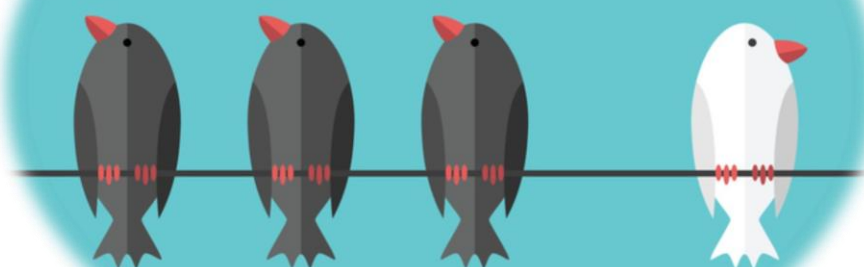


STOP PESTEN!

ANTI-PESTPROTOCOL

Informatie over (ons beleid tegen) pesten
voor docenten, ouders en leerlingen



Kleine school, grote aandacht

Inhoudsopgave

1. Voorwoord

3

2. Pesten

4

A. Wat is pesten?

B. Wie spelen een rol bij pesten?

3. Signaleren

6

4. Het protocol

7

5. Stappenplan (wat kun jij doen?)

9

A. Voor leerlingen

B. Voor ouders

C. Voor mentoren (opvraagbaar)

1. Voorwoord

Dit is het anti-pestprotocol van het Gemini College Lekkerkerk. Met de visie 'kleine school, grote aandacht', spreken wij uit dat wij onze leerlingen een veilig pedagogisch klimaat willen bieden. Een veilig klimaat betekent dat elke leerling zich veilig voelt op school en zich veilig kan ontwikkelen. Om dit mogelijk te maken heeft de school regels opgesteld.

Wanneer er gepest wordt, worden iemands grenzen overschreden. Dit past niet in een veilig klimaat.

Dit anti-pestprotocol is geschreven voor leerlingen, ouders en medewerkers van het Gemini College Lekkerkerk. In dit protocol wordt uitgelegd wat pesten is, hoe je het kunt herkennen en wat de beste aanpak is als er wordt gepest. Pesten lijkt vaak onoplosbaar, maar dat is het niet!

Met dit protocol willen we pesten voorkomen en aanpakken door iedereen bewust te maken van zijn of haar rol in het (voorkomen en aanpakken van) pesten. Om dit proces te begeleiden heeft het Gemini College Lekkerkerk een pestcoördinator(en) aangesteld. Wanneer er sprake is van pesten, kunnen de pestcoördinator(en) de betrokkenen helpen en begeleiden.

A. Wat is pesten?

Pesten of plagen

Iemand een duwtje geven. Het kan plagen zijn, maar ook pesten. Voor veel mensen is het onderscheid niet altijd duidelijk. Wat de ene persoon als plagen bedoelt, kan voor de andere persoon als pesten voelen. Bij plagen zijn kinderen aan elkaar gewaagd: het is een spelletje, niet altijd leuk, maar nooit echt bedreigend. Door te plagen leren kinderen om voor zichzelf op te komen. Het hoort bij het opgroeien. Bij pesten is er echter sprake van bedreiging. De gepeste persoon voelt zich niet meer veilig door opzettelijk negatief gedrag van iemand anders. Hierbij zijn de kinderen vaak niet aan elkaar gewaagd: de pester heeft op fysiek, verbaal en/of sociaal gebied meer macht en maakt hier misbruik van.

Vormen van pesten

Er bestaan verschillende vormen van pesten. Sommige vormen zijn opvallend (slaan of schelden), maar andere vormen vallen soms helemaal niet op (bijvoorbeeld als iemand altijd wordt buitengesloten). De meest voorkomende vormen van pesten zijn:

Verbaal pesten: bijvoorbeeld uitschelden, naropen, uitlachen, nadoen of bedreigen.

Fysiek pesten: bijvoorbeeld. schoppen, slaan, duwen, spugen of knijpen.

Materieel pesten: bijvoorbeeld. spullen kapotmaken, afpakken of verstoppert.

Relationeel pesten: bijvoorbeeld. buitensluiten, roddelen of negeren.

Cyberpesten (online/digitaal pesten): bijvoorbeeld. online uitschelden, negeren op sociale media of het verspreiden van foto's of filmpjes zonder toestemming.

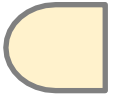
Gevolgen van pesten

Kinderen die herhaaldelijk zijn gepest kunnen last krijgen van sociale en emotionele problemen. Dit kan de kans op eenzaamheid en depressie vergroten. Deze gevoelens kunnen leiden tot het verergeren van bestaande problemen. Slachtoffers durven soms niet meer naar school te gaan.

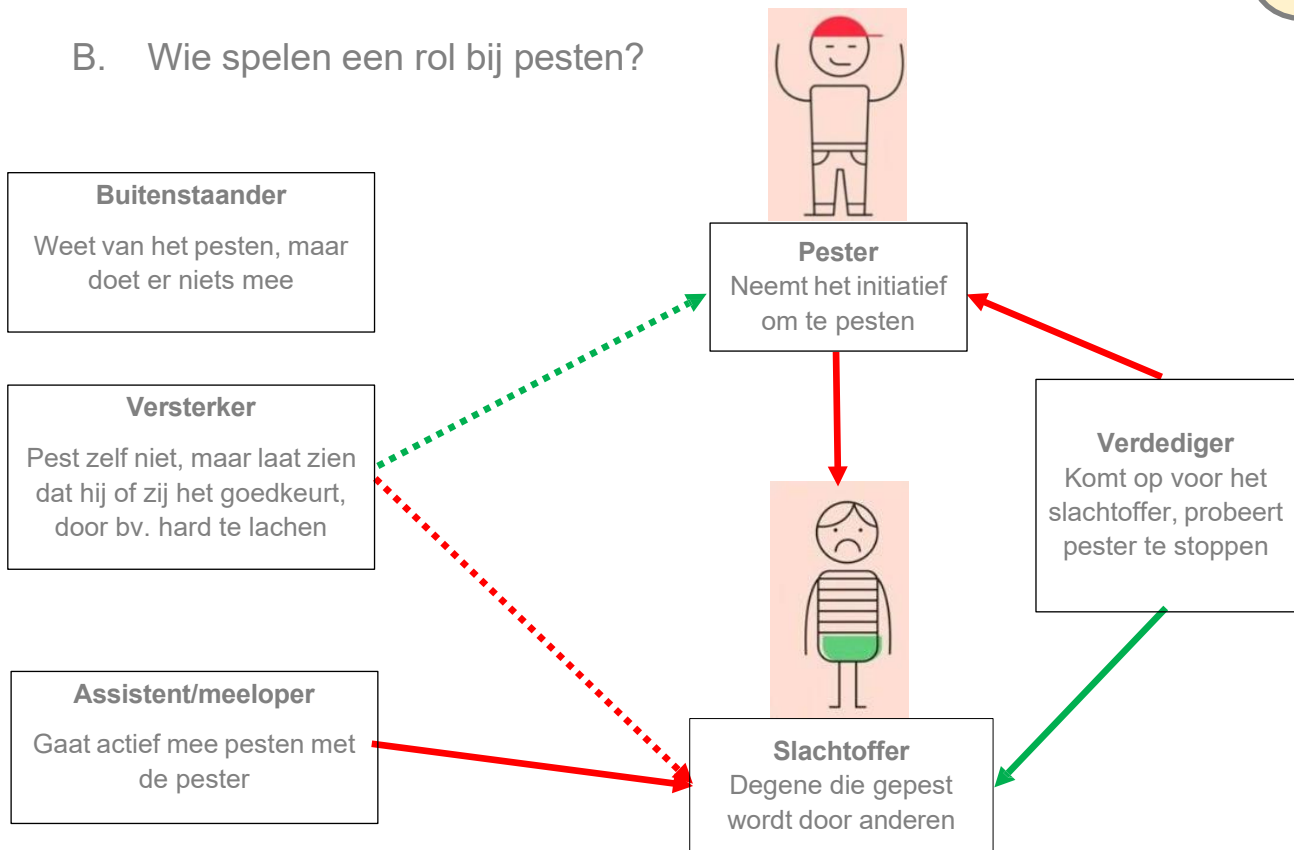
Pesters lijken vaak populair, maar in werkelijkheid zijn klasgenoten vaak bang voor de pester. Op de langere termijn kunnen ook de pesters sociale problemen krijgen. Een pestend kind leert doelen te bereiken zonder op een sociaal aangepaste manier te onderhandelen. Pesters hebben meer kans op het in aanraking komen met justitie, drinken meer alcohol en krijgen vaker ernstige problemen op latere leeftijd.

Daarnaast kan de hele klas last hebben van pesten. De verstoring en afleiding die het pesten veroorzaakt hindert het leren. Hierdoor kan het pesten ook negatieve invloed hebben op de onderwijsprestaties en op de groepsopdrachten te maken, omdat dit coöperatief gedrag en positieve samenwerking vereist. Ook kunnen klasgenoten op latere leeftijd schuldgevoelens krijgen als ze terugdenken aan hun gedrag in de klas ten opzichte van de pester en het gepeste kind.

(Berger, 2007; Fekkes, 2015; NJI)



B. Wie spelen een rol bij pesten?



(Gebaseerd op Stop Pesten Nu & Munniksma, 2015)

Zoals in het plaatje hierboven te zien is, speelt eigenlijk iedereen in de klas een rol wanneer er gepest wordt. Pesters beginnen met pesten om allerlei redenen. Het kan zijn dat ze indruk willen maken op andere kinderen, het kan ook zijn dat ze niet weten hoe ze op een positieve manier contact kunnen leggen. Pesten kan beginnen als iets onschuldigs. Het minder weerbare kind voelt zich erg ongemakkelijk door het pesten. Het lukt haar of hem niet om terug te plagen, een grapje te maken of onverschillig te blijven en reageert soms angstig. Het pestende kind merkt dat het succes (in dit geval macht) heeft en dat smaakt naar meer. Bewonderd door andere kinderen gaat zij of hij door met ongewenste gedrag. Door het pesten en reactie van anderen op het pesten kan het zijn dat de pester zich gesterkt voelt. Na een tijdje wordt het een gewoonte om het slachtoffer te pesten zodra de gelegenheid zich voordoet. Meestal hebben pesters niet in de gaten hoe erg het pesten is voor het slachtoffer.

De rest van de klas

Klasgenoten merken vaak wel dat er gepest wordt. Een klein deel van de klasgenoten komt voor slachtoffers op en spreekt de pesters aan op hun gedrag (verdedigers). Een groot deel zal dit echter niet durven, bijvoorbeeld omdat ze bang zijn zelf gepest te worden. Leerlingen kunnen er dan voor kiezen om actief mee te pesten (assistenten), of mee te lachen/joelen (versterkers) en versterken hiermee het succes van de pester.

Sommige kinderen doen niets (buitenstaanders). Wel voelen zij zich vaak schuldig omdat ze het slachtoffer niet helpen.

3. Signaleren

Het signaleren (ontdekken) van pesten is niet altijd makkelijk.

Daar zijn verschillende redenen voor:

- Slachtoffers praten vaak niet over het pesten, bijvoorbeeld omdat ze zich schamen of bang zijn dat het pesten hierdoor erger wordt.
- Er bestaan veel vormen van pesten, die niet allemaal even opvallend zijn (zie 2A).
- Pesten is een complex proces, waarin iedereen een eigen rol heeft (zie 2B).

Mogelijke signalen dat een kind gepest wordt (ook van belang voor ouders):

- Niet meer naar school willen (bijvoorbeeld door smoesjes te gebruiken).
- Thuis niet meer over school willen vertellen.
- Niet meer met andere kinderen afspreken.
- Regelmatig met kapotte spullen thuiskomen of spullen kwijt zijn.
- Regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben.
- Verwondingen hebben op ongewone plaatsen.
- Slaapproblemen, zoals nachtmerries, bedplassen, niet kunnen slapen door extreem piekeren.
- Bepaalde kleding niet meer willen dragen.
- Prikkelbaar, boos of verdrietig zijn.

Deze signalen kunnen duiden op pesten, maar dat hoeft niet. Belangrijk is dat het gaat om een **verandering van het gedrag van een kind**.

Pesters zijn vaak van binnen onzeker en proberen zichzelf 'sterker' voor te doen, door anderen 'zwakker' te maken. Vaak ligt er aan pestgedrag andere problematiek ten grondslag, zoals:

- Slechte cijfers en hierdoor een gevoel van incompetentie
- Problematische thuissituatie
- Eenzaamheid (door pesten vinden anderen mij interessant)
- Zwak gevoel van autonomie (geen verantwoordelijkheidsgevoel)

4. Het protocol

Pesten is alleen effectief te bestrijden als het serieus wordt genomen. Dat betekent dat kinderen moeten weten dat ze om hulp kunnen aankloppen bij de volwassenen om hen heen. Daarbij zijn alle betrokkenen (school, ouders, pesters (+ actieve meelopers) en gepeste leerling) nodig. Ieder van hen kan bijdragen aan de oplossing van het pestprobleem. Het pestprotocol vormt de verklaring waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op school niet accepteren en pesten dan ook aanpakken. Het protocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

- Pesten moet als een probleem worden gezien door alle directe betrokkenen: leerlingen, ouders en leerkrachten.
- De school is actief in het scheppen van een veilig en pedagogisch klimaat, waarin pesten niet thuishoort. Hierin heeft de pestcoördinator een belangrijke rol.
- Docenten zijn bekend met de signalen van pesten en nemen vervolgens duidelijk telling tegen het pesten.
- De school ontplooit preventieve activiteiten tegen pesten.

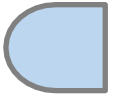
Bij het bestrijden van pesten wordt uitgegaan van de **vijfsporenaanpak**:

1. De algemene verantwoordelijkheid van de school

- De school zorgt dat docenten voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken daarvan.
- De school werkt aan beleid op het gebied van pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen school zo optimaal mogelijk is.
- De school stelt een pestcoördinator aan. Op het Gemini College Lekkerkerk zijn dit Mw. van der Linden en Mw. Carraco.

2. Bieden van steun aan de jongere die gepest wordt

- Het probleem wordt serieus genomen en er volgt een gesprek met de mentor of andere volwassene binnen de school.
- Er wordt uitgezocht wat er gebeurd is of wat er aan de hand is.
- De ouders van het slachtoffer worden geïnformeerd door de school.
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen.
- Het kind wordt gesteund. Kinderen die gepest worden zijn vaak onzeker of machteloos. Zij hebben vaak een extra steuntje in de rug nodig.
- Voor kinderen die gepest worden, behoren een gesprek met Jeugd Ondersteuning op School (JOS), een SOVA-training of een weerbaarheidstraining tot de mogelijkheden.



3. Bieden van steun aan de pester

- Er volgt een gesprek op school.
- Ouders worden geïnformeerd door de school.
- Er wordt besproken wat pesten voor een ander betekent en de jongere wordt geconfronteerd met zijn of haar gedrag en met de mogelijke gevolgen hiervan.
- Er wordt gezocht naar achterliggende oorzaken van het pestgedrag.
- Er wordt gekeken hoe het pestgedrag is om te bouwen naar het onderhouden van positieve relaties met anderen.
- Indien nodig wordt gezorgd dat de jongere deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining of agressie-regulatietraining.

4. Betrekken van de middengroep bij het pestprobleem

- Er wordt over het pesten gepraat in de klas.
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen en over welke bijdrage leerlingen in de klas daar aan kunnen leveren.
- Assistenten van de pesters (zie pagina 5) komen indien nodig ook bij de mentor op gesprek.

5. Bieden van steun aan ouders

- Ouders die zich zorgen maken over pesten, worden serieus genomen.
- De school biedt Informatie en advies bij pesten.
- In samenwerking tussen ouders en school wordt gekeken naar de aanpak van het pestprobleem. Hierbij kunnen ouders worden uitgenodigd om over het pestgedrag te praten. Dit geldt zowel voor de ouders van leerlingen die pesten, als ouders van leerlingen die gepest worden.

Preventieve maatregelen

'Voorkomen is beter dan genezen'. Met 'preventief' wordt bedoeld dat de school probeert pestgedrag te voorkomen. Tijdens het mentoruur zullen de mentoren het onderwerp 'pesten' bespreken. Ook wordt benadrukt dat het melden van pesten heel belangrijk is en niet gezien moet worden als klikken, maar als het vragen om/bieden van hulp.

Wanneer pesten niet stopt

Wanneer het pesten ondanks alle inspanningen niet stopt, zal de afdelingsmanager passende maatregelen nemen.

A. Voor leerlingen

Als je wordt gepest, het idee hebt dat iemand anders wordt gepest of zelf pest en je niet weet wat je kunt doen, dan kun je het volgende doen:

1. Neem zo snel mogelijk contact op met iemand die je vertrouwt op school. Die jou helpen met het zoeken naar een oplossing.
2. Wanneer je dit liever echt niet bespreekt met je mentor, dan kun je een vertrouwenspersoon mailen. De e-mailadressen van de vertrouwenspersonen staan onder aan deze pagina.
3. Praat er met anderen over: je ouders, je opa/oma, vrienden/vriendinnen. Blijf er nooit alleen mee rondlopen!

B. Voor ouders

1. Neem signalen van pesten altijd serieus.
2. Praat er met uw kind over. Een luisterend oor bieden en meehelpen met het zoeken naar oplossing kan erg belangrijk zijn.

E-mail adressen van mentoren zijn op de volgende pagina te vinden:

<https://geminicollegelekkerkerk.nl/> ➡ 'Onze school' ➡ 'Mentoren'

Mocht er een reden zijn waarom u geen contact op kan of wil nemen met de mentor, dan kunt u contact opnemen met een van de vertrouwenspersonen:

- Marileen.van.der.Linden@ozhw.nl
- Adilia.da.Silva.Carraco@ozhw.nl
- Chris.Boom@ozhw.nl
- Tel. 0180 668 266



C. Voor mentoren (en docenten)

Neem signalen van pesten altijd serieus.

1. **Praat (apart) met de gepeste leerling:** steun bieden, zoeken naar een oplossing, steunen in oplossing. Vragen die kunnen helpen in dit gesprek, zijn:

- Door welk gedrag voel je je gepest?
- Door wie wordt je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Wie in jouw omgeving zijn op de hoogte van het pesten?
- Welke leerlingen proberen jou te helpen?

Wanneer de leerling erg onzeker overkomt, kan sociale vaardigheidstraining worden aangeboden. Let op de volgende aspecten:

- Hoe communiceert de leerling met anderen?
- Hoe gaat de leerling om met zijn of haar gevoelens?
- Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?

2. **Praat (apart) met de pester:**

- a. *Confronteren met gedrag* (let op: dit is niet hetzelfde als kritiek leveren)

Richt je op het probleem en benoem gedrag wat waar te nemen is. Maak het niet persoonsgericht. Een voorbeeld van hoe het niet moet: 'Je hebt Mieke een duw gegeven. Nu vind je jezelf vast heel stoer!'. Een voorbeeld hoe het beter kan: 'Je hebt Mieke een duw gegeven, waardoor ze nu een schram heeft op haar arm'. Zeg nooit: 'jij **bent** gemeen', maar 'wat je **doet** is gemeen'. Richt je daarnaast op verandering: wat kunnen we veranderen in het gedrag?

- b. *Mogelijke achterliggende problematiek op tafel proberen te krijgen*

Nu is de vraag waarom een leerling pest. Stel vragen als:

- Waarom vertoon je dit gedrag?
- Wat levert het jou op?

- c. *Helderheid geven over vervolgtraject bij herhaling van pesten*

Wees duidelijk in wat de gevolgen zijn wanneer pesten niet ophoudt (zie pagina 8).

3. **Praat met beide leerlingen** en probeer tot concrete afspraken te komen.
4. **Praat met de hele klas over het pesten.** Dit is belangrijk om de sfeer in de groep te herstellen en om te benadrukken dat elke leerling deels verantwoordelijk is voor de instandhouding maar ook voor de oplossing van het pestgedrag.
5. Indien het pesten niet stopt, komt de **afdelingsmanager** in beeld. De afdelingsmanager neemt eventueel passende maatregelen. Ouders worden hiervan op de hoogte gebracht. Pestincidenten worden geregistreerd in het leerlingvolgsysteem.