

Anti-pestprotocol

Protocol Coornhert Lyceum tegen ongewenst gedrag

Aangenomen door de MR, juni 2020

Voorwoord

De visie van het Coornhert Lyceum is het uitgangspunt van de leerlingbegeleiding: 'Samen werken aan jezelf op het Coornhert'. Wij zijn een brede school met veel diversiteit in opleiding, vakken, activiteiten en in mensen: uit alle lagen van de bevolking, met uiteenlopende achtergronden en interesses. We werken samen, luisteren naar elkaar en je wordt gezien en gekend.

We creëren ruimte voor iedereen om zichzelf te kunnen zijn, passend binnen de overeengekomen gedragsverwachtingen en met respect voor elkaar.

We werken aan een positieve sfeer in de klas, in en om de school en leerlingen, medewerkers en ouders die prettig met elkaar omgaan, waarbij pesten geen kans krijgt. Toch komt pesten voor op elke school en in iedere groep. Ook bij ons.

Om pesten zo veel mogelijk te voorkomen hebben we dit anti -pestprotocol opgesteld. Dit protocol vormt de verklaring van medewerkers, leerlingen en ouders van de school waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op het Coornhert Lyceum niet accepteren en volgens een vaste handelwijze aanpakken. Het anti-pestprotocol is onderdeel van het Schoolveiligheidsbeleid.

Het beschrijft wat we onder pesten verstaan, hoe we pesten willen voorkomen en wat de aanpak is als er wordt gepest.

Het hoofddoel van het protocol is het voorkomen en bestrijden van pesten, onze aanpak is om alle betrokkenen duidelijkheid te geven over ieders rol. Daarnaast heeft het protocol een informatieve en verwijzende functie.

Veel van wat er in dit protocol staat, passen we al meerdere jaren toe op onze school. We hebben gemerkt dat het belang van openheid groot is. We kunnen gedrag niet doorbreken als pestgedrag niet wordt gesignaleerd of gemeld. De leerling blijft dan met zijn of haar probleem alleen staan. Vertrouwen winnen en geven op een gebied waar nog te vaak wantrouwen overheerst, is dan ook een belangrijk doel van onze aanpak.

Simone van den Berg
Zorgcoördinator Coornhert Lyceum
Mei 2020

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
Preventieve aanpak	3
Dagelijkse aandacht voor een positief klimaat	
De taak van docenten en ondersteunend personeel	
Rol van de mentor	
Wat verstaan wij onder pesten?	5
De rollen bij pesten	
De meelopers en andere leerlingen	
De gepeste leerling	
Wat zijn de signalen voor een peestsituatie	
Stappenplan bij pesten	7
Vijfsporenaanpak	
Gemaakte afspraken	9
Gedagsverwachtingen en hoe houden we die levend	9
Preventie	9
Cyberpesten	10
Hoe wordt er gepest	10
Seksueel overschrijdend gedrag	11
Wat zijn de consequenties van (herhaald) pestgedrag	11
Bijlage I Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	12
Bijlage II Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest	13
Bijlage III No Blame-aanpak	14
Bijlage IV Tips voor leerlingen	17
Bijlage V Links en meer informatie	18

Preventieve aanpak

Door direct op te treden tegen pesten willen we een duidelijk signaal afgeven aan leerlingen dat we pesten op het Coornhert Lyceum niet tolereren. Afhankelijk van alle andere ontwikkelingen binnen de school, zal ook het handelen rond het tegengaan van pesten zich verder ontwikkelen. In dat geval passen we dit protocol aan.

Voorbeeldgedrag van de docent in de les en van de medewerkers van de school vinden wij belangrijk. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar we acceptatie van verschillen aanmoedigen, waar we ruzies niet met geweld oplossen, maar uitspreken, waar we leerlingen respecteren in hun eigenheid, waar we agressief gedrag niet accepteren en waar docenten, onderwijsondersteunend personeel, coördinatoren en schoolleiding duidelijk grenzen stellen bij ongewenst gedrag.

In en rond de school, tijdens pauzes en tussenuren surveilleren docenten en conciërges. Bij het aanspreken op ongewenst gedrag, herinneren wij leerlingen aan de gedragsverwachtingen.

Dagelijks aandacht voor een positief klimaat

Door de school heen zijn 4 duidelijke gedragsverwachtingen geformuleerd die het uitgangspunt vormen voor de omgang met elkaar:

1. Wij respecteren elkaar
2. We praten positief met elkaar
3. Wij nemen onze verantwoordelijkheid voor ons leren
4. Wij houden de school rustig, veilig en schoon

Een van de zes 'Coornhert competenties' is reflexiviteit. We bevorderen het zelfbewustzijn van het eigen leren en sociale handelen in de school en in het geven van wederzijdse feedback en feed forward op proces en resultaat. We willen als school een veilige oefenplaats zijn waarin onze leerlingen deze competentie verwerven. Leren hoe je feedback en feed forward geeft zonder dat je een ander kwetst of pest, krijgt hierbij veel aandacht.

De taak van vakdocenten en onderwijsondersteunend personeel bij pesten

De vakdocenten en het onderwijsondersteunend personeel (conciërge, studiehuismedewerkers, administratie) hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of vermoeden, verwachten we dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen bij de coördinator van de afdeling om hulp en overleg in gang te zetten.

Rol van de mentor

De mentor speelt een belangrijke rol in het tot stand brengen van een veilig klassenklimaat vanaf de allereerste kennismaking. In klas 1 is dat begin juni. In de introductieweek in augustus/september is er een uitgebreid programma waarin de kinderen elkaar leren kennen. De nadruk ligt op het goed leren omgaan met elkaar. We besteden aandacht aan de vaardigheid van het luisteren naar elkaar en het duidelijk zijn, het samenwerken, het geven en ontvangen van feedback. Door middel van het formuleren van bewustwordingsvragen

krijgt de klas duidelijkheid over hoe met elkaar om te gaan. Een voorbeeld van zo'n vraag is 'Kennen jullie een omgangsregel waar iedereen bereid is zich aan te houden?' Na brainstormen hierover wordt de omgangsregel geformuleerd.

De leerlingen schrijven de omgangsregels op in hun studielesboekje. De omgangsregels kunnen ook op een groot vel papier geschreven worden dat wordt ondertekend door de hele klas en opgehangen in het lokaal. Kern van deze regels is het begrip *respect*. Voor elkaar en voor elkaars spullen.

Wat verstaan wij onder pesten?

Pesten is iets anders dan plagen. Pesten gaat uit van machtsongelijkheid. We spreken van pestgedrag als een leerling, soms incidenteel, maar vaak voortdurend en systematisch wordt lastiggevallen, bedreigd en/of geïntimideerd. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend. Het pestgedrag is doelbewust, de pester heeft de bedoeling een ander pijn te doen of te vernederen.

Pesten komt vaker voor dan je als docent kunt zien. Ongeveer 80% van het pesten gebeurt buiten het zicht van de leerkracht. Bijvoorbeeld in de kleedkamer bij gym, op de gang of in de pauzeruimtes, op de toiletten, enz.

Er zijn zichtbare vormen van pesten, zoals uitschelden, vernederen, spullen afpakken of spullen vernielen en onzichtbare manieren zoals buitensluiten of negeren. Het lastige van pestgedrag dat zich in het verborgene afspeelt, is dat er moeilijk op te krijgen is. Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen slachtoffer worden. Gepest zijn kan doorwerken tot ver in de volwassenheid en sommige 'gepesten' houden hier hun hele leven last van, iets wat de ouders zich niet realiseren. Iedereen moet pestgedrag serieus nemen en er open over communiceren.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen zelf hebben een taak bij het tegengaan van pesten.

Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en moeten hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen en deze serieus nemen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben.

Het bespreekbaar maken van pesten is geen klikken, maar is juist met elkaar werken aan een veilige school met gelukkige leerlingen.

De rollen bij pesten (pester, gepeste, helper, omstanders etc.)

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 gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander te kleineren.

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. Veel pesters worden of werden zelf ook gepest. Pestgedrag kan een aantal dieperliggende 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; bijvoorbeeld 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).

Pesters hebben zelf ook problemen die we moeten aanpakken. Dit mag echter nooit een excuus zijn om te pesten.

De meelopers en andere leerlingen

Pesten is een groepsprobleem. Er is nooit één dader. Op zijn minst zijn er andere kinderen die dit gedrag tolereren. Meelopers zijn leerlingen die (incidenteel) meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden. 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 opkomen voor het slachtoffer of geen hulp inschakelen.

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.

Leerlingen die gepest worden, doen vaak andere dingen of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten: ze bespelen een ander instrument, doen een andere sport, zijn heel goed in bepaalde vakken of juist niet, zien er anders uit of ze hebben een andere geaardheid. Een kind dat wordt gepest, praat er op school of thuis niet altijd over. Redenen hiervoor kunnen zijn:

- schaamte
- angst dat de volwassene met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt
- het probleem lijkt onoplosbaar
- het idee dat je niet mag klikken

Wat zijn signalen voor een peestsituatie? (ook van belang voor ouders)

- niet meer naar school willen
- niet meer over school vertellen thuis
- geen andere kinderen mee naar huis nemen of niet meer door anderen gevraagd worden
- slechtere resultaten op school dan voorheen
- regelmatig spullen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen
- regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben
- blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen
- niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben
- niet alleen een boodschap durven doen
- niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan
- bepaalde kleren niet meer willen dragen
- thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn
- zelf blessures scheppen om niet naar school te hoeven

Stappenplan bij pesten

Vijfsporenaanpak

Het werken aan een positief en veilig klassenklimaat en het aanpakken van pesten is een gezamenlijke verantwoordelijkheid. Samenwerking tussen schoolleiding, het team, ouders en leerlingen (pester, gepeste en overige klasgenoten) is daarbij nodig. Deze vorm van samenwerken noemen we ook wel **de vijfsporenaanpak**.

De vijfsporenaanpak is een benadering van pesten, gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn: de gepeste leerling, de pester, de ouders, de klasgenoten en de school.

De docent/mentor of counselor biedt steun aan de **gepeste leerling en**:

- luistert naar de leerling en neemt het probleem serieus
- zoekt uit wat er is gebeurd
- overlegt met de leerling over mogelijke oplossingen
- werkt samen met de leerling aan oplossingen
- zorgt dat waar nodig de leerling deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld door een sociale vaardigheidstraining om weerbaar te worden, Rots en Watertraining met de klas of een training onder leiding van een andere instantie (bijv. Just be you-dag)
- zorgt voor vervolggesprekken met bijv. counselor of andere medewerker van het zorg-& ondersteuningsteam

De docent/mentor of counselor biedt steun bieden aan de **leerling die pest en**:

- bespreekt wat pesten voor een ander betekent
- probeert de achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen

- helpt om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere leerlingen
- helpt de pester zich aan regels en afspraken te houden
- laat de leerling zich veilig voelen; legt uit wat hij of zij gaat doen om het pesten te stoppen
- stelt grenzen en verbindt daar consequenties aan
- zorgt voor vervolggesprekken (zelf of via het zorg- & ondersteuningsteam)

Pesten is een groepsdynamisch proces. De docent/mentor of counselor betreft **de rest van de klas** bij de oplossingen van het pestprobleem. Hij of zij

- zorgt voor een veilige sfeer in de klas
- praat met leerlingen over pesten en hun eigen rol daarbij
- overlegt met de leerlingen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen
- werkt samen met de leerlingen aan oplossingen, waarbij zij zelf een actieve rol spelen
- de mentor komt hier in de toekomst op terug en houdt vinger aan de pols

De algemene verantwoordelijkheid van **de school**. Het Coornhert Lyceum:

- neemt stelling tegen pesten
- zorgt dat de medewerkers voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en over de aanpak van pesten
- werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van onze leerlingen zo optimaal mogelijk is

Het bieden van steun aan **de ouders**: Het Coornhert Lyceum

- neemt ouders die zich zorgen maken over pesten serieus
- werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken
- geeft adviezen aan de ouders in het omgaan met hun gepeste of pestende kind
- verwijst de ouders en hun kind zo nodig door 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 maar ook geaccepteerd, prettig en zelfverzekerd voelen op school. Daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

Gemaakte afspraken

Op basis van de wet Veiligheid op school:

- voeren we een actief veiligheidsbeleid gericht op het tegengaan van pesten (de zogenaamde vijfsporenaanpak);
- monitoren we de veiligheidsbeleving van leerlingen met een instrument dat een representatief en actueel beeld geeft (via schoolvragenlijsten)
- is de zorgcoördinator aanspreekpunt in het kader van pesten en coördineert zij het beleid om pesten tegen te gaan.

Gedragsverwachtingen en hoe houden we die levend?

Aan het begin van het schooljaar neemt de mentor met de klas de gedragsverwachtingen door zoals die door de gehele school zijn terug te vinden. Ook bespreekt hij dat wij pesten niet tolereren. Met de klas kan hij een pestcontract opstellen dat alle leerlingen ondertekenen (onderbouw). Leerlingen kunnen deze algemene afspraken aanvullen met voor hen belangrijke punten die zij met de klas willen afspreken. Dit contract komt tijdens mentoruren regelmatig ter sprake.

Voorbeeld van een pestcontract:

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

- ik accepteer de ander zoals hij is en ik discrimineer niet
- ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen
- ik blijf van de spullen van een ander af
- als er ruzie is, speel ik niet voor eigen rechter
- ik bedreig niemand, ook niet met woorden
- ik neem geen wapens of drugs mee naar school
- ik gebruik geen geweld
- als iemand iets doet wat ik niet leuk vind, vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
- als dat niet helpt, vraag ik een docent om hulp
-

Preventie

Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Deze afspraken staan ook genoemd op de sociale overeenkomst die alle leerlingen, hun ouders en de mentoren hebben ondertekend (vanaf instroom 2018/2019). De mentor benoemt het verschil tussen plagen en pesten. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het anti-pestprotocol. Hij spreekt met zijn leerlingen af dat zij pesten altijd melden. We zien dit niet als klikken maar als hulp bieden.

In de brugklassen spelen de Peerleaders een rol bij het creëren van een veilig klassenklimaat. Deze leerlingen uit de hogere klassen zijn eenvoudig benaderbaar en in hun training is

aandacht voor het signaleren van pesterijen. Elke brugklas heeft een eigen peerleader die hen goed kent en bijvoorbeeld ook mee gaat op brugklaskamp. Als een leerling aangeeft bij de Peerleader dat hij wordt gepest, informeert de Peerleader de mentor of coördinator zodat de vijfsporenaanpak kan worden ingezet.

In de leerjaren 1 en 2 besteden mentoren aandacht aan pesten in de mentorlessen. Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij benoemt hij de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen (de rest van de klas).

De mentor noteert in het leerlingvolgsysteem (Magister) dat hij gesprekken heeft gevoerd met zowel pester als slachtoffer.

Cyberpesten

Aan cyberpesten besteden we aandacht tijdens mediawijsheid. Cyberpesten (of digitaal pesten) is het pesten of misbruiken via het internet en via smartphone. Cyberpesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de ouders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

Leerlingen brengen een groot deel van de dag door met smartphone, laptop, tablet en pc, al dan niet op school. Via deze digitale communicatiemiddelen is het gemakkelijk om je anoniem te wanen en negatieve berichten te verspreiden of te pesten. Veel leerlingen realiseren zich niet dat een geschreven tekst op een andere manier kan worden uitgelegd dan bedoeld en dat berichten en foto's voor altijd in de digitale wereld blijven bestaan. Het pesten gebeurt niet enkel in privégesprekken, maar óók in de groepsapp van de klas, o.a. via snapchat of Instagram.

Hoe wordt er gepest?

- hatemail, apps en chats (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van hate-mail of het dreigen met geweld
- het tegenkomen van ongewenst materiaal zoals: porno en kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- catfishing: (ongewenst) contact met vreemden die een andere identiteit gebruiken
- sexting: beelden die ontvangen worden kunnen opgeslagen worden en te zijner tijd misbruikt worden
- hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van hatemail.

Het stappenplan na een melding van cyberpesten (cyberbullying)

- reageer niet op de ontvangen berichten
- bewaar de berichten. Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren (screenshots of schermopnames maken van app, snapchat, instagram, twitter of ingesproken berichten)

- maak een melding van de berichten bij je mentor, docent, ouder(s) of een andere volwassene
- blokkeer de afzender. Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pest-/hatemail kan blokkeren.
- probeer de afzender op te sporen met hulp van een volwassene.
- de school neemt contact op met de ouders van de gepeste leerling.
- wij verwijzen ouders zo nodig door. Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:
 - 088-60 50 101: ouders & onderwijs
 - 0900-111 3 111: landelijke vertrouwensinspecteur
- Als school adviseren wij aangifte in het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd. Er is dan sprake van stalking. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig verwijzen wij naar Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl, tel: 0900-0101)

Seksueel grensoverschrijdend gedrag

Seksueel grensoverschrijdend gedrag en groepsdruk zijn thema's die in de school besproken worden en bijvoorbeeld aan bod kunnen komen tijdens de projectweken.

Wat zijn de consequenties van (herhaald) pestgedrag?

- **Het anti-pestproject**
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. De ouders worden van dit project op de hoogte gesteld.
- **Lesuitsluiting**
Wanneer ook het verplichte pestproject geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een lesuitsluiting van een dag. Daarna krijgt de pestende leerling een externe schorsing.

Wie is het aanspreekpunt op school, de vertrouwenspersoon, counselors en welke personen binnen en buiten de school houden zich met pestproblemen bezig?

- De mentor en docenten zijn het eerste aanspreekpunt voor de leerlingen binnen de school. De mentor kan met de klas als geheel aan de slag volgens de vijfsporenaanpak. Als mentor en docent er niet uitkomen zal de coördinator betrokken worden.
Een leerling kan doorverwezen worden naar het zorg- & ondersteuningsteam, schoolmaatschappelijk werk/CJG of naar een van de counselors (vertrouwenspersonen). Indien de leerling en/of ouders een klacht willen indienen over het gedrag van een medewerker van onze school kan hij deze bespreken met de vertrouwenspersoon. De algemene klachtenregeling is terug te vinden op de site van Dunamare (www.dunamare.nl).

Bijlage I

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 II

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 dat waarneembaar is.
Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht, bijvoorbeeld: je hebt cola in de tas van een medeleerling 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.
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 counselor (op vrijwillige basis).

Het pestgedrag moet stoppen

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

Bijlage III

No blame-methode

De no-blame-methode zegt dat het pesten niet opgelost wordt door de pesters de schuld te geven en te bestraffen. Pesters en gepesten dienen beiden ondersteund te worden. Het pesten komt ook vaak voort uit sociaal emotionele problematiek. De pester en de gepeste lossen samen het probleem op, begeleid door volwassenen. Zie ook:

<http://www.noblame.nl/>

Handleiding bij het voeren van een kringgesprek

Dit kringgesprek is bedoeld om preventief te gebruiken of te gebruiken nadat pesten is gesignaleerd of gemeld en heeft als doel het klimaat in de klas te verbeteren en de leerlingen bewust te maken van de effecten van pestgedrag (met een deel van de klas). Dit gesprek vindt plaats in het kader van de preventie of naar aanleiding van signalen dat er in de betreffende klas gepest wordt.

Bij deze aanpak staan twee begrippen centraal: veiligheid en respect. Iedere leerling moet zich veilig kunnen voelen in de klas en de leerlingen moeten respect hebben voor elkaar en de leerlingen en het personeel van de school moeten respect hebben voor elkaar.

Informatie vooraf door observatie: voelen alle leerlingen zich veilig in de klas en is er respect voor elkaar?

Het gedrag van de leerlingen tijdens b.v. een uitleg of instructie van de leerkracht en tijdens het werken aan een opdracht geeft vaak al veel informatie over de groep. Wordt er veel door elkaar gepraat, uitgelachen, geduwd, geslagen. Zijn er opvallend drukke leerlingen of juist heel stille leerlingen. Wordt er snel gereageerd op een vraag van de docent of durven leerlingen of sommige leerlingen geen antwoord te geven. En hoe wordt er gereageerd op een antwoord van de ene en van de andere leerling.

Het kringgesprek vindt plaats met één derde of de helft van de klas en in een kring, omdat dan de docent een gespreksdeelnemer wordt en alle leerlingen op een gelijke manier in het gesprek betrokken zijn. Het is aan te bevelen met name als er een vermoeden van pesten is dat alle twee/drie groepen op hetzelfde moment een kringgesprek houden. Hierbij zouden ook andere docenten* van deze klas of counselors een gesprek kunnen leiden.

Wat gebeurt er met wie, na de vraag van de docent een kring te vormen en de tafels aan de kant te schuiven. Wat is de kwaliteit van die kring? Wie neemt er deel? Wie houdt zich afzijdig? Wordt er gestoeid, geplaagd of wordt er samengewerkt?

De docent neemt ook plaats in de kring en gaat zitten in dezelfde positie als de leerlingen (N.B. ook dezelfde stoel).

* de mentoren kunnen counselors of de zorgcoördinator vragen om de kringgesprekken te leiden. Ook de andere begeleiders moeten bekwaam zijn in het leiden van een kringgesprek.

Veilig?

Vooraf een lijstje tips voor een veilig gesprek (kan ook gelden voor de lessituatie):

- aan het begin van het gesprek vertellen wat de bedoeling is en waarover je wilt praten.
- contact maken met iedere leerling in de groep.
- vragen (liefst open, zo nodig goede gesloten vragen) stellen i.p.v. een lesje afdraaien.
- laat de leerling uitpraten (geldt voor leerlingen en ook voor de docent)
- alles wat een leerling naar voren brengt serieus nemen en iedere leerling die iets wil melden aan het woord laten.
- zelf een duidelijke mening hebben, een standpunt innemen, maar de mening van de leerling respecteren.
- elkaar niet uitlachen en ervoor waken dat de leerlingen dat naar elkaar niet doen
- ervoor zorgen dat de leerlingen geen verbaal of non-verbaal commentaar op elkaar hebben.
- bewaak je eigen grenzen en die van de leerlingen.
- de gespreksleider/begeleider is eerlijk en houdt er geen dubbele agenda op na.
- non-verbale tekens signaleren en zo nodig benoemen.
- gedragsalternatieven aanbieden.
- het probleem collectief maken en houden.

Opzet van het Gesprek

Onderwerp van het gesprek benoemen:

Pesten, pesten in de klas, op school, na school. Eventueel gebeurtenissen of de geruchten benoemen, indien die de aanleiding zijn voor het gesprek.

Daarna benoemt de begeleider het doel van het gesprek: b.v. 'Ik wil graag dat als er gepest wordt, het pesten stopt in deze klas'.

Algemeen over pesten:

Vraag: 'Wie weet er een voorbeeld van pesten? Hoe gaat pesten?'

Doornemen van het antwoord (de door een leerling vertelde anekdote) met als doel het pestmechanisme en het rollenpatroon (pestkop, meeloper, pineut, buitenstaander etc. of in de eigen termen van de leerlingen) te benoemen. Het is van het grootste belang dat de begeleider hier geen lesje gaat geven, maar de leerlingen laat benoemen en hun mening laat geven. Vanuit deze gegevens voer je het verdere gesprek.

Mogelijke vragen: welk soort van pesten is hier aan de hand? Weet je ergere en minder erge soorten? Wie was het slachtoffer? Wat vind je van zo iemand? Wat kun je als pineut doen? Waarom loopt de meeloper mee? Waarom pest de pestkop? Wat vind je van pesten? Als je tegen pesten bent, hoe kun je het pesten stoppen?

Rondje 'eigen ervaring' :

Dit is een manier om het onderwerp persoonlijker te maken. Het is dan van het grootste belang dat iedere leerling aan bod komt en dat stille leerlingen worden uitgenodigd, maar

leerlingen, die te veel willen vertellen moeten worden afgeremd om hen tegen zichzelf te beschermen. Startvraag: Ben je zelf wel eens gepest? Zo niet: Pestte jij dan? Of was je een meeloper? Wanneer was dat? Langgeleden? (=veiliger).

De situatie nu:

Wordt er in de klas inderdaad gepest? Verschil maken tussen ‘pesten’ (vaker dan een keer, door een groep tegen een en steeds hetzelfde slachtoffer) en ‘plagen’. Hoe gaat het pesten dan? Niet te opvallend vragen wie pest en/of wie wordt gepest. Meestal noemen de leerlingen zelf namen. Als ze dat niet doen niet doorvragen, tenzij niet iedereen in de groep weet waarover gepraat wordt. Dit kan een onveilige situatie voor de leerlingen veroorzaken. Bovendien niet te lang hierop doorgaan. Met name als het pestslachtoffer niet in de groep zit. De groep is dan soms niet te stuiten in het zwart maken van het slachtoffer.

Meningsvorming over de situatie en oplossing:

Wat vinden de leerlingen van de huidige sfeer in de klas en zouden ze het anders willen en waarom? (vraag bijvoorbeeld: wat als jezelf in de positie van het slachtoffer zou zitten? Terugkoppelen naar het ‘eigen ervaringsrondje’.)

Daarna probeert de gespreksleider de groep een plan of een afspraak te laten maken. B.v.: als er gepest wordt in de klas, dan zeggen de meelopers dat de pester moet stoppen. Als er voldoende tijd is ingeruimd kan ook middels een spel of een kort toneelstuk de mening van de groep gepresenteerd worden aan elkaar.

Tot slot

Er zijn verschillende soorten klassen te onderscheiden. Hoewel elke indeling de diversiteit en de nuancering van de werkelijkheid te kort doet toch een poging tot een indeling.

Soorten groepen:

Veiliger:	Onveiliger:
open en spontaan	gesloten
duidelijke regels vanuit school, die consequent gehanteerd worden.	groepen, waarin bijna iedereen een bijnaam heeft.
homogene groep	in groepjes verdeelde groep
	groep met opvallend stille of opvallend drukke leerlingen

Overweging:

In een klas, waarin een voor de leerlingen veilige sfeer heerst en de leerlingen elkaar en de leerkracht respecteren is aan de belangrijkste voorwaarde voor goed onderwijs voldaan.

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 een volwassene die je vertrouwt.
- Blijf zelf respectvol naar anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de groepsapp als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekende mensen uit je 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.

Bijlage V

Links en meer informatie

Pesten (algemeen)

- www.pestweb.nl
Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.
- www.pestten.net
Voor en door slachtoffers. Opgericht door Bob van der Meer.
- www.kindertelefoon.nl
- www.pestten.nl

Cyberpesten / veilig internetgebruik / veilige school

- www.stopdigitaalpesten.nl
Campagne van SIRE (Stichting Ideële Reclame)
- www.veiliginternetten.nl
Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken, over het veilig gebruik van internet.
- www.schoolveiligheid.nl
Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.