



Vechtdal College
Ommen

PESTPROTOCOL

**VECHTDAL
COLLEGE**

OMMEN

INHOUDSOPGAVE

Vooraf

Nationaal onderwijsprotocol tegen pesten.

Uitgangspunten bij het omgaan met pestgedrag

Wat zegt de rechter over pesten?

Pesten en plagen

- a. Wat is pesten?
- b. Hoe wordt er gepest?
- c. Cyberpesten
- d. De gepeste leerling
- e. De pester
- f. De meelopers en de andere leerlingen
- g. Het aanpakken van pesten

Het pestprotocol

- a. Uitgangspunten
- b. De vijfsporenaanpak
- c. Preventieve maatregelen

Het stappenplan na een melding van pesten

- a. De mentor
- b. De coördinator
- c. Het pestproject
- d. Schorsing
- e. Schoolverwijdering
- f. De taak van de vakdocent
- g. De rol van de counselor

De no-blame aanpak

Samenvatting taken van een mentor per leerjaar

Bijlagen

- Bijlage I: Mentorlessen die pesten bespreekbaar maken
- Bijlage II: Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling
- Bijlage III: Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest
- Bijlage IV: Non-contract
- Bijlage V: De no blame-aanpak
- Bijlage VI: Tips tegen cyberpesten

VOORAF

Dit is het pestprotocol van het Vechtdal College Ommen. Dit protocol bevat richtlijnen bij geconstateerd pestgedrag. Bovendien staan er voorwaarden en activiteiten beschreven die pesten kunnen voorkomen.

Eerst worden de theorie en achtergronden beschreven, in de bijlages vindt u de uitwerkingen voor de mentoren.

Wij baseren de uitwerkingen van het pestprotocol op de "no-blame" methode.

Elke school heeft te maken met pestgedrag. Wij proberen dit (preventief en curatief) op te lossen door lessen, gesprekken, straffen en andere maatregelen toe te passen. Belangrijk is om met een protocol te werken dat regelmatig het effect hiervan toetst.

Signalering en/of melden van pestgedrag is een belangrijke voorwaarde om iets tegen dit gedrag te doen.

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

Omdat we ons op school met verschillende ontwikkelingen bezighouden, kan dit leiden tot andere inzichten rondom het pesten. Wanneer dit het geval is, zal het pestprotocol aangepast worden. De leerlingbegeleiders nemen 1x per jaar het proces van pesten onder de loep. Hiervan wordt verslag gedaan aan de teamleider en de overige teamleden.

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:

1. Pesten is een wezenlijk en groot probleem. Uit onderzoek blijkt dat een op de vier kinderen (330.000) in het basisonderwijs en een 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.
2. 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.
3. 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.
4. 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.
5. 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:

- Leerlingenraad (indien aanwezig):
- Ouderraad:
- Medezeggenschapsraad:
- Centraal Management Team:

UITGANGSPUNTEN BIJ HET OMGAAN MET PESTGEDRAG

Pesten is geen probleem maar een feit, het komt veel vaker voor dan wordt gedacht. Men kan als school veel doen aan preventie en heel vaak, als het goed wordt aangepakt, valt er goed mee te leven. Maar pesten eist soms een hoge tol. Media berichten met zekere regelmaat over uit de hand gelopen situaties waarin kinderen na pesterijen overlijden of een eind aan hun leven maken. Pesten is nooit honderd procent te voorkomen. Wanneer we pesten zien als een feit, kunnen we onderzoeken hoe we het binnen de perken houden en sterker nog, hoe we het kunnen gebruiken als waardevolle lessen waar leerlingen hun hele leven plezier van hebben. Leerlingen die op school leren goed om te gaan met pestgedrag, kunnen later beter omgaan met ongewenst gedrag waar ze tegen aan lopen. Kortom: beperk pesten tot een leerbaar en leefbaar niveau.

We willen als school in principe niet uitgaan van straffen maar van herstellen. Kern van Herstelrecht is het feit dat pesten iets beschadigt, relationeel en/of materieel. De pester plaatst zich daarmee min of meer buiten de gemeenschap zoals de school die wil zijn. Die biedt hem wel de kans de schade die hij heeft aangedaan, te herstellen. Sterker nog: zij kent de pester het recht toe om tot herstel over te gaan. Wanneer er daarna sluitende afspraken voor de toekomst worden gemaakt, is de zaak afgerond. Niemand kijkt hem meer lelijk aan of hoeft aan het werk om zijn schade op te ruimen. Een excuus alleen na wangedrag kan dan ook nooit voldoende zijn: excuus moet af te lezen zijn aan het gedrag en worden omgezet in daden.

Ook bij pesten ontkom je soms niet aan straffen en disciplinaire maatregelen, maar dat is niet wat de meeste begeleiders willen. Herstelrecht zal repressieve reacties nooit helemaal vervangen. Het staat naast de repressieve, juridische aanpak.

Als men werkt met Herstelrecht, maakt men gebruik van vragen die bestemd zijn voor de leerling die wordt aangesproken op zijn gedrag en vragen die bestemd zijn voor de leerling die schade heeft geleden van het gedrag van de eerste leerling. (zie bijlage)

WAT ZEGT DE RECHTER OVER PESTEN?

Een confrontatie voor de rechter is het laatste waar een school op uit is. Om te voorkomen dat dit gebeurt, kijken we naar wat de rechter van scholen vraagt wanneer het gaat om pestpreventie.

De school heeft een deel van de opvoedingstaak van de ouders overgedragen gekregen. Uit deze gedeelde verantwoordelijkheid vloeit een plicht voor de school voort om te zorgen voor veiligheid van de leerlingen. Maar hoever gaat die verplichting? Wat zegt de rechter als school en ouders uiteindelijk niet meer naast elkaar, maar tegenover elkaar staan?

Op een school rust, aldus de rechtbank, een bijzondere zorgplicht ten aanzien van de gezondheid en veiligheid van de leerlingen die aan haar zorg zijn toevertrouwd en onder haar toezicht staan. Deze bijzondere zorgplicht houdt in dat een school alle inspanningen moet verrichten die redelijkerwijze van haar kunnen worden gevergd teneinde een veilig schoolklimaat te bieden.

Er is dus geen sprake van een resultaatsverplichting; de school is er niet toe gehouden daadwerkelijk te verzekeren dat er zich geen onveilige situaties kunnen voordoen. Dit betekent, aldus de rechtbank, dat een school voor de schade, veroorzaakt door pestgedrag van medeleerlingen, niet aansprakelijk kan worden geacht op basis van het enkele feit dat dit pesten heeft plaats gevonden. Er kan wel verwijt worden gemaakt naar de school, indien zij tekort is geschoten in het nemen van maatregelen, die redelijkerwijze van haar kunnen worden verwacht, ter voorkoming en bestrijding van dit pesten.

Ouders en school hebben er alle belang bij om pesten zo vroeg en duidelijk mogelijk boven tafel te krijgen. Scholen kunnen daar niet in alle gevallen van op de hoogte zijn. Ouders moeten verder weten dat de school niet tot een zwaardere verantwoordelijkheid kan worden gehouden dan zij zelf kunnen opbrengen als zij de zorg zouden hebben over een groep kinderen. Die uitspraak lijkt de wetgever ook uit te nodigen om een verplichting vast te leggen tot het voeren van veiligheidsbeleid op scholen.

Een school staat sterker voor de rechter als ze kan zeggen: "Zo kijken wij aan tegen pesten en dit zijn de manieren waarop we onze visie verwezenlijken." Wanneer dan ook nog is bijgehouden in welke situaties met welke instrumenten is gereageerd, heeft de school het veiligheidsbeleid vorm en inhoud gegeven. Wat rest is de aanhangige zaak te toetsen aan het handelen van de school.

PESTEN EN PLAGEN

Iedereen kent het verschil tussen pesten en plagen en weet waarschijnlijk ook dat de grens niet eenduidig is te trekken. Plagen is leuk, pesten niet. Een veelgebruikte definitie van pesten luidt: Van pesten is sprake wanneer iemand herhaaldelijk of een lange tijd materiële en/of relationele, maar altijd psychische schade ondervindt door bewust handelen van een of meer personen.

Op iedere definitie valt iets af te dingen of er iets aan toe te voegen. Het belangrijkste element is dat de gepeste schade ondervindt en eronder lijdt dat hij gepest wordt. De pester kan denken dat hij er op de een of andere manier beter van zal worden. Er is sprake van machtsverschil. Uiteindelijk is het de gepeste die het best onder woorden kan brengen wat pesten is.

Pesten is beschadigend en levert verliezers op; plagen is groeibevorderend en zorgt ervoor dat iedereen wint. Plagen is stoeien, je zoekt elkaars grenzen op, de ene keer wint de een, een andere keer de ander. Plagen houd je scherp. Pesten is grensoverschrijdend plagen, het doet pijn. Stoeien en plagen leiden ertoe dat mensen hun grenzen leren ontdekken, aangeven en verdedigen. Met stoeien maak je vrienden: het is een uiting van vriendschap; er ligt vertrouwen aan ten grondslag; je ontwikkelt er nog meer vertrouwen mee. Niet in de laatste plaats vertrouwen in jezelf.

Bij pesten ontbreken al die elementen: vriendschap is ver te zoeken en er is sprake van ongelijkheid, angst, wantrouwen en pijn. Pijn die je jaren later nog ongenadig kunt voelen.

Plagen speelt zich altijd af op grenzen en die leer je alleen maar door er af en toe overheen te gaan. Bij pesten ga je stevig over de grens heen. Plagen is meer dan alleen maar "leuk". Het is een speelse manier waarop mensen leren en groeien. Maar omdat het dus altijd op het randje is, raak je altijd de gevoelige lijn tussen plagen en pesten. Leerlingen verdienen de kans die lijn op een veilige manier te ontdekken en ermee te experimenteren zonder dat er "gewonden" vallen. Wie hun die kans onthoudt, beperkt ze in hun groei.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen 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 docenten en anderen niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan. 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 het dat ze groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groepssfeer 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, mailtjes, sms-jes, tweets en apps.
Lichamelijk:	trekken aan kleding, duwen en sjoeren, schoppen en slaan krabben en aan haren trekken, wapens gebruiken
Achternvolgen:	opjagen en achterna lopen, in de val laten lopen, klem zetten of rijden en opsluiten
Uitsluiting:	doodzwijgen en negeren, uitsluiten van feestjes en groepsopdrachten
Stelen en vernielen:	afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen kliederen op boeken, banden lek prikken, en fiets beschadigen
Afpersing:	dwingen om geld of spullen af te geven en het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.

Cyberpesten

Sinds de komst van internet en sociale platformen als Twitter en Facebook is er een online uitingsvorm van pesten gekomen: cyberpesten.

Cyberpesten, digitaal pesten of digipesten zijn alle drie vormen van pesterijen die gebruik maken van ICT (zoals internet, smartphone of p.c.) om anderen lastig te vallen, te bedreigen of te beledigen. Slachtoffers van cyberpesten worden vooral belaagd via sociale netwerken. Veel vaker dan via bijvoorbeeld e-mail of telefoon.

Cyberpesten uit zich op verschillende manieren. De meest voorkomende vormen van cyberpesten zijn beledigingen, vernederende boodschappen versturen via chat en/of sociale platformen en het op het internet plaatsen van filmpjes, foto's of privégegevens van de ander.

Verschillen

Pesten via internet kent een aantal duidelijke verschillen ten opzichte van het traditionele pesten:

- Bij cyberpesten kun je elkaar niet zien. Cyberpesten wordt daarom als indringender ervaren dan fysiek pesten, omdat de dader vaak anoniem blijft.
- Niet alleen fysiek of sociaal dominante personen doen aan cyberpesten. Door de kennis die de dader heeft van het internet, voelt die zich vaak machtiger dan het slachtoffer. Een cyberpester denkt dan 'veilig vanachter de computer' zijn slag te mogen slaan. Dat uit zich bijvoorbeeld in dreigementen als "pas op of ik blokkeer je facebook account".
- Cyberpesten is niet terug te draaien: Vaak blijven de gegevens op internet gewoon bestaan, zodat het slachtoffer er jaren nadien nog mee geconfronteerd kan worden.
- De impact van cyberpesten is groter dan van gewoon pesten. Via het internet zijn er immers veel meer toeschouwers!

De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dat kan met uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen te maken hebben. Maar dit hoeft niet altijd het geval te zijn. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.

Leerlingen die gepest worden doen vaak andere dingen, of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten: b.v. ze bespelen een ander instrument, doen een andere sport, zijn heel goed in bepaalde vakken of juist niet of ze praten met een accent.

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.

De pester

Pesters zijn vaak de sterkeren in de 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 proberen ze dit te camoufleren door zichzelf groter te maken (te voelen) 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 (in hun beleving) 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 autoritaire docent die op een onprettige wijze laat 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 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 als team het beste kunnen aanpakken.

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:

- De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
- 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 laten alle betrokken partijen zien, dat zij bereid zijn tot samenwerking om de problemen rond pesten aan te pakken.
- Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
- De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (het pestprotocol).
- De school ontplooit preventieve (les)activiteiten

De vijfsporenaanpak

I De algemene verantwoordelijkheid van de school

- De school zorgt dat de directie, de mentoren, het onderwijsondersteunend personeel 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.

II Het bieden van steun aan de leerling 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 teamleider, de leerlingbegeleider of de schoolmaatschappelijk werker.

III Het bieden van steun aan de pester

- Het confronteren van de leerling 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 onderwijsteamleider, de leerlingbegeleider of de schoolmaatschappelijk werker.

IV 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.

V 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

Medewerkers:

- Alle medewerkers zijn alert op pestgedrag en nemen dit serieus.
- Zij worden jaarlijks bijgepraat over de kijk op pesten
- Alle medewerkers leren hoe zij invulling kunnen geven aan de eerste jaarlijkse ouderavond, zodat ouders ook partners blijven in geval van intimiderend gedrag van hun kinderen.
- In het "Bulletin" staat, per schooljaar, minstens driemaal een opfrisartikel.
- Medewerkers weten dat de school het volgende uitgangspunt hanteert: hoe het pesten ook wordt gemeld, altijd proberen we iemand in dienst van de school de melder te laten zijn. Bijvoorbeeld, als het slachtoffer zegt dat hij ook gepest werd in de overblijfruimte, dan zou een conciërge het gezien kunnen hebben. Deze heeft het dan vervolgens gemeld als gedrag dat is opgevallen. De mentor gaat het dan verder onderzoeken. Zo worden slachtoffers geen verklikkers en kunnen we ouders uit de wind houden. Met cyberpesten wordt dit moeilijker.

Leerlingen:

- Het groepsproces wordt gevolgd en actief beïnvloed in alle jaren.
- Bij alle vakken wordt geïnventariseerd of er inhoudelijk iets raakt aan het onderwerp "intimiderend gedrag", "samenleven", "een betere wereld" en dergelijke.

Ouders:

- Informeer de ouders op iedere eerste ouderavond in het jaar over algemene zaken en over hun partnerschap met de school.
- Organiseer om de paar jaar een thema-avond. Mogelijke thema's zijn: hoe werkt een veilige school? Wat zijn de risico's van internet? Hoe gaan wij om met discriminatie? Cyberpesten.
- Informeer via de "Nieuwsbrief" over de ontwikkelingen op school. Het partnerschap met hen als directbetrokkenen wordt daarin vanuit verschillende invalshoeken belicht.
- Zorg dat de mentor ouders op de hoogte houdt van de ontwikkelingen in de groep en de activiteiten die hij/zij met de groep uitvoert.

Mentoren:

- Elke mentor bespreekt ergens 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 de leerjaren 1 en 2 wordt aandacht besteed aan pesten in een of meerdere mentorlessen. Wij maken in klas 1 gebruik van het theaterprogramma Pesten doet pijn. In klas 2 wordt een theatervoorstelling over cyberpesten getoond en besproken. In klas 3 wordt d.m.v. een theatervoorstelling aandacht besteed aan grensoverschrijdend gedrag, deze voorstelling wordt ook na besproken. In klas 4 gaan wij met de leerlingen een voorstelling bekijken rondom het thema homoseksualiteit en tolerantie.
- De leerlingen ondertekenen aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (het non-contract).(zie bijlage)
- 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 wordt een notitie gemaakt in "Magister".

Theaterprogramma Pesten doet pijn.

Dit programma wordt gedaan door "bureau Horizon".

De leerdoelen zijn:

- Leerlingen bewust maken van de patronen die spelen bij pestgedrag
- Leerlingen bewust maken van het feit dat zij actief mee kunnen werken om pesten te voorkomen of te stoppen
- Vaardigheden aanleren om dit te kunnen realiseren.

Voor de overige klassen zijn de programma's nog in ontwikkeling.

HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN

Het stappenplan na een melding van pesten.

A. De mentor

- Wanneer het pesten plaats vindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester apart.
- 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 teamleider van de leerling(en).
- Hij overhandigt de teamleider het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.
- Indien het probleem escaleert (zie 5) worden de ouders/verzorgers op de hoogte gesteld en zo nodig betrokken bij het vinden van een oplossing.

B. De teamleider

- De teamleider 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
 - 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 leerlingbegeleider/ maatschappelijk werk op school.
- 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 en zet deze in magister

C. Het pestproject

- Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, wordt hij door de school ertoe verplicht om individueel een programma te volgen. Dit zou gevolgd kunnen worden bij school maatschappelijk werk.
- 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.
- De ouders worden van dit project op de hoogte gesteld en melden aan de school of het programma daadwerkelijk gevolgd wordt.

D. Schorsing

- Wanneer het verplichte pestproject 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 teamleider.

E. Verwijdering van de vestiging

- 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 vestiging kan en wil geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen.
- Er rest de vestiging niets anders dan verwijdering. (rebound)

De taak van docenten

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 leerlingbegeleider

- Hij ondersteunt, in overleg met de zorg coördinator, waar nodig mentoren tijdens de verschillende fasen in het proces.
- Hij biedt, in overleg met de zorg coördinator, op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
- Hij biedt (in overleg met de zorg coördinator) een SoVa training aan voor het eerste en tweede leerjaar.
- Hij kan, waar nodig, een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
- Zij vraagt regelmatig aandacht voor de problematiek via de nieuwsbrief aan de ouders en via de schoolkrant.

DE NO BLAME-AANPAK

Bullying Prevention Program is het bekendste schoolbrede antipestprogramma van Olweus.

Dit programma is in 1978 in Noorwegen ontwikkeld en is het eerste schoolbrede interventieprogramma dat op grote schaal geïmplementeerd en systematisch geëvalueerd werd (Smith et al., 2005). Het originele programma is preventief van aard, maar kan ook als interventie ingezet worden om pestgedrag op basisscholen en middelbare scholen, leerlingen van 6 tot 15 jaar oud, terug te dringen en onderlinge relaties te verbeteren (Hoekstra ter Beek, Wiefferink & Buijs, 2007).

Het Bullying Prevention Program is gebaseerd op onderzoek naar het ontstaan van pestgedrag en ander agressief gedrag bij jeugdigen (Ruiters, Wiefferink en Buijs, 2006). Doel van het programma is de school zo te hervormen dat de mogelijkheden en beloningen voor pesten afnemen (Hoekstra et al, 2007). Centraal kenmerk van het programma is dat leerlingen, ouders, docenten en directie bij de invoering betrokken worden en informatie krijgen over pesten wat het is en wat ze er zelf tegen kunnen doen. Concreet richt het programma zich op drie niveaus: de school in zijn geheel, de afzonderlijke klas en de individuele leerlingen.

De no blame-aanpak stopt zoveel mogelijk energie in wat je wilt bereiken en zo min mogelijk in waar je last van hebt. De begeleider wil bereiken dat de leerling zich veilig, prettig en gewaardeerd voelt in de klas en dat betekent dat pesters hun pestgedrag omzetten in gedrag waar alle leerlingen en niet in de laatste plaats zichzelf beter van worden.

De aanpak wint aan kracht wanneer de ouders van betrokkenen op de hoogte zijn van de bedoelingen en de ideeën die erachter zitten. Meestal kunnen ouders zich hier uitstekend in vinden en zien zij dit als ondersteuning voor henzelf en hun kind. Ook hier kun je twijfelen aan het succes wanneer ouders er niet uitgesproken achter staan.

SAMENVATTING TAKEN VAN EEN MENTOR PER LEERJAAR

Taken van de mentor leerjaar 1.

- De mentor bespreekt ergens 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.
- Tijdens de mentorlessen wordt aandacht besteed aan pesten.
- De leerlingen ondertekenen aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (het pestcontract).(zie bijlage)
- In klas 1 wordt gebruik gemaakt van het theaterprogramma "Pesten doet pijn" van Bureau Horizon.

Taken van de mentor leerjaar 2.

- De mentor bespreekt ergens 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.
- Tijdens de mentorlessen wordt aandacht besteed aan pesten.
- In klas 2 wordt gebruik gemaakt van het theaterprogramma "Cyberpesten" van Bureau Horizon.
- De leerlingen ondertekenen aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (het pestcontract).(zie bijlage)

Taken van de mentor leerjaar 3.

- De mentor bespreekt ergens 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.
- Tijdens de mentorlessen wordt aandacht besteed aan pesten.
- In klas 3 wordt gebruik gemaakt van het theaterprogramma "Omgaan met seksuele intimidatie; grenzen".

Bijlage I

Mentorlessen die pesten bespreekbaar maken

Samen met de klas ga je op zoek naar een gemeenschappelijke verantwoordelijkheid, door met de klas te praten over de aanpak van pesten.

Les 1.

Oefening: Ik ga op vakantie en neem mee.....

Voor deze oefening ga je als volgt te werk: de mentor vertelt dat hij op vakantie gaat. Hij neemt iets mee op vakantie en nodigt de klas uit om te proberen ook op reis te gaan. Dat werkt als volgt. Het voorwerp dat de mentor meeneemt, heeft een geheime code. Leerlingen die de code kraken mogen mee op reis.

Bijvoorbeeld: ik ga op vakantie en neem een appelflap mee. De code in appelflap zou kunnen zijn dat de laatste letter van het voorwerp, een p de eerste letter is van de achternaam van de mentor. Leerlingen die een voorwerp meenemen dat op de eerste letter van hun eigen achternaam eindigt, mogen dus mee. Het voorwerp appelflap wordt als eerste genoemd. De mentor vraagt de leerlingen om beurten wat ze mee willen nemen op reis. Als een leerling, bijvoorbeeld Bas de Groot, een fluit meeneemt, mag hij niet mee. Kiest hij voor een trouwring, dan dus wel.

Deze oefening sluit aan bij het thema pesten. Als je de code niet weet voel je je buitengesloten. Als je de code ontdekt hoor je erbij en voel je je dus veilig.

Varianten:

- Het voorwerp begint met de eerste letter van de voornaam.
- Het voorwerp eindigt met de eerste letter van de voornaam.
- Enz.

Nabespreken

- Hoe was om bij de groep te horen die de code gekraakt had?
- Hoe voelde het om steeds te horen te krijgen: "Je mag niet mee op vakantie."
- Hoe was het om de code geheim te houden?

Vervolg

Schrijf het woord "pesten" op het bord en vraag de klas te reageren op dit thema. Wie is/heeft er wel eens gepest? Wie wil er iets over vertellen in de groep? Wanneer is het plagen, wanneer is het pesten? Wat is het verschil? (Pesten is eenzijdig, plagen gelijkwaardig; je plaagt terug)

Les 2.

Zoek op internet een verhaal van een leerling die gepest wordt (bijvoorbeeld op www.pestforum.nl). Lees dat verhaal voor in de klas.

Voorbeeldverhalen: ***Pesten is geen grapje!!***

Verhaal 1

Al vanaf groep 1 begon het gepest, met uitlachen buitensluiten en noem maar op, omdat ik toch wel anders was als anderen. Naar mate de jaren voorbij gingen werd het gepest ook erger en vanaf groep 4 zelfs ook lichamelijk geweld.

Door alles wat er gebeurde werd ik ook dikker en onzekerder, ik durfde ook bijna niet naar het zwembad, omdat ik dan toch alleen heen zou moeten, en toch weer uitgelachen zou worden of uitgescholden. Ze wisten dat ik makkelijk was te pesten door thuis en de scheiding van mijn ouders, voor mezelf opkomen kon ik niet, was bang en hield me altijd op de achtergrond.

In groep 7 en 8 werd het wat minder, en dacht toen bij mezelf, zou het dan nu eindelijk afgelopen zijn? Zou ik eindelijk een nieuwe start kunnen maken, op een compleet nieuwe en vreemde school?

Maar toen kwam ik in de 1e klas, wat ik dacht een leuke nieuwe start zou worden, en in een paar weken werd die hele droom kapot gemaakt, het gepest begon opnieuw, werd opnieuw uitgelachen en uitgescholden. Vele gesprekken gehad maar niets hielp.

2e klas werd het gepest nog erger, nieuwe mensen erbij die mij probeerden weg te werken. Vele mensen die me uitscholden en alles. Het raakte me diep. Ze wisten dat ik niet goed in mijn vel zat.

3e klas was voor mij het ergste jaar, ze probeerde(n) me van school te pesten, ben paar keer voor de grap een blauw oog geslagen, omdat ze dat grappig vond(en) ik hoop te zo dat ik geaccepteerd zou worden.

En door alle woorden die ik naar me toe kreeg, zoals: "Je bent dik"; "Je bent lelijk"; "Hahahaha je ziet er niet uit"; "Armoedzaaier" en nog voor veel meer dingen, verloor ik ook mede daardoor mijn eetlust, en heb ik toen ruim 9 maanden haast niks gegeten, ik wou niet meer dik genoemd worden, ik wou geaccepteerd worden.

In klas 4 hield het eindelijk een beetje op, en voelde als een grote opluchting voor mij. Ik wist niet wat me overkwam, ik werd zowaar een beetje geaccepteerd zoals ik was. Maar door al die ellende heb ik geen zelfvertrouwen en positief zelfbeeld meer, en is het moeilijk te geloven als mensen iets positiefs over je zeiden. Nog steeds heb ik er moeite mee om voor mezelf op te komen en niet over me heen te laten lopen. Maar stukje bij beetje lukt het me, met dank aan steun van vrienden en familie. En toch hoop ik op een dag dit alles achter me te kunnen laten, en dat ik dit niet meer met me mee hoeft te dragen en dan een compleet nieuwe start te kunnen beginnen. Gewoon het verleden achter me laten en kijken wat de toekomst mij zal brengen. Want ondanks dat ik nog maar 16 jaar oud ben, heb ik voor mijn gevoel genoeg mee moeten maken wat voor veel mensen haast niet te beseffen is omdat mensen vaak niet inzien hoe het leven eruit ziet van een kind dat gepest is/wordt. En dat moeten ze eens gaan beseffen.

Het leven van een gepest kind zal nooit meer hetzelfde zijn.

Shelly Jonkman

Verhaal 2

De vraag waarom ik gepest ben, heb ik nooit antwoord op gekregen. Vaak snap ik het nog steeds niet, was ik dan werkelijk zo anders als de rest? Mijn basisschooltijd was vreselijk. Ik kan mij lang niet alles meer herinneren, maar wat ik mij wél kan herinneren denk ik liever niet meer aan terug. 's Middags vaak huilend thuis, niet meer naar school willen, want het is niet leuk. Elke keer weer die drama, om weer naar school te moeten. Buiten worden gesloten, spullen die van je afgepakt worden, als er iets gebeurde, kreeg ik daar de schuld van. De kneedgum die in je haar gegooid wordt, wat er later thuis uitgeknipt moet worden. Je achternaam waar je jaren lang mee gepest wordt, lelijk genoemd worden. Het moment dat je oma op sterven ligt, dat daar 'leuke' liedjes over gezongen worden, dat je oma 'lekker dood gaat'. Toetsen die je goed maakt, waarvan dan gezegd wordt dat het niet kan, want je hebt afgekeken. Je moeder die op school komt, omdat ze er zat van is, haar kind elke dag huilend thuis zien te komen, waarop er gezegd wordt dat ik het zelf deed en er niks aan de hand was. Werd je eindelijk eens een keer uitgenodigd voor een verjaardagsfeestje, werd je daar ook gepest. Zou ik dan speciaal met die reden uitgenodigd zijn? Om gepest te worden? Wat was ik blij toen deze tijd voorbij was, alleen maakte het mij ook bang. Een nieuwe school betekende nieuwe mensen, zou dit dan ook nieuwe pesterijen betekenen? Wat had de basisschool periode met mij gedaan? Ik was bang voor alles en iedereen, lelijk, onzeker, maar durfde vooral mijn achternaam niet meer te gebruiken. Het gene waar ik zo mee was gepest. Het begin van het VMBO ging wel redelijk, ik had een paar vrienden gemaakt. Die later weer van mij werden afgepakt, waardoor er niet meer naar mij werd omgekeken. Voor zo ver vond ik dat wel prima, als ik er nu aan terug denk, is het

eigenlijk te gek voor woorden. Maar zolang ze mij maar met rust lieten, was alles oké. Het moment dat er geprobeerd werd mij te pesten, gaf ik een weerwoord. Het maakte mij wel bang, want wat gebeurde er nu ik een weerwoord had gegeven? Na het weerwoord te hebben gegeven, hebben ze het nooit weer geprobeerd. Was dat dan alles wat nodig was, om niet gepest te worden? Ergens in de 3de klas werd alles wel weer erger. Het was erg in om met kanker te schelden en te doen. Mijn nicht had kanker, het raakte mij enorm. Ik besloot om hiervoor naar de mentor te gaan, om het er over te hebben, dat het mij pijn deed. Waarop het antwoord gegeven werd wat het woordje kanker nou uitmaakte, ik stelde mij aan. Daar zat ik dan, in een klas, continu kanker te horen, terwijl mijn nicht er aan dood ging. 4de klas, het examen jaar. Het 3de jaar had ik volledig verpest. Eigen schuld, ik vond het zelf niet nodig om elke dag naar school te gaan. Ik ging het examenjaar in met allemaal 5'en en 6'en. Het 4de jaar heb ik hard mijn best gedaan, ik wilde zo snel mogelijk van school af. Toch kwam daar dan de examenuitslag.. 1tiende punt te kort. Dat betekende simpel weg het jaar over doen. Dat zag ik enorm tegen op, maar ik had eigenlijk geen andere keuze. Gelukkig dat jaar wel veel leuke mensen leren kennen en toch nog een redelijk leuk schooljaar gehad. Toch merk ik wel, dat wanneer het elke keer weer draait om iets nieuws, nieuwe school, nieuw werk. De angst door mijn lichaam giert, bang wat de mensen van mij zullen vinden, bang niet leuk genoeg te zijn, bang om weer gepest te worden, buitengesloten te worden. Dat is wat het pesten met mij gedaan heeft. Ik heb enorme moeite gehad met mensen vertrouwen, want in mijn ogen, waren mensen totaal niet te vertrouwen. Gevoelig voor sommige opmerkingen, wat mij enorm onzeker kan maken. Maar met de juiste mensen, kom ik wel waar ik wil komen.

Het pesten heeft mij gemaakt tot wie ik ben, en misschien is dat wel sterker dan ooit.

Pesten is geen spelletje. Hopelijk kan het ooit allemaal stoppen en realiseren de pesters wat ze aanrichten, want ik gun het niemand.

Linda

Verwerkingsopdracht

Ga in gesprek over het gekozen pestverhaal.

- Wat is er gebeurd?
- Waarom doen pesters dit iemand aan?
- Waarom grijpt de gepeste leerling niet in?
- Wat hadden de omstanders kunnen doen?

Verdeel de klas in groepjes van 4 leerlingen. Vertel dat de leerling uit het pestverhaal volgende week in deze klas instroomt. Laat de groepjes samen antwoord geven op:

1. Wat kunnen we doen om deze leerling goed op te vangen/te helpen?
2. Wat kun je doen om te voorkomen dat pesten normaal wordt op onze school?
3. Welke afspraken maken we in deze klas om te voorkomen dat één van ons gepest wordt (en om te voorkomen dat hij of zij zijn of haar vreselijke verhaal op internet kwijt moet)?
4. Spreek de antwoorden na in de kring.
5. Zet de afspraken op papier en laat dit door de klas ondertekenen (pestcontract/ non- contract).
6. Elke leerling krijgt een kopie van dit ondertekende contract.

Voorbeeld van een pest-contract

Contract "veilig in school"

Ik vind dat iedereen zich veilig 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 neem geen wapens of drugs mee naar school
7. Ik gebruik geen geweld
8. Als iemand mij hindert vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
9. Als dat niet helpt, vraag ik een docent om hulp

Bijlage II

Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)Erkenning van het probleem.
- Wat is er precies gebeurd? (wie, waar, wanneer, hoe vaak, hoe lang)
- Wat dacht je toen het gebeurde?
- Hoe denk je er nu over? (Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?)
- Zijn er jongeren die jou wel eens proberen te helpen?
- Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat is het ergste voor jou?
- Wat is nodig om dit te herstellen?

- 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 hen dat gelooft dat de pester misschien wel gelijk heeft en dat zij het verdienen om te worden gepest. Besteed hier aandacht aan want **niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.**

Bijlage III

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:** het 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 leerling. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.
- **Specifiek:** 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.

Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

- Klopt het dat je pest?
- Wat is er precies gebeurd? (wie, waar, wanneer, hoe vaak, hoe lang)
- Wat dacht je toen het gebeurde?
- Hoe denk je er nu over?
- Wie hebben er schade opgelopen door wat jij hebt gedaan?
- Wat moet er gebeuren om dit te herstellen?

Het pestgedrag moet stoppen

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

Bijlage IV

NON-CONTRACT

Non-contract van:.....

Opgemaakt in samenwerking met:.....

DE VERKLARING:

Ik stop van-....-..... tot en met met:

.....

.....

De achterliggende reden voor mijn gedrag:

.....

.....

Preventie:

.....

.....

En ik zal en

Vragen mij daarin te steunen door:

.....

.....

Sanctie:

Als ik dit contract niet nakom zal ik:

.....

Aldus opgemaakt,

Datum:....-....-.....

Handtekening:

Akkoord begeleider:

Akkoord ondersteuners:"

Bijlage V

De no blame-aanpak

Deze aanpak vindt plaats in 7 stappen:

1. **De begeleider interviewt het slachtoffer** en zoekt met hem/haar wie zijn/haar belagers zijn en op welke manier die hem/haar het leven zuur maken. Wie nemen het voortouw, wie zijn de volgers? Maar vooral ook, wat gebeurt er in het hoofd en het hart van de leerling? Wat is de schade die hem/haar overkomt en hoe uit die zich in zijn/haar gedrag? De begeleider legt in het interview de nadruk op het gevoel van de leerling. Hij vraagt de leerling als "huiswerkopdracht" wat hem/haar allemaal overkomt, op papier te zetten. Dat kan in een opstel, een collage, tekening of gedicht. De begeleider vraagt of hij het resultaat met klasgenoten mag bespreken.

2. **De begeleider organiseert een gesprek met betrokken leerlingen.** Hij nodigt een groep van 5 leerlingen uit, pesters zowel als meelopers en enkele leerlingen met een positieve groepsinvloed. Het slachtoffer doet hieraan niet mee. De begeleider vertelt de deelnemers dat er een groepsprobleem is: "Er zit in onze groep een leerling die het niet naar zijn/haar zin heeft. Dat is vervelend voor de leerling en voor iedereen in de klas, want we willen het met z'n allen goed hebben. Ik wil kijken wat we kunnen doen om die leerling het meer naar zijn/haar zin te laten hebben in de klas en daarvoor doe ik graag een beroep op jullie. Hoe kijken jullie daar tegenaan?" De begeleider maakt gebruik van de relatie binnen de groep en neemt zelf ook positie in. Hij heeft een mening en een taak. De begeleider vertelt dat niemand (op dit moment, naar aanleiding van deze situatie) bang hoeft te zijn voor straf of represailles. De reactie is meestal positief.

3. **De begeleider legt het probleem uit:** Wanneer de leerlingen "ja" hebben gezegd, gebruikt de begeleider het vel met de huiswerkopdracht om te vertellen hoe het slachtoffer zich voelt. Hij treedt niet in details en gaat geen ja/nee-discussies aan rond incidenten of beweerde feiten. Er wordt niet beschuldigd, er worden geen daders aangewezen. De situatie is dat een klasgenoot zich op dit moment ongelukkig voelt.

4. **De begeleider benoemt de gezamenlijke verantwoordelijkheid.** De begeleider zegt dat in een groep ieder medeverantwoordelijk is voor hoe anderen zich voelen. Iedereen kan een bijdrage leveren aan het goede gevoel van anderen. Sterker nog, iedereen heeft altijd invloed. Zelfs als jij stil en rustig bent en je nooit ergens mee bemoeit, heb je invloed.

5. **De begeleider vraagt alle deelnemers om met ideeën te komen** die er toe bijdragen dat de besproken leerling zich gelukkiger gaat voelen. Dit kan ertoe leiden dat de leerlingen tips hebben voor het slachtoffer. Doordat de begeleider deze verwelkomt en zeer serieus neemt, voelen leerlingen de ruimte om te reageren. Zeker voor pesters, bij wie boosheid en irritatie vaak vertrouwde gevoelens zijn, zit hierin veel erkenning. Zij komen vaak met opmerkingen als: "Ja, maar hij/zij moet....." en "Hij/zij doet altijd zo.....". De begeleider zet al deze kritische noten om in tips en vraagt toestemming deze te bespreken met de leerling. Daarna kan de begeleider zeggen: "Fijn dat ik tips van jullie mag overbrengen. Dat ga ik doen. Maar zijn er ook dingen die jullie kunnen en willen doen om ervoor te zorgen dat de ander zich prettiger voelt? Gedurende de hele sessie krijgen ze betekenis en erkenning: "Mooi dat jullie meedenken en dat we elkaar op deze manier helpen." De begeleider moedigt aan en geeft positieve feedback en waakt ervoor de leerlingen beloftes tot gedragsverbetering af te dwingen.

6. **De begeleider laat het probleem aan de groep over.** De leerlingen wordt gevraagd welke van hun eigen bijdrage zij de komende tijd gaan toepassen. Ieder bepaalt zelf wat hij doet en op welke manier. De begeleider geeft hun

verantwoordelijkheid, rust en invloed. Hij bespreekt de tips van de leerlingen met de gepeste leerling. Hij spreekt met de leerlingen af dat ze later bespreken wat er is veranderd na dit gesprek en hij bedankt hen voor hun medewerking.

7. De begeleider interviewt de leerlingen na een of twee weken. Hij vraagt alle leerlingen die hij eerder heeft gesproken, hoe de zaken nu lopen. Wat is er verbeterd? Hij doet verslag aan de ouders van de gepeste leerling en de meest betrokken ouders.

Bijlage VI

Tips tegen cyberpesten

- Alleen vrienden toevoegen die je offline ook goed kent.
- Maak je profiel alleen zichtbaar voor je vrienden, zodat pesters je niet bereiken.
- Bewaar bewijzen van pesten! Maak een screenshot van je scherm of smartphone (kan met een app) en ga hiermee hulp halen.
- Beter iemand blokkeren en verwijderen dan terugschelden, ook bij WhatsApp.
- Word je bij Twitter, Facebook of Youtube getagd terwijl je dit niet wilt? Verwijder het en geef aan dat iets niet OK is!
- Een haatprofiel altijd aangeven bij de webbeheerder, haatgroep op WhatsApp? Meld dit bij je mentor!
- Kies een sterk wachtwoord en deel die met niemand!
- Respecteer elkaars privacy als je foto's en filmpjes online zet, vraag toestemming!
- Doe geen dingen online die je offline ook niet zou doen.