

# PESTPROTOCOL



Januari 2016

# Voorwoord

Dit is het pestprotocol van Obs. Valckesteyn. Het bevat enerzijds richtlijnen om pesten te constateren en hoe daar mee om te gaan, anderzijds staan er ook voorwaarden en activiteiten in die pesten kunnen voorkomen.

Dit protocol is er op gericht om alle volwassenen te informeren over wat onze school doet om een zo veilig mogelijk klimaat te scheppen.

Veel wat in ons protocol staat, wordt al meerdere jaren toegepast op onze school. In de afgelopen jaren hebben we gemerkt, dat alles wat we willen doen voor onze leerlingen valt of staat bij de signalering en/of melding van pestgedrag.

Twee keer per jaar hebben we een week tegen het pesten. We doen dan gerichte activiteiten door de hele school heen. Er worden dan gerichte afspraken gemaakt in week 1. In week 2 worden de afspraken geëvalueerd en herhaald.

Afhankelijk van actuele ontwikkelingen met betrekking tot pesten, wordt dit protocol aangepast.

Namens de directie en team obs. Valckesteyn

# Inhoudsopgave:

1. Pesten	
Wat is pesten?	
Hoe wordt er gepest?	
De gepeste leerling	
De pester	
De meelopers en de andere leerlingen	
Het aanpakken van pesten	Blz. 4,5
2. Het pestprotocol	
De vijfsporenaanpak	
Preventieve maatregelen	
Schoolregels	Blz. 6
3. Het stappenplan na een melding van pesten	
De leerkracht	
Schorsing	Blz. 7
4. Digitaal pesten ofwel Cyberpesten	
Wat is cyberpesten?	
Hoe wordt er gepest?	
Het stappenplan na melding van cyberpesten	Blz. 8
<b>Bijlagen</b>	
Bijlage I (leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling)	Blz. 9
Bijlage II (leidraad voor een gesprek met een leerling die pest)	Blz.10
Bijlage III (Tips voor leerlingen om veilig te internetten)	Blz.11

# 1. PESTEN

## Wat is pesten?

Plagen mag wel, pesten niet, Maar wanneer is het nog plagen en wanneer wordt het pesten?

Wat is plagen?

Bij plagen is er sprake van incidenten. Plagen gebeurt vaak spontaan en duurt niet lang. Bij plagen zijn kinderen gelijk aan elkaar; er is geen machtsverhouding. De rollen liggen niet vast: de ene keer plaagt de één, de andere keer plaagt de ander. Plagen gebeurt zonder kwade bijbedoelingen. Bij plagen is de geplaagde in staat zich te weren.

Wat is pesten?

We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. Bij pesten is het ene kind sterker en het andere kind zwakker. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend gedrag.

Een klimaat waar 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 geniep afspeelt, zodat het moeilijk is om er greep op te krijgen.

Leerkrachten en onderwijsondersteunend personeel hebben 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 ook durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. (obs Valckesteyn werkt aan een open cultuur waarin we elkaar aanspreken op ongewenst gedrag.)

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

## Hoe wordt er gepest?

Met woorden:	vernederen, belachelijk maken schelden dreigen met bijnamen aanspreken gemene briefjes, mailtjes, app-jes schrijven
Lichamelijk:	trekken aan kleding, duwen en sjorren schoppen en slaan krabben en aan haren trekken wapens gebruiken
Achternvolgen:	opjagen en achterna lopen in de val laten lopen, klem zetten of rijden opsluiten
Uitsluiting:	doodzwijgen en negeren uitsluiten van feestjes bij groepsopdrachten

Stelen en vernielen:	afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen kliederen op boeken banden lek prikken, fiets beschadigen.
Afpersing:	dwingen om geld of spullen af te geven het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.

## 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. (met te weinig toezicht).

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.

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 ouders) zijn:

- niet meer naar school willen
- niet meer over school vertellen thuis
- 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
- regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben
- blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen
- niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben
- de verjaardag niet willen vieren
- niet buiten willen spelen
- 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.

## 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 zelf 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 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. Obs Valckesteyn heeft voor de vijfsporenaanpak gekozen.

## **2. Het pestprotocol**

Het pestprotocol vormt de verklaring van de vertegenwoordigers van de school waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op school niet accepteren en volgens een vooraf bepaalde handelwijze gaan aanpakken.

### **De vijfsporenaanpak**

Wij handelen volgens de vijfsporenaanpak.

De betrokkenen bij het pesten op school zijn onder te verdelen in 5 groepen:

- de pester (s)
- het slachtoffer
- de meelopers
- de leerkracht
- de ouders

### **De pester**

De leerkracht helpt, schakelt ouders in en biedt de mogelijkheid om ander gedrag aan te leren via interne sociale vaardigheidstraining.

### **Het slachtoffer**

De leerkracht biedt veiligheid, schakelt ouders in en biedt de mogelijkheid om ander gedrag aan te leren via interne sociale vaardigheidstraining. De leerkracht brengt de risicovolle plaatsen in beeld.

### **De meelopers**

De leerkracht begrijpt het proces en maakt iedereen verantwoordelijk. De leerkracht spreekt de groep niet als geheel aan, maar splitst die uit volgens de onderverdeling. De leerkracht verbetert de sfeer

door bijvoorbeeld de opstelling in de klas te veranderen, het bespreken van het probleem en het geven van sociale vaardigheidslessen in de groep.

### **De leerkracht**

- Neemt stelling tegen het pesten.
- Schakelt het team in.
- Meldt het aan de intern begeleider.

### **Ouders**

Er moet een gezamenlijke verantwoordelijkheid komen tussen de ouders van de pester en de gepeste bij pestgedrag op school. Dit wordt geregeld via school. De school blijft ouders er op aanspreken.

### **Preventieve maatregelen**

Ter voorkoming van pestgedrag zijn in onze school de volgende maatregelen genomen:

- het bevorderen van wederzijds respect en waardering van de leerlingen onderling
- de leerkrachten zijn alert op pestgedrag. Alle leerkrachten zijn in het bezit van een pestprotocol
- in alle groepen worden duidelijke schoolregels gehanteerd, die aan het begin van het jaar met de leerlingen wordt besproken
- er worden klassenregels met de leerlingen opgesteld
- in alle groepen worden lessen sociaal-emotionele vorming gegeven door middel van de methode 'Goed Gedaan'
- in zorgvergaderingen komt het thema pesten geregeld terug
- een kwartier voor aanvang van school is er pleinwacht op het plein aanwezig
- leerkrachten staan op strategische plekken om 12.00 uur en 15.15 uur
- tijdens de overblijf is er voldoende toezicht. Wordt pestgedrag gesignaleerd, dan wordt dit direct gecommuniceerd naar de leerkracht of de directie.

### **Schoolregels**

Deze regels gelden voor alle 'bewoners' van de school. Ze worden tweemaal per jaar besproken zodat de leerlingen de zinvolheid ervan begrijpen. De leerlingen ondertekenen aan het begin van het jaar de klassenregels:

- wij hebben respect voor elkaar
- wij zorgen dat we een ander niet storen of lastig vallen
- wij gaan zorgvuldig om met onze eigen spullen en die van een ander
- wij bewegen ons rustig door de school
- wij zorgen voor een nette school, binnen en buiten
- wij gedragen ons veilig in en rondom de school
- wij beoordelen niemand op uiterlijk
- pestgedrag melden is geen klikken
- Wij houden ons aan de schoolregels die we met elkaar afgesproken en ondertekend hebben.

## **3. Het stappenplan na de melding**

### **De leerkracht:**

- Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de leerkracht eerst met de gepeste en later met de pester apart. De gemaakte afspraken worden vastgelegd.
- De ouders van zowel de pester als de gepeste leerling worden ingelicht.
- De leerkracht praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groepssfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft.

- Indien het probleem zich herhaalt, meldt de leerkracht het gedrag bij de directie.

## Schorsing

Wanneer de leerling ondanks alle inspanning van de betrokken partijen blijft volharden in het ongewenste pestgedrag, volgt een schorsing van een dag.

## 4. Digitaal pesten ofwel Cyberpesten

### Wat is cyberpesten?

Cyberpesten (of digitaal pesten) is het pesten of misbruiken via social media via mobiele 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. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

### Hoe wordt er gepest?

- Anonieme berichten versturen via Whatsapp en SMS (schelden, roddelen, bedreigen, beledigen).
- Foto's van mobieltjes op internet plaatsen.
- Privégegevens op een site plaatsen.
- Wachtwoorden en credits stelen en misbruiken.
- Haatprofielen aanmaken.
- Stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van haat-mail of het dreigen met geweld in chatrooms.
- Uit naam van een ander versturen van pest-mail.

### Het stappenplan na een melding van cyberpesten

- **Bewaar de berichten.** Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen
- **Blokkeren van de afzender.** Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pestmail kan blokkeren.
- **Probeer de dader op te sporen.** Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer op school het bericht is verzonden. Neem contact op met de ICT-coördinator of de systeembeheerder.
- **Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling.** Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
- **Verwijs de ouders zo nodig door.** Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:
  - 0800-5010: de onderwijstelefoon
  - 0900-11131113: de vertrouwensinspectie
- **Adviseer aangifte.** In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp ([www.slachtofferhulp.nl](http://www.slachtofferhulp.nl), tel: 0900-0101)



## Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Doel van het gesprek is om te achterhalen wat er speelt en hoe de leerling er mee omgaat en wat de leerling wil.

### 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 mag over de grens van een ander heen gaan.**

## Leidraad voor een gesprek met de pester

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 benoemd is, richt jij je op het waarom. Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Etc.

### Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt.

## Tips voor ouders en leerlingen

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

- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt.
- Gebruik een apart hotmail adres om jezelf te registreren op websites. Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam als chat.
- Zorg dat je wachtwoorden geheim blijven en niet makkelijk te raden zijn. Als anderen wel binnen zijn gekomen, neem dan contact op met de beheerder van de site.
- Als je een vervelend gevoel hebt over iets wat je hebt gezien of meegemaakt, vertrouw dan op je gevoel en vertel het aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf zelf respectvol naar anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekende mensen uit social media.
- Bel of mail niet zomaar met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders dit weten.
- Verstuur zelf geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. Let vooral op bij foto's van jezelf. Als je een foto op internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden.
- Wees zeer voorzichtig met het gebruik van je webcam. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan andere personen te laten zien of voor doeleinden gebruikt worden die jij niet wilt.

### Wat kun je tegen cyberpesten en misbruik doen?

- Niet persoonlijk opvatten als het van mensen komt die je niet kent. De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijker gaan schelden.
- Reageer niet op pestmails of andere digitale pesterijen. Verwijder de e-mail zo mogelijk zonder hem te openen. Als je niet reageert, gaan pesters vaak op zoek naar iemand anders om te pesten.
- Blokkeer de afzender. Als het gaat om sms'jes op de mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.
- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op.
- Ga naar je leerkracht of de directie toe op school. Deze zal je verder helpen om het pestgedrag te stoppen.
- Bij stalken kun je aangifte doen bij de politie. Het is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen: [www.pestenslaf.nl](http://www.pestenslaf.nl)