedgekeurd
3. vooralsnog afgewezen
4. afgewezen

Goedgekeurd Op dit moment (april 2014) zijn er nog geen programma's die aan alle gestelde criteria en indicatoren voldoen.

Voorlopig goedgekeurd Deze programma's zijn in principe geschikt als anti-pestprogramma, maar er moet nog een theoretische en/of empirische aanpassing plaatsvinden, ten aanzien van door de commissie aangegeven aspecten. Het gaat om de volgende negen programma's:

Twee schoolbrede programma's, en tevens specifieke anti-pestprogramma's:

- KiVa
- PRIMA

Twee schoolbrede programma's, richten zich niet primair specifiek op pesten, maar suggereren dit wel aan te pakken:

- Kanjertraining
- Vreedzame school

Twee klasseninterventies, die bijdragen aan een goede omgang tussen kinderen, waardoor het aannemelijk wordt dat het programma pesten tegen gaat (echter nog niet aangetoond):

- Programma Alternatieve Denkstrategieën (PAD)
- Taakspel

Drie geïndiceerde interventies die op zichzelf niet voldoende zijn als anti-pestprogramma, maar ingezet kunnen worden als geïndiceerd programma (programma voor een specifieke doelgroep):

- Alles Kidzzz
- Plezier op school
- Sta sterk (training)

Vooralsnog afgewezen De programma's in deze categorie hebben potentie, maar voldoen momenteel nog te weinig aan de criteria en indicatoren. De commissie verwacht dat deze programma's op termijn kunnen worden verbeterd op basis van de door de commissie aangegeven aspecten.

Schoolbreed programma:

- School Wide Positive Behavior Support (SWPBS) Twee klasseninterventies:
- Omgaan met elkaar
- Zippy's vrienden Specifiek gericht op brugklas VMBO:

- Pestkoppen stoppen

Afgewezen: de overige programma's voldoen niet aan de gestelde criteria en zijn afgewezen. Maar ook hier geldt dat programma's en criteria bijgesteld worden en dus altijd de programma's in de gaten moeten worden gehouden.