

PESTPROTOCOL



Anke Pooters, orthopedagoge.

Pestcoördinator: Mari van Gelder
coach september 2021

INHOUDSOPGAVE

INLEIDING	3
HOOFDSTUK 1 Het pestprotocol.....	4
HOOFDSTUK 2 Preventie.....	5
HOOFDSTUK 3 Stappenplan na een melding van pesten.....	7
HOOFDSTUK 4 Bijlagen	
3.1 Plagen en pesten	11
3.2 Vormen van pesten	12
3.3 Digitaal pesten	12
3.4 Oorzaken pesten	13
3.5 Betrokken partijen	13
3.6 Gevolgen pesten	14
3.7 De vijfsporenaanpak	14
3.8 Bronnen	15

INLEIDING

Wij vinden het belangrijk dat alle kinderen zich veilig voelen bij *OPDC Boost!*. De leerlingen mogen zijn wie ze zijn en worden geaccepteerd. Met dit protocol willen we duidelijk sturing geven aan hoe wij omgaan met pesten.

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie. In dit pestprotocol staat beschreven hoe wij preventief omgaan met pesten (hoofdstuk 2), maar ook hoe wij reageren wanneer er zich desondanks toch pestsituaties voordoen.

Pesten kan grote gevolgen hebben voor de gepeste, de pester en de overige leerlingen. Binnen *OPDC Boost!* wordt er actie ondernomen als pesten aan de orde is. Om die reden is er een pestprotocol ontwikkeld.

In dit protocol vindt u een stappenplan. Als er op onze school gepest wordt, werken we volgens dit stappenplan (hoofdstuk 3). De coach speelt hierbij een belangrijke rol. De coach heeft de leerling het beste in beeld en is daardoor het belangrijkste aanspreekpunt voor de leerling en zijn ouders. Naast de coach zijn er de orthopedagoog, pestcoördinator, teamleider en directie/ projectleiding (Met-Pro) die een belangrijke rol spelen bij het voorkomen of het stoppen van pesten op school.

In de bijlagen (hoofdstuk 4) is tot slot nog achtergrondinformatie te vinden over dit onderwerp.

HOOFDSTUK 1

HET PESTPROTOCOL

WAT IS EEN PESTPROTOCOL?

Een pestprotocol is een handelingsplan voor de school. In dit protocol wordt vastgelegd welke stappen op school worden gezet in het geval van pesten: Met wie wordt er gepraat, wie zijn daarbij, en wat is de volgende stap. U kunt hier meer over lezen in hoofdstuk 3.

WAAROM IS EEN ANTI-PESTPROTOCOL BELANGRIJK?

Een anti-pestprotocol geeft kinderen, leerkrachten en ouders duidelijkheid over hoe gehandeld wordt wanneer er gepest wordt. Door het protocol te volgen ontstaat een samenwerking tussen leerkracht, pester, gepeste, overige klasgenoten en ouders. Deze vorm van samenwerken wordt de 'vijfsporenaanpak' genoemd. Daarbij worden gebeurtenissen die te maken hebben met de pestsituatie vastgelegd, zodat het verloop gevolgd kan worden. Hierdoor ontstaat helderheid voor alle partijen. Meer achtergrondinformatie over de vijfsporenaanpak kunt u lezen in de bijlagen.

Het feit dat de school er beleid op gemaakt heeft, geeft aan dat de school onderkent dat pesten een probleem kan zijn en dat het niet gedoogd wordt. Wanneer zij vervolgens direct optreedt wanneer er sprake is van pesten, is het voor de pesters duidelijk dat wat ze doen gevolgen heeft.

DE TE NEMEN STAPPEN

In het volgende hoofdstuk kunt u lezen welke stappen OPDC *Boost!* onderneemt wanneer er signalen zijn dat er (mogelijk) gepest wordt.

HOOFDSTUK 2

PREVENTIE

Pesten wordt bij OPDC *Boost!* ook preventief aangepakt, om pesten tegen te gaan en een veilig klimaat te scheppen voor de kinderen.

ONDERWIJSCONCEPT

Bij OPDC *Boost!* werken we vanuit het onderwijsconcept Big Picture Learning. Het onderwijsconcept Big Picture Learning is gebaseerd op een aantal onderscheidende kenmerken. Deze kenmerken dragen bij aan het creëren van veiligheid en een positief schoolklimaat.

KLEINE OVERZICHTELIJKE ORGANISATIE

Bij OPDC *Boost!* Werken we met een kleine klas van maximaal 12 leerlingen. Elke leerling wordt ondersteund en begeleid door een vaste coach. De coach gaat met elke leerling een persoonlijke relatie aan. Het is een kleinschalige, overzichtelijke leeromgeving waarin leerlingen zich veilig voelen en hun zelfvertrouwen kunnen versterken. Er is ruim tijd ingeruimd voor persoonlijke gesprekken met de coach. Het OPDC gaat uit van kleinschaligheid, van korte lijnen en overzichtelijkheid.

ELKE LEERLING TELT

Leerlingen bij OPDC *Boost!* Zijn de connectie met het onderwijs verloren of dreigen deze te verliezen. Dit heeft vaak te maken met gebrekkige executieve functies, gedragsproblematiek en een onvoldoende ontwikkeld sociaal aanpassingsvermogen. Als organisatie onderkennen we deze risico's, maar onderzoeken en richten we juist de krachten van de leerling. Dat betekent dat we veel ruimte maken om interesses en mogelijkheden van leerlingen te ontdekken en hen daarbij te ondersteunen. Onder meer om deze reden zijn de leerlingen gekoppeld aan een vaste coach waarmee zij een vertrouwensrelatie kunnen opbouwen. Er is sprake van persoonlijke coaching van de leerling. De mogelijkheden van de leerling is het vertrekpunt en bepalen het tempo waarin de voortgang in de ontwikkeling verloopt. De monitoring vindt plaats tijdens de evaluaties en coachgesprekken van de leerling en de coach.

PASSENDE VEILIGE SCHOOLSTRUCTUUR

Bij OPDC *Boost!* heerst een klimaat van vertrouwen, optimisme en gelijkwaardigheid onder en tussen jongeren en volwassenen. Leerlingen weten dat er naar hen geluisterd wordt. De cultuur onder medewerkers is gebaseerd op samenwerking en communicatie. De school is verbonden met de gemeenschap om haar heen.

BETROKKENHEID VAN OUDERS

Ouders en familieleden horen erbij en hebben een proactieve rol in het proces van de ontwikkeling van hun kinderen. Er is sprake van wederzijdse en wederkerige communicatie op basis van gelijkwaardigheid en partnerschap. Het bevorderen van een veilig klimaat in de klas is heel belangrijk. Als leerlingen zich allemaal veilig en prettig voelen zal het pesten een stuk minder aanwezig zijn. Bij het bevorderen van een veilig klimaat spelen onder andere de volgende punten een rol:

ZIEN EN GEZIEN WORDEN

Bij binnenkomst in de ochtend en in het lokaal is de leerkracht zichtbaar aanwezig voor de leerlingen. Op deze manier voelen alle leerlingen zich welkom en kan de leerkracht inschatten hoe de stemming van de leerlingen is.

COACHCLUB

Het coachclubmoment heeft de volgende doelstellingen:

- Stemming peilen van individu en groep
- Trainen van sociaal vaardig gedrag
- Groepscohesie bewerkstelligen
- Positieve sfeer creëren

TOEZICHT

Er is voldoende toezicht in de klas en tijdens pauzes. De medewerkers kunnen pesten signaleren en onderscheid maken tussen ruw spel of plagen. Door continue aanwezigheid van medewerkers komt pesten minder voor binnen OPDC *Boost!*

HANTEREN VAN GEDRAGSVERWACHTINGEN

Bij OPDC *Boost!* hebben we gedragsverwachtingen die tijdens verschillende evaluatiemomenten worden beoordeeld en beloond. Dit werkt volgens het principe van Schoolwide Positive Behaviour Support (SWPBS) en heet "Dagelijkse Gedragsondersteuning"(DGO). Daarnaast bespreekt elke coach aan het begin van het schooljaar de schoolbrede waarden en algemene afspraken en regels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Gedurende het jaar komen deze afspraken en regels herhaaldelijk terug in sociale vaardigheidslessen en coachgesprekken. Er wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.

Indien een coach of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek.

Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de coach worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de leerling die pest als van de leerling die gepest wordt.

SOCIALE VAARDIGHEIDSLESSEN

Het is belangrijk dat leerlingen leren om over pesten te praten. Hulp leren vragen of aangeven dat je wordt lastiggevallen is goed om te doen. Als leerlingen weten dat je mag en moet praten over pesten, weet de pester dat zijn gedrag niet meer altijd verzwegen blijft. Buiten de schoolmuren is de invloed van *OPDC Boost!* beperkt. *OPDC Boost!* kan het probleem dan niet helemaal oplossen, maar doet zijn uiterste best om de veiligheid op school te bieden, of betreft externe partners.

OUDER PARTICIPATIE

Om pesten te kunnen voorkomen en/of aanpakken is de betrokkenheid van ouders nodig. Ouders van pesters of gepeste leerlingen worden op de hoogte gesteld van de situatie, gevraagd om mee te denken om de problemen op te lossen en geïnformeerd over de actie die de school hierin neemt.

TEAM PARTICIPATIE

Alle medewerkers zijn op de hoogte van het pestprotocol en handelen hiernaar. Er is een pestcoördinator aangesteld die dit monitort.

HOOFDSTUK 3

STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN

DE COACH

De coach vraagt door en noteert:

- wie gepest is
- wie pest
- datum(s) van gesignaleerd pestgedrag
- waar het plaatsvindt of -vond
- hoe lang het pesten al plaatsvindt
- wat gezien en/of gehoord is: noteer feiten, citeer

Bovenstaande wordt vastgelegd in het leerlingvolgsysteem. Dit wordt verder aangevuld met de informatie uit de stappen van fase een en twee.

Wanneer pesten wordt gesignaleerd en gemeld bij een ander teamlid dan de betreffende coach, wordt er eerst overgedragen aan die coach. Samen wordt besloten wie de zaak daarna oppakt. Soms kan besloten worden de pestcoördinator of in te schakelen.

Pedagogisch klimaat:

- De grondhouding van de docent/coach bepaalt de geloofwaardigheid bij aanpak pesten:
 - wanneer de docent/coach altijd correct en respectvol handelt, zullen zijn/haar interventies door leerlingen serieus genomen worden.
- De manier van omgaan met elkaar, van alle mensen binnen een schoolse setting is bepalend voor het slagen van een pestprotocol:
 - Wanneer positief en verantwoordelijk gedrag normaal is, zal iedereen het logisch vinden dat pesten er niet bij hoort.
 - Werken aan een goede groeps sfeer is erg belangrijk: in een goede groep kan iedereen meer tot zijn recht komen en zal pesten minder vaak voorkomen. Een positieve band tussen coach en coachleerling met veel aandacht voor het welbevinden van alle coachleerlingen is daarbij noodzakelijk.
 - SOVA lessen, geïntegreerd in het lesprogramma dragen bij aan het beter leren omgaan met jezelf en de ander.
 - In vrije situaties moeten docenten alert zijn. Zij moeten observeren hoe interacties tussen leerlingen gaan. Zo kunnen zorgelijke signalen eerder duidelijk worden.

STAP 1

GESPREEK MET HET SLACHTOFFER

- Er wordt benadrukt, dat het gesprek plaatsvindt om iedereen te helpen. Ook de pester (slachtoffers zijn vaak bang voor wraak).
- Er wordt benoemd dat met elkaar gezorgd gaat worden dat het pesten stopt. Kort wordt besproken wat er gebeurd is. De feiten worden samengevat en eventueel genoteerd. (Wie, wat, waar, wanneer, hoe lang gebeurt het al?)
- Er wordt vooral aandacht besteed aan hoe de leerling de situatie ervaart, hoe hij/zij zich daarbij voelt en wat het met hem/haar doet. Het probleem wordt vastgesteld en genoteerd: wat is er precies fout gegaan?
- Er worden vervolgstappen besproken. Het slachtoffer moet instemmen met de te nemen stappen.
- De gekozen vervolgstappen worden genoteerd.
- Er wordt gestreefd naar het voeren van een bemiddelingsgesprek.
- Er kan in sommige gevallen gekozen worden voor individuele gesprekken. Deze gesprekken worden naar zowel slachtoffers als pesters teruggekoppeld.
- Ouders worden altijd ingelicht, tenzij er een goed argument is om dit niet te doen (bijvoorbeeld als de leerling 18 jaar of ouder is). In dat geval wordt besloten dat dat op een later moment in overleg met hen alsnog zal gebeuren. Er wordt samen besproken welke informatie doorgegeven wordt: wie gaat wat tegen wie zeggen?

STAP 2

PESTER(S) UITNODIGEN VOOR EEN GESPREK

- De bij het pesten betrokken leerlingen, zowel hoofddaders als mededaders, worden uitgenodigd voor een gesprek. Soms kunnen vrienden van het slachtoffer ook uitgenodigd worden ter ondersteuning/bemoediging van het slachtoffer.
- Er wordt verteld dat er een probleem is en zij nodig zijn om het probleem te helpen oplossen.

STAP 3

GESPREK MET PESTER(S): HET PROBLEEM DUIDELIJK MAKEN

- Er wordt uitgelegd, wat moeilijk is voor het slachtoffer en hoe hij/zij zich daarbij voelt. Er wordt geen oordeel gegeven, er wordt alleen besproken dat dit niet goed gaat en moet stoppen.
- De pester(s) kunnen kort aangeven wat er gebeurd is. De feiten worden samengevat en eventueel genoteerd.
- Er wordt uitgelegd dat het doel van het gesprek is, dat iedereen begrijpt wat er fout is gegaan, snapt hoe het slachtoffer zich voelt en zich in gaat zetten het probleem te helpen oplossen.
- Het probleem wordt vastgesteld en genoteerd: wat is er precies fout gegaan? Deze notities worden vervolgens geregistreerd in ons leerlingvolgsysteem.

STAP 4

VERANTWOORDELIJKHEID VERDELEN

- Er wordt geen schuldige aangewezen, maar degene die het gesprek leidt (de coach, pestcoördinator, orthopedagoog of teamleider) legt verantwoordelijkheid bij de pesters: 'We spreken af dat het pesten stopt' 'Jullie moeten zorgen dat het slachtoffer zich weer goed gaat voelen' 'Ik ga jullie daar bij helpen'

STAP 5

DE DADERS BEDENKEN IDEEËN, OPLOSSINGEN

- De pesters bedenken wat zij kunnen doen, zeggen om te zorgen, dat het slachtoffer zich beter gaat voelen.
- Degene die het gesprek leidt (de coach, pestcoördinator, orthopedagoog of teamleider) spreekt positieve waardering uit voor wat bedacht wordt.
- De begeleider stelt het bemiddelingsgesprek voor en legt uit hoe het bemiddelingsgesprek gaat.

STAP 6

HET BEMIDDELINGSGESPREK

- Degene die het gesprek leidt (de coach, pestcoördinator, orthopedagoog of teamleider) legt nogmaals uit hoe het bemiddelingsgesprek gaat en op welke toon we zullen spreken. (We vertellen eerlijk, zonder te beschuldigen en leggen uit hoe we ons erbij voelen.)
- Om de beurt wordt het hele verhaal verteld. **Er wordt niet op elkaar gereageerd.**
- De begeleider vat samen en vraagt door naar hoe iemand zich erbij voelde.
- Om de beurt mogen vragen aan elkaar gesteld worden om te verhelderen.
- De begeleider stelt het probleem vast, zonder daarbij partij te kiezen.
- De begeleider vraagt aan beide partijen of de conclusie klopt.
- De begeleider vraagt aan beide partijen wat ze van elkaar nodig hebben om zich beter te voelen en het probleem op te lossen.
- Er wordt benoemd wat ieder anders gaat doen. Dit wordt genoteerd.

STAP 7

ER WORDEN AFSPRAKEN GEMAAKT OVER HET VERVOLG

- Afspreken wanneer geëvalueerd wordt.
- Afspreken door wie ouders ingelicht worden en hoe dat dan gebeuren zal.
- De coach en teamleden worden geïnformeerd.
- Wanneer het niet goed gaat moet het direct gemeld worden
- Wanneer problemen blijven, worden alle ouders ingelicht.

STAP 8

DE EVALUATIE, NAZORG

- Na twee weken komen alle betrokkenen samen en vertellen om de beurt hoe het gaat. De gespreksleider neemt hiertoe het initiatief.
- Wat gaat goed en wat gaat nog niet helemaal goed?
- Er wordt aandacht gegeven aan hoe betrokkenen zich nu voelen.
- De begeleider vat samen en trekt conclusies.
- De betrokkenen moeten het eens zijn met de conclusies.
- Wanneer het niet goed gaat, start derde fase.
- Wanneer het wel goed gaat, worden er complimenten gegeven.

- Er worden afspraken gemaakt om over twee weken nogmaals kort te evalueren en daarna nog een keer na een maand.
- We spreken af dat wanneer door personeel gesignaleerd wordt dat men zich niet aan de afspraken houdt, dit gemeld wordt.

STAP 9 BORGING

- De coaches en andere teamleden houden de situatie nauwlettend in de gaten. Dit doen zij door alert te zijn op signalen.
- Vanaf sep 2015 is er een wettelijk verplicht aanspreekpunt: Scholen dienen een pest coördinator aan te stellen om borging te versterken/bewaken en als aanspreekpunt voor leerlingen/ouders te fungeren. Tevens zal deze coördinator het anti-pestbeleid coördineren door scholen te adviseren en het volgen van het protocol te bewaken.
- Bijzonderheden worden via een memo doorgegeven aan de betreffende coach(es).
- In een overleg (leerlingbespreking, ondersteuningsteam of coachoverleg) wordt besproken en vastgelegd hoe het gaat.
- Er wordt besloten of en hoe ouders op de hoogte gesteld worden.

ALS HET PESTEN NIET STOPT

STAP 10 VASTSTELLEN WAT NIET GOED GAAT

- Beide partijen vertellen aan degene die het gesprek leidt (de coach, pestcoördinator, orthopedagoog of teamleider) wat niet goed gaat.
- Er wordt doorgevraagd over hoe dat voor hen voelt.
- Er wordt gevraagd aan beide partijen of ze het probleem echt willen oplossen, dat moeten ze hardop uitspreken. Er wordt benadrukt: wanneer je het wilt oplossen, moet je dat in je gedrag laten zien en je aan de afspraken houden. Zo niet, dan wordt de zaak overgedragen naar directie/projectleiding (stap 17).

STAP 11 NIEUWE AFSPRAKEN VASTLEGGEN

- Vastleggen: wie doet wanneer wat?
- Vastleggen: bij niet houden aan afspraken, worden sancties opgelegd.
- In overleg worden sancties beschreven.

STAP 12 OUDERS EN ALLE BETROKKENEN OPNIEUW INFORMEREN

- Alle voorgaande stappen worden in een persoonlijk gesprek overgedragen.
- Er wordt een verslag van het overleg gemaakt.
- Er wordt afgesproken welke volgende stappen genomen gaan worden en hoe en wanneer teruggekoppeld wordt naar de ouders.

STAP 13 BEPALEN: TRAJECT NODIG?

- In overleg met ondersteuningsteam, coach, ouders en leerling wordt bepaald of er een hulptraject nodig is en welk traject dat gaat worden.

STAP 14 TRAJECT WORDT GESTART

STAP 15 DE EVALUATIE, NAZORG

- Na twee weken komen alle betrokkenen samen en vertellen om de beurt hoe het gaat.
- Wat gaat goed en wat gaat nog niet helemaal goed?
- Er wordt aandacht gegeven aan hoe ze zich nu voelen.
- De begeleider vat samen en stelt conclusies.
- De betrokkenen moeten het eens zijn met de conclusies.
- Wanneer het niet goed gaat, wordt de leerling besproken in het OT en wordt er eventueel een zorgtraject gestart.
- Wanneer het wel goed gaat, worden er complimenten gegeven.
- De verbeterpunten of aandachtspunten worden vastgesteld.
- Er worden afspraken gemaakt om over twee weken nogmaals kort te evalueren en daarna nog een keer na een maand.
- We spreken af dat wanneer het tussendoor niet goed gaat, dat direct gemeld wordt aan de pest coördinator en/of teamleiding. In dat geval gaat stap 17 van start.

STAP 16

BORGING

- De coach en andere teamleden houden de situatie nauwlettend in de gaten door signalen door te geven aan de anti-pest coördinator en/of de teamleider van OPDC *Boost!*. Bijzonderheden worden via een memo doorgegeven of gemaild naar de betreffende mentor(en). Deze memo wordt verwerkt in het verslag van de leerlingbespreking of in het zorgteamoverleg.
- In een overleg (leerlingbespreking, ondersteuningsteam of teamoverleg) wordt besproken en vastgelegd hoe het gaat.
- Er wordt besloten hoe ouders op de hoogte gesteld worden en wie dit doet.

HET PESTEN STOPT NIET

STAP 17

VOORLEGGEN IN MT (TEAMLEIDING/PROJECTLEIDING)

MT beslist over wel/niet starten van schorsingsprocedure.

Hoofdstuk 4

BIJLAGEN

3.1. PLAGEN EN PESTEN

PLAGEN

Plagen doen we allemaal wel eens en dit gaat meestal over en weer. Er is geen sprake van een slachtoffer en het is niet de bedoeling om elkaar kwaad te willen doen. Er is dus geen winnaar of verliezer.

Plagen is niet gemeen, plagen is voor alle partijen grappig. Om plagen kun je lachen, niet iedere keer is dezelfde persoon aan de beurt. Plagen is ook meestal 1 tegen 1 en is makkelijk te stoppen.

PESTEN

Wanneer wordt plagen pesten?

- Als de ander aangeeft dat het niet leuk (meer) is en er wordt dan toch doorgedaan....dan wordt plagen pesten.
- Als er steeds hetzelfde geintje wordt uitgehaald of steeds weer hetzelfde grapje wordt gemaakt. Ook dan wordt plagen pesten.

- Als je gaat merken dat de één de baas over de ander wordt. Er is dus een winnaar en een verliezer.

Hieronder vallen dan zowel lichamelijke als geestelijke pesterijen. In tegenstelling tot bij het plagen is er een situatie ontstaan waarbij de gepeste vaak niet meer voor zichzelf kan opkomen. Ook gebeurt het regelmatig dat iemand niet meer bij de groep hoort. Diegene wordt dan buitengesloten.

Bij pesten is de sfeer juist niet positief en er is altijd sprake van meer tegen een. Er is sprake van een machtsverschil. Het slachtoffer is niet in staat zich tegen de sterkere partij (pestkop met meelopers) te verweren.

DEFINITIE

Pesten is het systematisch en langdurig uitoefenen van psychologisch of fysiek geweld door één of meerdere personen ten opzichte van één persoon, die niet (langer) in staat is zichzelf te verdedigen.

PLAGEN	PESTEN
Onbezonnen, spontaan	Systematisch
Geen kwade bijbedoelingen	Kwetsen van iemand
Duurt niet lang	Gebeurt bijna non-stop
Speelt zich af tussen gelijken	De macht is ongelijk verdeeld
Geplaagde blijft volwaardig lid van de groep	De gepeste wordt buitengesloten
Er is een wisselend slachtoffer	Er wordt één zwart schaap uitgekozen
Heeft geen blijvende gevolgen	Lichamelijke of psychische gevolgen
Altijd één-tegen-één	Eén-tegen-één/ groep

3.2 VORMEN VAN PESTEN

VERBAAL

Schelden, dreigen, belachelijk maken, uitlachen of een bijnaam geven op basis van lichaamskenmerken, (etnische) afkomst, geloof of seksuele voorkeur of n.a.v. een verkeerd antwoord in de klas of andersoortig gedrag

FYSIEK

Trekken, duwen, spugen, schoppen, slaan, laten struikelen, krabben, bijten, aan de haren trekken, met voorwerpen gooien en seksuele intimidatie

ISOLATIE

Uitgesloten worden door een klasgenoot voortdurend duidelijk te maken dat hij of zij niet gewenst is, doodzwijgen of roddelen met anderen over de gepeste.

INTIMIDATIE

Bijvoorbeeld het dreigen met geweld. Zowel verbaal als non-verbaal.

DISCRIMINATIE

Discriminatie wil zeggen dat er (uiteraard onterecht) onderscheid wordt gemaakt tussen mensen op grond van kenmerken die er niet toe doen, zoals sekse, handicap, leeftijd, afkomst, religie, huidskleur, enz.. Discriminatie is zeker ook een vorm van pesten. Kinderen en jongeren op school die worden gediscrimineerd, worden buiten gesloten omdat zij worden veroordeeld door hun schoolgenoten.

STELEN OF Vernielen van Bezittingen

Afpakken, beschadigen en kapotmaken van spullen.

DIGITAAL PESTEN

Ongewenste sms'jes sturen, via mail of chatprogramma's opmerkingen verspreiden, het gebruiken van mobiele telefoons of websites met de bedoeling iemand zwart te maken door het verzenden van opmerkingen en/of foto's of filmpjes. Dit is een rijtje met vormen en voorbeelden van pesten. Het kan zijn dat er gepest wordt op een manier die hier niet tussenstaat.

3.3 DIGITAAL PESTEN

Veel pestgedrag tussen leerlingen speelt zich af online op sociale netwerken en via smartphones. Dit noemen we digitaal pesten of cyberpesten. Via internet en sociale media is er ongeremdheid in wat leerlingen elkaar 'toewensen' en dit gaat digitaal makkelijker dan in 'real life'. Digitaal pesten kan erg vervelend en bedreigend zijn. Dat komt omdat de dader vaak anoniem en onbekend is. Omdat we bijna altijd verbonden zijn met de digitale wereld, bijvoorbeeld met onze telefoon, is het moeilijk om je ervoor af te sluiten.

WAT IS DIGITAAL PESTEN?

- Versturen van vervelende berichten over iemand.
- Verspreiden van seksueel getinte berichten, foto's of filmpjes van een ander ('sexting').
- Tweets versturen waarin je zegt iemand in elkaar te gaan slaan of de school in de fik te steken.
- Verspreiden van 'bangalijsten'.
- Aanmaken van een profiel met de gegevens van iemand anders.

WAT KUN JE DOEN OM DIGITAAL PESTEN TE VOORKOMEN?

- Negeer vervelende berichten en blokkeer de afzender
- Log uit wanneer je een publieke computer gebruikt (bijvoorbeeld op school) en geef nooit je wachtwoord.
- Voeg alleen mensen toe die je kent.
- Stuur nooit foto's van jezelf waarvan je niet wilt dat iedereen die ziet.
- Meld bij de beheerder van de site wanneer er een nepprofiel is aangemaakt.
- Denk goed na wat je plaatst op internet, iedereen kan het zien en eenmaal geplaatst, is het moeilijk te verwijderen.
- Meld vervelende sites bij de volgende meldpunten: www.meldpunt.nl (als je iets ziet op internet wat discrimineert), www.meldpunt.org (als je kinderporno tegenkomt, bijvoorbeeld in spam).

WAT KUN JE DOEN ALS JE DIGITAAL WORDT GEPEST?

- Negeer vervelende berichten en blokkeer de berichten.
- Vertel iemand die je vertrouwt over wat er gebeurt.
- Bewaar pestberichten of maak een print screen als bewijsmateriaal.
- Als het pesten te ver gaat, kun je aangifte doen bij de politie

3.4 OORZAKEN PESTEN

Mogelijke oorzaken die ten grondslag liggen aan het pesten:

- 4 factoren die invloed hebben op pesten: het anders zijn, het bereikbaar zijn, het niet kunnen verdedigen en al eerder gepest zijn.
- Pesten vanuit groepsdynamica met zondeboktheorie: onderlinge relaties worden gunstig beïnvloed door een gemeenschappelijke vijand.
- Pesterijen komen voort uit frustraties: verveling, jaloezie, onmacht of angst.
- Pesten is een geheel van factoren die elkaar op negatieve wijze versterken: de persoonlijkheid, opvoedingssituatie van de pestkop en de zondebok, houding van de anderen.
- Pesten is gebaseerd op het imitatiemodel. Wie geen grenzen en regels heeft meegekregen en wie niet leert om te gaan met frustraties, kan geen rekening houden met anderen.
- Onderscheid maken tussen pesterijen als machtsmisbruik en deze die komen vanuit een persoonlijkheid die bestaat uit manipulatie en bedrog.
- De slachtoffers bevinden zich in ongunstige sociale omstandigheden waardoor ze een gemakkelijke prooi zijn. Dat wil niet zeggen dat het bij iedereen zo is.

3.5 BETROKKEN PARTIJEN

Bij pesten gaat het niet alleen om de 'pester' en de 'gepeste'. De pester zorgt er namelijk voor dat anderen ook zullen mee pesten om bij de groep te horen.

PESTER

Pesters komen heel zelfzeker over. Het lukt hen zelf zo goed dat ze anderen kunnen betrekken in hun pestactiviteiten. De pester is meestal een populair persoon die zich stoer gedraagt. Hij is een opstandig type die uitkomt voor zijn mening. De pester heeft moeite met regels en grenzen. Toch is hij minder zeker over zichzelf dan hij zich voordoet. Het pestgedrag dient meer als afleiding voor zijn eigen problemen. Het slachtoffer is vaak een uitlaatklep voor de frustraties van de pester.

GEPESTE

Vaak is degene die gepest wordt 'anders dan de anderen'. Dat 'anders-zijn' kan gebaseerd zijn op uiterlijke kenmerken (een bril dragen, ouderwetse kleren aan hebben), maar vooral op het niet beantwoorden aan de groepsnorm. Ook hobby's, taalgebruik, thuissituatie, etc. kunnen een aanleiding zijn tot pesten.

De meeste gepeste kinderen kunnen zich niet goed verdedigen en kunnen geen respect afdwingen van anderen. Ze zijn stil en introvert. Ze schamen zich dat ze gepest worden en houden dan ook hun mond

daaromtrent. Ze hebben weinig vrienden om op terug te vallen.

MIDDENGROEP

De middengroep is zeer belangrijk. Dat zijn degenen die niet pesten en niet gepest worden. Meestal willen ze populair zijn. Wanneer de middengroep reageert op het pesten, houdt het pesten waarschijnlijk op. De middengroep is onderverdeeld in enkele kleinere groepen.

WELKE ROLLEN ZIE JE IN DE MIDDENGROEP?

Als er gepest wordt, heeft iedereen in de klas ermee te maken. Alle leerlingen in de klas hebben in hun rol invloed op het pesten. Ook ouders en leerkrachten hebben invloed op het pesten (Pestweb, 2012).

De verschillende rollen op een rij:

- **De pester:** de zogenaamde uitvoerder van het pestgedrag, ook wel dader genoemd. Vaak hebben deze personen niet geleerd om hun agressie anders te uiten dan door pestgedrag te vertonen.
- **De gepeste:** de persoon die door een ander wordt benadeeld, zich daar vervelend bij voelt.
- **De meepester:** de persoon pest mee maar begint hiermee niet zelfstandig. Kan onder druk van de pester staan en angstig zijn om zelf een volgend slachtoffer te worden.
- **De helper:** neemt het op voor de gepeste. Vindt het niet goed dat er gepest wordt en is niet bang voor de pester.
- **De stiekemer:** vindt het goed dat er gepest wordt, maar bemoeit zich er niet actief mee. Is meestal bang om zelf gepest te worden. Roept anderen erbij om het pesten te steunen.
- **De buitenstaander:** denkt dat er in de klas niet gepest wordt en het kan hem/haar ook niets schelen, zolang hij/zij er zelf maar geen last van heeft.
- **De stille:** bemoeit zich er niet mee. Vindt het pesten wel gemeen, maar durft niets te doen of te zeggen, is bang dan zelf gepest te worden.
- **Ouders/verzorgers:** hebben in de opvoeding invloed op het pesten en kunnen bij hun kind signalen opvangen van pesten.
- **De leerkracht:** heeft in het lesgeven invloed op het pesten, heeft een signalerende rol en zal het pestgedrag bespreekbaar maken.

3.6 GEVOLGEN PESTEN

Pesten is niet alleen schadelijk voor slachtoffers, maar ook voor de pester zelf en voor niet-betrokken toeschouwers.

GEVOLGEN VOOR SLACHTOFFERS VAN PESTEN

- Negatief zelfbeeld
- Isolement / Eenzaamheid
- Wantrouwend
- Faalangst
- Depressie
- Schoolprestaties gaan achteruit
- Angst om naar school te gaan
- Ze zijn bang om nieuwe vrienden te maken.
- Psychosomatische klachten (hoofdpijn, slaapproblemen, buikpijn, bedplassen en vermoeidheid)
- Ze kunnen gaan geloven wat de pesters over hen zeggen
- Door bovenstaande kan meer pestgedrag worden uitgelokt
- Zelfmoord(gedachten)

GEVOLGEN VOOR PESTERS

- Schijnpopulariteit
- Sociale problemen
- Onaangepast gedrag
- Kinderen zijn bang voor de pester

GEVOLGEN VOOR KLASGENOTEN

- Ongezellige sfeer in de klas
- Schoolprestaties gaan achteruit
- Angst
- Machteloosheid
- Schuldgevoel

3.7 DE VIJFSPORENAANPAK

De vijfsporenaanpak is gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn bij pesten: het gepeste kind, de pester, de ouder(s), de klasgenoten en de school. Hier volgt een opsomming van mogelijkheden waarop wij als school in een peestsituatie kunnen ondersteunen.

STEUN BIEDEN AAN HET KIND DAT GEPEST WORDT

- Naar het kind luisteren en het probleem serieus nemen.
- Met het kind overleggen over mogelijke oplossingen.
- Samen met het kind werken aan oplossingen.
- Waar nodig zorgen dat het kind deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining om weerbaar te worden.
- Zorgen voor vervolgesprekken.

STEUN BIEDEN AAN HET KIND DAT ZELF PEST

- Met het kind bespreken wat pesten voor een ander betekent.
- Het kind helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere kinderen.
- Het kind helpen om zich aan regels en afspraken te houden.
- Zorgen dat het kind zich veilig voelt; uitleggen wat jij als leerkracht gaat doen om het pesten te stoppen.
- Stel grenzen en verbind daar consequenties aan.
- Zorgen voor vervolg gesprekken

DE OUDERS VAN HET GEPESTE EN VAN HET PESTENDE KIND STEUNEN

- Ouders die zich zorgen maken over pesten serieus nemen.
- Ouders op de hoogte houden van peestsituaties.
- Informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt.
- In samenwerking tussen school en ouders het pestprobleem aanpakken. Zowel op school als vanuit de thuissituatie.
- Zo nodig ouders doorverwijzen naar deskundige ondersteuning.

DE MIDDENGROEP (DE REST VAN DE KLAS) BETREKKEN BIJ DE OPLOSSINGEN VAN HET PESTPROBLEEM

- Met de kinderen praten over pesten en over hun eigen rol daarin.
- Met de kinderen overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.
- Samen met de kinderen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.

DE ALGEMENE VERANTWOORDELIJKHEID VAN DE SCHOOL

- De school zorgt dat de directie, de coaches en de docenten voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten in de eigen groep en de eigen school.
- De school neemt stelling tegen het pesten.
- De school brengt huidige situatie rond pestbeleid in kaart.
- De school werkt aan een goed beleid rond pesten en veiligheid van leerlingen waar de hele school bij betrokken is.

3.8 BRONNEN

www.nji.nl

www.pestweb.nl

www.sagi.nl

www.depestaanpesten.blogspot.nl

www.aandachtvoorpesten.nl

www.schoolenveiligheid.nl

www.halt.nl

www.pestweb.nl