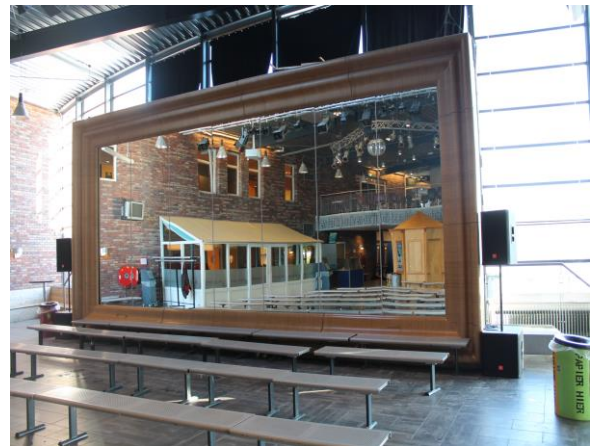




Pestprotocol

Oosterlicht College

Nieuwegein en Vianen



Instemming Medezeggenschapsraad op 12-04-2016

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord	2	
Inleiding	3	
1 Pesten		
Wat is pesten?	4	
De gepeste leerling	4	
Mogelijke signalen van gepest worden	4	
De pester	4	
De meelopers en de andere leerlingen	5	
Het aanpakken van pesten	5	
2 Het pestprotocol		
Uitgangspunten	6	
De vijfsporenaanpak	6	
Preventieve maatregelen	7	
3 Het stappenplan na een melding van pesten		
De mentor	8	
De coördinator leerlingzaken	8	
Vervolgprogramma bij herhaling	8	
Schorsing	8	
Schoolverwijdering	9	
De taak van de vakdocent	9	
De rol van de leerlingbegeleider en de schoolpsycholoog	9	
Monitoring	9	
Coördinator pestbeleid	9	
4 Digitaal pesten ofwel Cyberpesten		
Wat is cyberpesten?	10	
Hoe wordt er gepest?	10	
Het stappenplan na een melding van cyberpesten	10	
Bijlagen		
Bijlage I	Sociaal-emotionele leerlijn OC Nieuwegein	11
Bijlage II	Sociaal-emotionele leerlijn OC Vianen	12
Bijlage III	Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	13
Bijlage IV	Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest	14
Bijlage V	Oplossingsgerichte methode	15
Bijlage VI	Tips voor leerlingen	16
Bijlage VII	Adviezen aan ouders	17
Bijlage VIII	Bruikbare adressen bij (cyber)pesten	18

Voorwoord

Wie naar school gaat, doet dat om te leren, om eigen talent te ontdekken en te ontwikkelen en om te groeien. Zo iets kan alleen maar in een veilige omgeving waarin een leerling zichzelf mag zijn.

Een omgeving waarin een leerling gekend wordt, vragen durft te stellen en waarin hij of zij niet bang hoeft te zijn dom gevonden te worden of belachelijk gemaakt te worden.

Leren en bang zijn, zijn elkaars grootste vijanden. Het vraagt om duidelijke regels die gericht zijn op het voorkomen van pestgedrag. En als het dan toch gebeurt, duidelijk maakt wat er dan aan gedaan wordt. Daar is dit Pestprotocol voor gemaakt.

We wensen iedereen die bij het Oosterlicht College betrokken is een veilige omgeving toe. We vertrouwen erop dat dit protocol ons daarbij op een goede en duidelijke manier helpt.

Schoolleiding Oosterlicht College



Oosterlicht College vestiging Nieuwegein



Oosterlicht College vestiging Vianen

Inleiding

Dit is het pestprotocol van het Oosterlicht College. Enerzijds bevat het richtlijnen bij geconstateerd pestgedrag, anderzijds staan er ook voorwaarden en activiteiten in die pesten kunnen voorkomen.

Veel van wat er in dit boekje staat, wordt al meerdere jaren toegepast op onze school. Het Oosterlicht College probeert vooral preventief te werken. We zetten leerlingen in, bijv. door het opleiden en inzetten van Peer Mediators en door het project rondom het toneelstuk over pesten door leerlingen Drama uit de 2e fase.

Ook de Ouderraad is actief, met thema-avonden rondom dit probleem.

We hebben gemerkt dat alles wat we willen doen voor onze leerlingen valt of staat bij de signalering en/of melding van pestgedrag.

Dit boekje is erop gericht om alle volwassenen (het schoolpersoneel en de ouders) en liefst ook alle jongeren op de hoogte te brengen, van alles wat de school wil doen om een zo veilig mogelijk schoolklimaat te scheppen.

Er wordt in dit protocol onderscheid gemaakt tussen preventieve en curatieve maatregelen en individuele en groepsinterventies. Zie bijlage I en II.

De acties die we ondernemen zijn niet statisch. Afhankelijk van alle andere ontwikkelingen binnen de school, zal ook het handelen rondom pesten zich verder ontwikkelen. In dat geval zal dit protocol aangepast worden.

Voor de tekst van dit protocol is gedeeltelijk gebruik gemaakt van het Nationaal Onderwijsprotocol tegen Pesten. Ook hebben we gebruik gemaakt van contacten met andere scholen over dit onderwerp.

De aanpak van pesten heeft echter een duidelijk eigen karakter, geheel toegesneden op de kernwaarden van het Oosterlicht College. Onze kernwaarden zijn:

- Respect
- Kwaliteit
- Vertrouwen
- Ambitie
- Samenwerking

Nieuwegein, april 2016

1 PESTEN

Wat is pesten?

Pesten is het gedrag waarbij iemand eenmalig, herhaald of gedurende langere tijd door een of meerdere personen op een manier bejegend wordt, die leidt tot fysieke of psychische verwonding.

Pesten heeft duidelijke kenmerken:

1. Pesten gebeurt opzettelijk
2. Pesten is bedoeld om schade toe te brengen (fysiek, materieel, psychisch)
3. Er is sprake van ongelijke machtsverhouding (fysiek, verbaal etc.)
4. Pesten gebeurt systematisch

Pesten onderscheidt zich duidelijk van plagen in de zin dat bij pesten de gelijkwaardigheid ontbreekt. Plagen houdt na verloop van tijd op, terwijl pesten voortduurt (pestprotocol Roncalli 2015).

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.

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.

Mogelijke signalen van gepest worden (ook van belang voor de ouders)

- Niet meer naar school willen
- Thuis niet meer over school vertellen
- 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
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen
- Regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerrie's hebben
- De verjaardag niet willen vieren
- Niet meer naar een bepaalde club of vereniging gaan
- Bepaalde kleren niet meer willen dragen
- Thuis prikkelbaar, boos en verdrietig zijn
- Zelf blessures scheppen om niet naar school te hoeven

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 immers 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
- 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)

De meelopers en andere leerlingen

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel 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 aanpakken van pesten

Pesten is een probleem van de hele groep. Het duidt op negatieve groepsvorming en omgangsvormen. Iedereen in de groep, hoe betrokken hij/zij ook wel of niet is, heeft hier last van. Groepsproblemen zijn daarom altijd alleen op te lossen door de hele groep hierbij te betrekken.

2 HET PESTPROTOCOL

Het pestprotocol 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. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen.
2. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
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:

De algemene verantwoordelijkheid van de school

- De school zorgt dat de directie, de mentoren en de docenten 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.

Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt

- Het probleem wordt serieus genomen.
- Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurt.
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen.
- Het aanbieden van hulp door de leerlingbegeleider

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 door de leerlingbegeleider.

Het betrekken van de middengroep bij het probleem

- 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. 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, hebben er soms moeite mee, 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 training aan bijdragen.

Preventieve maatregelen

1. Elke mentor bespreekt direct bij de introductie in 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. Er wordt ook aandacht besteed aan positieve groepsvorming tijdens deze introductie.
2. In klas 1 is er een **lessenserie** tijdens de begeleidingslessen, met aansluitend een toneelvoorstelling over pesten (door 5 VWO leerlingen) en een nabespreking met spelers en mentor in een aansluitend mentoruur.
3. In de leerjaren 1 t/m 3 wordt regelmatig aandacht besteed aan pesten in het mentoruur.
4. Het inzetten van Peer Mediators in een vroeg stadium, de mentor kan bij de eerste signalen de hulp van leeftijdsgenoten inroepen, ook kan een Mediator aan een klas gekoppeld worden voor een bepaalde tijd.
5. 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.
6. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de pester als het slachtoffer.
7. Rots en water (weerbaarheidstraining)
8. Groepshandelingsplannen en startgesprekken met ouders en leerling
9. Voorlichting cyberpesten + Halt

Voorbeeld van een pestcontract

Contract “veilig in school”

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

1. Ik accepteer de ander zoals hij is en ik discrimineer niet
 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, ook niet met woorden
-
6. Ik gebruik geen geweld
 7. Als iemand mij hindert, vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
 8. Als dat niet helpt, vraag ik een docent om hulp

3 HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN

A. De mentor

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor zo snel mogelijk met de gepeste en later met de pester apart. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlage II en III. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
De mentor kan in dit stadium ook gebruik maken van de “No Blame methode”, zie bijlage V.
2. De mentor zet de afspraken in Magister
3. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
4. 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.
5. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de CLZ en aan de afdelingsleider van de leerling(en). Hij geeft een overzicht van de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.

B. De coördinator leerlingzaken (CLZ)

1. Bij herhaling van het pestgedrag en/of wanneer het pesten het klassenverband overstijgt, neemt de coördinator leerlingzaken (in overleg met de afdelingsleider) de rol van de mentor over.
2. Hij heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. 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.
4. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij sociaal gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. Hij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door de leerlingbegeleider.
6. 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.
7. Hij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
8. Hij koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.
9. Er vindt registratie in Magister plaats.

C. Vervolgprogramma bij herhaling

Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, wordt hij ertoe verplicht om individueel een 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 pester voor wat hij aanricht bij de gepeste leerling. Het gaat in principe om 3 ontmoetingen met een leerlingbegeleider en met huiswerk.

De ouders worden van dit project op de hoogte gesteld.

D. Schorsing

Wanneer ook het verplichte programma geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een schorsing van een dag. Daarna krijgt de pestende leerling een lange schorsing.

E. Schoolverwijdering

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 pester (de veiligheid van de overige leerlingen is dan in het geding). Er rest de school niets anders dan schoolverwijdering.

De taak van vakdocenten

De vakdocenten 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 begeleider passend onderwijs/zorgcoördinator

- a. Hij/zij ondersteunt waar nodig mentoren en coördinatoren tijdens de verschillende fasen in het proces
- b. Hij/zij biedt op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
- c. Hij/zij kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
- d. Hij/zij biedt kleinere trainingen aan bij specifieke hulpvragen, zoals bijvoorbeeld een assertiviteitstraining (hooguit vier keer).

Monitoring

Om inzichtelijk te maken wat we als school doen tegen pesten hebben we het zogenaamde Pest formulier geïntroduceerd in Magister. Wanneer docenten of mentoren een pestincident willen rapporteren doen zij dit onder het Pest formulier. Op deze manier kan informatie over pest incidenten uitgefilterd en zodoende inzichtelijk gemaakt worden.

In het tevredenheidsonderzoek dat afgenomen wordt onder ouders en leerlingen zijn vragen opgenomen die direct betrekking hebben op het onderwerp pesten.

Coördinator pestbeleid

Op elke vestiging is een coördinator pestbeleid.

Hij is het aanspreekpunt voor ouders, docenten en leerlingen die vragen hebben over zaken omtrent pesten. Daarnaast coördineert hij het anti-pest beleid.

4 DIGITAAL PESTEN OFWEL CYBERPESTEN

Wat is cyberpesten?

Cyberpesten (of digitaal pesten) is het pesten via het internet, bijvoorbeeld via de telefoon. Cyberpesten kan nog veel harder 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. Digitaal pesten komt tot in de veilige omgeving van de thuissituatie van het kind. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

In het mediaprotocol is een gedragscode vastgelegd hoe er van leerlingen verwacht wordt dat zij in de schoolcontext en contacten omgaan met digitale media. De actuele versie van het mediaprotocol is te vinden in het Leerlingenstatuut en op de website.

Hoe wordt er gepest?

- Pesten via allerlei vormen van Social Media (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen, enzovoorts)
- Stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand
- Het tegenkomen of ontvangen van ongewenst materiaal zoals: porno en kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- Ongewenst contact met vreemden
- Webcam-seks: beelden die ontvangen worden kunnen worden opgeslagen en te zijner tijd misbruikt worden
- Hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van berichten

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
2. **Blokkeren van de afzender.** Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de berichten kan blokkeren.
3. **Probeer de dader op te sporen.** In enkele gevallen is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer op school het bericht is verzonden. Neem contact op met systeembeheer en afdelingsleider om de mogelijkheden te onderzoeken.
4. **Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling.** Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen. Verwijs naar websites die ouders kunnen ondersteunen, zoals <http://www.pestweb.nl/>, <http://mijnkindonline.nl/> en <https://www.meldknop.nl/>
5. **Adviseer aangifte en/of melding bij de wijkagent.** In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiele schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl, tel: 0900-0101)
6. **De leerlingbegeleider.** Verwijs de pester en/of gepeste door naar de leerlingbegeleider wanneer verdere begeleiding nodig is.
7. **Betrek de omgeving van de gepeste leerling (waar nodig).** De mentor praat bijvoorbeeld met de klas of de CLZ met betrokken klassen. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groepssfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft.

Bijlage I Sociaal emotionele leerlijn OC Nieuwegein

Sociaal-emotionele leerlijn – OCN

		GROEP	
		CURATIEF	
PREVENTIEF		<ul style="list-style-type: none">➤ Mentoraat➤ Groepshandelingsplannen (HGW)➤ Themalessen/pestvoorstelling➤ Training gebaseerd op Rots & Water➤ Weerbaarheidstraining➤ Schoolcoaches➤ Project mediawijsheid klas 1➤ Halt lessen cyberpesten klas 2	<ul style="list-style-type: none">➤ 5 sporen aanpak (Pestprotocol)➤ Klassenmanagement➤ Aktie CLZ➤ <i>No Blame</i>➤ <i>Peer Mediation</i>➤ <i>Klassenspel methode</i>
<ul style="list-style-type: none">➤ Startgesprekken leerjaar 1 met ouders/leerling/mentor➤ Mentorgesprekken➤ GGD➤ OPP (arrangement)➤ Intern begeleiders (arrangement)		<ul style="list-style-type: none">➤ Faalangst reductietraining➤ Leerling begeleiding➤ Mentorgesprekken➤ Schoolmaatschappelijk werk➤ Leerplicht➤ Aktie CLZ➤ Peer Mediation	
			INDIVIDU

Bijlage II Sociaal emotionele leerlijn OC Vianen

Sociaal-emotionele leerlijn – OCV

GROEP	
<ul style="list-style-type: none">➤ Mentoraat (<i>koppeling Pestprotocol, LOB</i>)➤ Groepsplannen (HGW)➤ Themalessen/voorstellingen➤ Rots&Water training (ljr. 2, jongens)➤ Weerbaarheidstraining (ljr. 2, meisjes)➤ VSD (ljr. 2)➤ Schoolcoaches➤ <i>Project Seksualisering</i>➤ <i>Slimme luiie jongens (koppeling groepsplan, LOB, R&W)</i>	<ul style="list-style-type: none">➤ 5 sporen aanpak (Pestprotocol)➤ Klassen management (Ambulant)➤ Disciplinair (CLZ)➤ <i>No Blame (binnen klassen)</i>➤ <i>Peer Mediation</i>
PREVENTIEF	CURATIEF
<ul style="list-style-type: none">➤ Oudergesprekken➤ Mentorgesprekken➤ GGD➤ OPP (arrangement)➤ Intern begeleiders (arrangement)	<ul style="list-style-type: none">➤ Faalangst reductietraining➤ LLN begeleiding➤ Mentorgesprekken➤ Schoolmaatschappelijk werk➤ Leerplicht➤ Disciplinair (CLZ)
	INDIVIDU

Bijlage III

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?

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 pester gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan want niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.

Bijlage IV

Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

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

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 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 van de leerlingbegeleider of psycholoog (op vrijwillige basis).

Het pestgedrag moet stoppen

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

Bijlage V

Oplossingsgerichte methode

Er kan ook gekozen worden voor het inzetten van een directe oplossingsgerichte methode.

Uitgangspunten:

- Deze manier van werken gaat niet op zoek naar de pesters en andere leerlingen om ze te straffen maar om ze onderdeel te maken van de oplossing.
- Deze methode is alleen bruikbaar als het pestgeval zich binnen de klas afspeelt.
- Je moet als mentor een goede band met de klas hebben om deze aanpak op een goede manier uit te voeren.
- Je hebt als mentor voldoende geïnvesteerd in positieve groepsvorming.

Te nemen stappen:

- Stap 1: Mentor praat met gepeste leerling. Legt uit welke aanpak en vraagt leerling om dit thuis te bespreken.
- Stap 2: samenstellen van groepje van 6-8 leerlingen. Sterke leerlingen die niet pesten en de pesters zijn in dit groepje opgenomen. Probleem wordt door mentor beschreven: wat doet dit met degene die gepest worden. Gepeste leerling is bij dit gesprek niet aanwezig. Kijk naar de toekomst en vraag alle aanwezigen wat diegene kan doen om het leven van degene die gepest wordt aangenamer te maken.
- Stap 3: informeer na enkele dagen bij het slachtoffer hoe het gaat. Na twee weken groepje bijeen: checken hoe het gegaan is. Dit herhaal je na drie weken nog eens. Daarnaast ook nazorg voor degene die gepest hebben.

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 gemakkelijk 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 gezien of meegemaakt hebt, vertrouw dan op je gevoel en vertel het aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf zelf respectvol naar anderen, scheld niet terug.
- 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 makkelijk gaan schelden.
- Reageer niet op pestmails of andere digitale pesterijen. 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.

Bijlage VII

Adviezen aan ouders van pesters

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak van het pesten te komen.
- Maak je kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed aandacht aan je kind.
- Stimuleer je kind tot het beoefenen van een sport.

Adviezen aan ouders van gepeste kinderen

- Als pesten niet op school gebeurt, maar op straat, kun je de ouders van de pester opbellen en voorzichtig vragen er met hun kind over te praten. Gebruik daarbij als argument dat elk kind op straat veilig moet kunnen zijn. Niemand zal dat ontkennen.
- Pesten op school kun je het beste direct met de docent bespreken.
- Als je kind al lange tijd is gepest, vraagt dat om een uitgebreide aanpak. Neem contact op met de docent, ga bij de school kijken, lees boeken en bekijk samen met je kind videobanden over pesten.
- Als je van je kind er met niemand over mag praten, steun dan je kind, geef het achtergrondinformatie en maak je kind duidelijk dat de school het voorzichtig zal aanpakken.
- Voordat je dit belooft, is het raadzaam de school te vragen of ze dit probleem ook daadwerkelijk voorzichtig aanpakt.
- Beloon je kind en help het zijn zelfrespect terug te krijgen.
- Stimuleer je kind tot het beoefenen van een sport, zodat hij in een spel of motorische vaardigheid kan uitblinken.
- Wordt je kind op de sportclub gepest door leeftijd- of klasgenoten, vraag dan de leiding aandacht te besteden aan het pesten en met de kinderen te bespreken dat ieder kind op de club veilig mag zijn.
- Houd de communicatie open, blijf dus in gesprek met je kind. Doe dat niet op negatieve manier, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld: 'wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?'
- Steun je kind in het idee dat er een einde aan komt.
- Laat je kind opschrijven wat het heeft meegemaakt. Dit kan best emotionele reacties bij je kind oproepen. Op zich is dat niet erg, als het maar hierbij geholpen wordt de emoties te uiten en te verwerken.
- Laat je kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining. Sta dus niet toe dat je kind voor de zoveelste keer buitengesloten wordt, nu door het naar een instantie buiten school toe te sturen.

De klachtenregeling voor ouders en leerlingen is te vinden op de website van de school.

Bijlage VIII

Bruikbare adressen bij (cyber)pesten.

Vragen aan de politie over pesten en veiligheid:
www.vraaghetdepolitie.nl

Algemene zoekpagina's:
www.pesten.startkabel.nl
www.pesten.startpagina.nl

Pesten (algemeen):

www.pestweb.nl een website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en docenten
www.pesten.net een website voor en door slachtoffers.
www.pestendoenpijn.nl van bureau Horizon, met interactieve theaterworkshops

Cyberpesten/veilig internetgebruik/veilige school

www.stopdigitaalpesten.nl een campagne van de SIRE
www.digibewust.nl informatieve site van het Ministerie van Economische zaken over 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, schoolleiders en ICT coördinatoren.

Films met als thema Pesten

Bluebird (2004)
Stella (2009)
Mean Creek (2006)
Klass (2007) 16+
Sophie en Arthur (2004)
Pestwebkanaal op youtube geeft korte filmpjes (bijv. pestweb 2.0)
Spijt