



stadslyceum

lyceum atheneum havo

Protocol Pestpreventie H.N. Werkman Stadslyceum

2023-2024

Inhoudsopgave

1. Inleiding
2. Wat is pesten?
 - 2.1 *Kenmerken van pesten*
 - 2.2 *Kenmerken van plagen*
 - 2.3 *Wat is cyberpesten?*
 - 2.4 *Hoe wordt er gepest?*
 - 2.5 *Welke rollen onderscheiden we bij pesten?*
 - a. *De gepeste leerling*
 - b. *De pester*
 - c. *De meelopers en de weggijkers*
3. Aanpak van het pesten
 - 3.1 *Uitgangspunten*
 - 3.2 *Vijfsporenaanpak*
4. Preventie
 - *Preventieve maatregelen*
5. Het stappenplan na een melding van pesten
 - 5.1 *Rol- en taakverdeling*
 - 5.2 *Maatregelen*
6. Bijlagen
 - Bijlage 1. Nationaal Onderwijsprotocol tegen Pesten
 - Bijlage 2. Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling
 - Bijlage 3. Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest
 - Bijlage 4. Tips voor leerlingen bij cyberpesten
 - Bijlage 5. Tips voor ouders
 - Bijlage 6. Links voor bruikbare adressen bij (cyber)pesten

1. Inleiding.

Een veilige schoolomgeving is een voorwaarde om leerlingen in staat te stellen om te kunnen leren. Dit protocol pestpreventie beschrijft hoe we binnen het H.N. Werkman Stadslyceum een zo veilig mogelijk school- en klassenklimaat creëren. Iedereen die zich in de school bevindt, moet zich veilig genoeg voelen om zichzelf te durven zijn. Discriminatie in welke vorm dan ook wordt niet geaccepteerd, ook pesten past niet bij onze positieve benadering van elkaar.

Binnen het H.N. Werkman Stadslyceum vinden we het belangrijk dat leerlingen zich gezien, gewaardeerd en veilig weten op school. Een veilig klimaat draagt bij aan de ontwikkeling van een positief en realistisch zelfbeeld. In een veilig klimaat zijn leerlingen zich bewust van hun eigen weten en kunnen, weten zij dat ze gezien worden en er mogen zijn, dat ze betekenis hebben en erbij horen, ondanks onderlinge verschillen. Fouten maken mag, als je er maar van leert. Dit geldt voor alle vormen van leren, niet alleen voor schools leren.

Anti-pestbeleid is over het algemeen gericht op het veranderen van ongewenst gedrag in gewenst gedrag. Wij vinden het belangrijk te investeren in een positief schoolklimaat en positieve groepsvorming. Om deze reden kiezen wij ervoor om naast curatieve maatregelen vooral te focussen op preventie. Door middel van een jaarlijks terugkerende Monitor Sociale Veiligheid wordt gemeten hoe sociaal veilig de leerlingen zich op school voelen.

Behalve de activiteiten gericht op positieve groepsvorming, staan er richtlijnen in het protocol over signalering en melding van pestgedrag. Immers, pesten kan door een goede aanpak wel sterk verminderd worden, maar nooit voor 100% worden voorkomen.

Dit protocol is een ontwikkeldocument en zal jaarlijks geëvalueerd en bijgesteld worden. In team- en directieoverleg staat het schoolklimaat regelmatig op de agenda. Mentoren en docenten gaan het gesprek aan met de leerlingen. Ouders worden erbij betrokken in de vorm van ouderavonden en oudergesprekken. Collega's kunnen informeel ervaringen uitwisselen. Studiedagen, workshops en cursussen zijn bovendien een bron van professionalisering.

2. Wat is pesten?

Onder pesten verstaan we een systematische, psychologische, fysieke of seksuele handeling van geweld door een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer klasgenoten, die niet (langer) in staat is/zijn zichzelf te verdedigen.

2.1 - Kenmerken van pesten zijn:

- pesten gebeurt opzettelijk;
- pesten is bedoeld om schade toe te brengen (fysiek, materieel of mentaal);
- bij pesten is er altijd sprake van ongelijke machtsverhoudingen (fysiek of verbaal sterkere personen kiezen minder weerbare personen als slachtoffer);
- pesten gebeurt systematisch;
- pesten houdt niet vanzelf op, maar wordt eerder erger als er niet wordt ingegrepen;
- pesten is van alle tijden en komt in alle groepen en culturen voor. Het is dus een typisch menselijke ondeugd die altijd verborgen aanwezig is en steeds weer de kop kan opsteken.

Pesten treft de pester, de gepeste, de rest van de klas, de mentor en de overige medewerkers van de school. Pesten verziekt het groepsklimaat. In een verziekt groepsklimaat wordt meer gepest en minder geleerd. Zo kan er gemakkelijk een vicieuze cirkel ontstaan. De tijd en energie, bedoeld voor leren, samenwerken en positieve sociale omgang kan negatief beïnvloed worden door (onderhuidse) spanningen.

Helaas is pesten niet altijd direct zichtbaar. Het is daarom van groot belang dat het zo snel mogelijk bespreekbaar wordt gemaakt. Niet iedereen heeft het in zich om te kunnen praten over het feit dat er gepest wordt. Bespreekbaar maken is van belang om de impact van het pesten zo beperkt mogelijk te houden.

Plagen is vooral een spel en daardoor van een andere orde.

2.2 - Kenmerken van plagen zijn:

- het gebeurt tussen mensen die gelijk zijn aan elkaar wat betreft macht;
- er is geen winnaar of verliezer;
- de waardering voor elkaar blijft bestaan;
- de geplaagde kan zichzelf goed verdedigen;
- niemand loopt schade op.

Hoewel er aantoonbare verschillen bestaan tussen pesten en plagen, bestaat er tussen beide geen vastgestelde grens. Deze grens is voor ieder persoonlijk verschillend. Iedereen heeft het recht zelf een persoonlijke grens aan te geven.

2.3 - Wat is cyberpesten?

Cyberpesten (of digitaal pesten) is het pesten of misbruiken via het internet en via mobiele telefoon. 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.

2.4 - Hoe wordt er gepest?

Hoe	Categorie	Voorbeelden
Verbaal	Fysiek, mentaal	Vernederen, belachelijk maken, schelden, dreigen, met bijnamen aanspreken.
Lichamelijk	Fysiek	Aan kleding trekken, duwen en sjoeren, schoppen en slaan, krabben en aan haren trekken, wapens gebruiken.
Achtervolgen	Fysiek, mentaal	Opjagen en achternalopen, in de val laten lopen, klemzetten of -rijden, opsluiten.
Uitsluiten	Mentaal	Doodzwijgen en negeren, uitsluiten van feestjes, bij groepsopdrachten.
Stelen en vernielen	Materieel	Afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen, kliederen op boeken.
Afpersen	Mentaal, fysiek, materieel	Dwingen om geld of spullen af te geven, het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.
Digitaal (cyberpesten)	Mentaal, materieel	Mobiele telefoon, e-mail, Whatsapp, Twitter, Facebook, Instagram, Snapchat, Youtube, Tumblr, identiteit-hack.

2.5 - Welke rollen onderscheiden we bij het pesten?

1. - De gepeste
2. - De pester
3. - De meelopers en de wegstroopers

Dit zijn rollen, geen persoonlijke eigenschappen. Een leerling die pest kan op een ander moment of in een andere situatie juist behulpzaam zijn. Persoon en gedrag moeten goed uit elkaar gehouden worden. Een rol is makkelijker te veranderen dan een vaststaande eigenschap. Eigenlijk moeten we de termen pesters en gepeste niet gebruiken, maar spreken van personen die pesten/gepest worden. Omwille van de leesbaarheid gebruiken we ze echter wel.

2.5.1 De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan andere. Dat kan te maken hebben met uiterlijk, gedrag, geaardheid of sociale uitingsvormen. Er zijn leerlingen met bijzonderheden die nooit gepest worden en er zijn leerlingen zonder iets bijzonders, die toch gepest worden. Pesten komt vooral voor in situaties waarin pesters hiervoor de kans krijgen, bijvoorbeeld in situaties zonder toezicht.

Een gepeste leerling praat er thuis vaak niet over. Dat kan onder meer samenhangen met:

- schaamte;
- een negatief zelfbeeld;
- echt of vermeend onbegrip van de ouders;
- overbezorgde ouders, die misschien zelf ooit gepest zijn en hun kind niet kunnen helpen, maar wel hun gevoelens overnemen;
- angst dat de ouders met school gaan praten waardoor het erger wordt;
- een problematische thuissituatie; het kind wil zijn ouders niet met meer problemen opzadelen;
- het probleem lijkt onoplosbaar;

- het idee dat je als gepeste niet mag klikken.

Mogelijke signalen van gepest worden (ook van belang voor ouders):

- 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;
- 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.

2.5.2 De pester

Pesters lijken vaak de sterkere leerlingen in de groep te zijn. Zij zijn of lijken populair, maar ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar te doen. Van binnen kunnen ze onzeker zijn. Dan proberen ze zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken. Pesters krijgen vaak andere leerlingen mee, want wie meedoet, loopt zelf minder kans om gepest te worden. Bij pestgedrag kunnen verschillende factoren meespelen (vaak meer dan één). Het is opvallend dat die zowel bij pesters als bij leerlingen die gepest worden voorkomen. Pesters en leerlingen die gepest worden lijken meer op elkaar dan je zou denken.

Pestgedrag kan een aantal dieperliggende oorzaken hebben:

- een problematische thuissituatie;
- een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet);
- binnen een grote groep 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 gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau);
- een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid).

2.5.1 De meelopers en wegekijkers

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel meedoen met pesten. Dit gebeurt vaak uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen. Of de meelopers vinden stoer gedrag wel interessant en denken in populariteit mee te liften met de pester. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen. Veel leerlingen houden zich afzijdig als er worden gepest. Wel kunnen ze zich schuldig voelen, omdat ze niet opkomen voor het slachtoffer of geen hulp inschakelen. Het kan zijn dat ze dat niet durven, of ze weten niet hoe ze dit moeten aanpakken.

3. Aanpak van het pesten

De aanpak van pesten binnen het H.N. Werkman Stadslyceum is gericht op de ontwikkeling van een positief school- en groepsklimaat. Pesten is helaas niet altijd te voorkomen, maar wordt binnen het H.N. Werkman Stadslyceum niet geaccepteerd.

De aanpak van het pesten begint met de erkenning dat pesten bestaat. Vervolgens investeren we in preventie, waarbij het zwaartepunt ligt op de ontwikkeling van een positief school- en groepsklimaat. Alle medewerkers van de school zijn betrokken bij het welbevinden van de leerlingen. Onder andere middels voorlichting, themalessen, klassenuitjes, schoolfeesten en meerdaagse schoolreizen werken we gezamenlijk aan een veilig schoolklimaat.

De mentoren zijn het eerste aanspreekpunt in het onderwijsleerproces van de leerlingen. Zij werken hierin onder meer samen met peermediators. Wanneer er sprake is van mentoroverstijgende ondersteuningsvragen onderzoekt de mentor samen met het IOT de mogelijkheden voor passende begeleiding binnen en/of buiten school.

Met het Protocol Pestpreventie verklaren de vertegenwoordigers van de school en de ouders dat we pestgedrag op school niet accepteren, hoe we pesten proberen te voorkomen en als het toch voorkomt, hoe het wordt aangepakt.

3.1 - Uitgangspunten

Een Protocol Pestpreventie kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

3.1.1. de school scheidt een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten niet wordt geaccepteerd en zoveel mogelijk wordt voorkomen;

3.1.2. de school ontplooit preventieve (les-) activiteiten;

3.1.3. voorbeeldgedrag van volwassenen binnen de school is van groot belang. Van iedere medewerker binnen de school wordt verwacht dat een respectvolle bejegening naar elkaar en naar leerlingen het uitgangspunt is;

3.1.4. komt pesten toch voor, dan is het een probleem van alle betrokken partijen: docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. Met de ondertekening van het Nationaal onderwijsprotocol (zie bijlage I) laten alle betrokken partijen zien, dat zij bereid zijn tot samenwerking om de problemen rond pesten aan te pakken;

3.1.5. docenten en andere personeelsleden kunnen pesten signaleren en nemen er vervolgens duidelijk stelling tegen;

3.1.6. de school dient te beschikken over een directe (herkenbare) aanpak wanneer pesten de kop opsteekt (Protocol Pestpreventie).

3.2 - Vijfsporenaanpak

Met de ondertekening van het Nationaal onderwijsprotocol (zie bijlage I) heeft het H.N. Werkman Stadslyceum zich verbonden aan de vijfsporenaanpak. Dit houdt in:

3.2.1 - De algemene verantwoordelijkheid van de school.

Schoolleiding, mentoren, docenten en andere medewerkers hebben voldoende informatie over pestpreventie, pesten en de aanpak van pesten. De school werkt aan een optimaal school- en groepsklimaat en een goed beleid rondom pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school optimaal is.

3.2.2 - Steun bieden aan de leerling die gepest wordt.

Het pesten wordt serieus genomen. Er wordt geluisterd naar de leerling. Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurt /is gebeurd. Er wordt contact opgenomen met de ouders van de gepeste leerling. Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen. Een aanbod van (deskundige) hulp behoort tot de mogelijkheden. Er komen follow-up gesprekken.

3.2.3 - Steun bieden aan de pester.

Confrontatie van de leerling met zijn/haar gedrag en de gevolgen hiervan voor de leerling die zich gepest voelt. Nagaan in hoeverre de pester de gevolgen voor de leerling die zich gepest voelt kan overzien. De onderliggende oorzaken boven tafel zien te krijgen. Helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met anderen. Zorgen dat de pester zich aan regels en afspraken houdt. Grenzen stellen en consequenties eraan verbinden. Er komen follow-up gesprekken. Contact opnemen met de ouders van de pester.

3.2.4 - De middengroep (rest van de klas) bij het probleem betrekken.

De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt ieders rol hierin. Er wordt gesproken over

mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan verbetering van de situatie. Hoe kunnen de leerlingen daar zelf een actieve rol bij spelen? De mentor komt hier later op terug en kan er eventueel voor kiezen de peermediators en/of het IOT bij het proces te betrekken.

3.2.5 - Steun bieden aan de ouders.

Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen. De school werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken. Advies aan de ouders over de omgang met hun gepeste of pestende kind. De school verwijst de ouders zo nodig naar begeleiding buiten school.

4. Preventie.

Pesten is niet altijd te voorkomen. Het is belangrijk om aandacht te geven aan preventie in de vorm van stimuleren en positieve groepsvorming.

Preventieve maatregelen.

4.1 Elke mentor bespreekt in de eerste week van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Die werken het beste als de leerlingen zelf meedenken, de afspraken en regels positief geformuleerd zijn en als ze zichtbaar en bekend zijn voor alle klasgenoten. Vrijwel altijd komt een groep op ongeveer dezelfde regels en afspraken uit: regels over hoe met elkaar om te gaan, hoe om te gaan met de spullen van anderen, hoe om te gaan met leren en huiswerk.

De mentor bespreekt in de klas de afspraken ten aanzien van pesten. Onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Pesten moet altijd gemeld worden. Dat is geen klikken, maar hulp bieden of vragen, opkomen voor jezelf of anderen. Het is belangrijk dat de omgangsregels tijdens de mentorlessen meerdere keren per jaar besproken te worden, zodat deze levend blijven binnen de klas.

4.2 Tijdens het brugklaskamp in de tweede week van het schooljaar wordt aandacht besteed aan de preventie van pesten door middel van een theatervoorstelling.

4.3 In verschillende vaklessen worden lessen aangeboden op het gebied van de sociaal-emotionele ontwikkeling.

4.4 Het is belangrijk dat leerlingen weten dat ze in geval van pesten hulp kunnen krijgen binnen de school en hoe en wie ze om hulp kunnen vragen. Het streven is de hulp zo toegankelijk en laagdrempelig mogelijk te maken.

4.5 Via mentorgesprekken hebben mentoren de taak en de gelegenheid regelmatig in gesprek met leerlingen te gaan. Op deze manier kunnen mentoren aandacht geven aan de groeps sfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de klas.

4.6 Medewerkers dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze tonen interesse en luisteren naar wat leerlingen te vertellen hebben. Het doel hiervan is dat leerlingen zich gezien en gehoord voelen op school. Complimenteren van goed gedrag is hierbij belangrijk.

4.7 Tijdens pauzes, voor aanvang van de lessen, na afloop van de lessen en tijdens andere vrije momenten zijn alle medewerkers van school alert. Toezicht is een krachtig preventief middel tegen pesten.

4.8 Digitaal pesten tot een minimum beperken, zo mogelijk voorkomen door afspraken over computergebruik die vastgesteld zijn in het internetprotocol. (bijlage 6).

- 4.9 Het pestprotocol wordt jaarlijks besproken en bijgesteld en komt op de website van de school te staan. Ouders worden geïnformeerd over het bestaan van ons pestprotocol.
- 4.10 Scholing van medewerkers van de school: studiedagen voor medewerkers, verdieping op bepaalde thema's of het sparren over ideeën en onderwerpen.
- 4.11 Voorlichting aan ouders: ouderavonden om ouders te informeren. Ouders de kans te geven om vragen te stellen of zaken tijdig aan het licht te brengen.
- 4.12 De mogelijkheid om via het onderzoek Jij en je Gezondheid van de GGD het sociaal welbevinden in klas 3 te monitoren.
- 4.13 Jaarlijks wordt binnen het H.N. Werkman Stadslyceum een Monitor Sociale Veiligheid uitgezet om te evalueren hoe onze leerlingen, ouders en medewerkers onze school beoordelen rondom het onderwerp sociale veiligheid.
- 4.14 De school voert actief registratie via Magister. Docenten en mentoren melden hun signalen van Opvallende zaken rondom pesten in Magister, zodat betrokken medewerkers dit kunnen teruglezen en er dossiervorming ontstaat.

5. Het stappenplan na een melding van pesten.

5.1 - Rol- en taakverdeling

A. Alle medewerkers

Alle medewerkers binnen de school hebben een signalerende rol. Wanneer pesten wordt waargenomen of wanneer er redenen zijn om pesten te vermoeden, wordt verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen bij de mentor om hulp en overleg in gang te zetten.

B. De mentor

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester apart. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlagen. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor neemt contact op met de ouders van de pester en de gepeste en betreft hen bij de oplossing.
3. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject als het pesten zich herhaalt.
4. De mentor praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groeps sfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groeps lid heeft.
5. Als het probleem escaleert, meldt de mentor het gedrag aan de teamleider en het Intern Ondersteunings Team. De mentor draagt de informatie over de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt (Magister) over aan de teamleider en het IOT.
6. Als het probleem escaleert, (zie 5) worden de ouders/verzorgers op de hoogte gesteld en zo nodig betrokken bij het vinden van een oplossing.

C. De teamleider en/of het IOT

1. De teamleider of het IOT kan in onderling overleg de rol van de mentor overnemen bij escalatie van het pestgedrag of wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
2. De teamleider of het IOT heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk: - confronteren (zie bijlage), - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen, - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling

van pesten.

4. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij bepaald gedrag vertoont, waarmee pestgedrag kan worden uitgelokt.
5. De teamleider of het IOT adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis binnen of buiten de school.
6. De teamleider of het IOT stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van herhaling van het ongewenste gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
7. De teamleider of het IOT bespreekt de mogelijkheden voor hulp met de ouders.
8. De teamleider of het IOT koppelt alle informatie terug naar de betrokken partijen binnen school.

5.2 - Maatregelen

A. Interne schorsing

In uitzonderlijke gevallen kan worden overgegaan tot een interne schorsing. De leerling werkt binnen de school een dag zelfstandig aan schooltaken zonder dat de lessen worden gevolgd. Voordat de leerling weer mag deelnemen aan de lessen vindt er een gesprek plaats met de leerling en zijn ouders op school waarbij er afspraken worden gemaakt.

Overige maatregelen

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen blijft volharden in het vertonen van pestgedrag kan de school overgaan tot het nemen van andere disciplinaire maatregelen, bijvoorbeeld een langdurige schorsing en/of verwijdering. De school neemt hierbij in ogenschouw de waarborging van de veiligheid van de medeleerlingen, de frequentie van de pesterijen en de ernst van de pesterij(en).

B. Mogelijke stappen voor ouders

1. We geven de ouders middels dit protocol voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen. Zie ook de site www.mijnkindonline.nl.
2. Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:
 - 0800-5010: de onderwijstelefoon (voor ouders over onderwijs)
 - 0900-1113111: de vertrouwensinspectie
3. We kunnen ouders adviseren aangifte te doen. In het geval dat een leerling stelselmatig wordt gepest/bedreigd is er mogelijk sprake van een strafbaar feit en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamenlijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig verwijzen we door naar de jeugdagent van de school en/of Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl tel: 0800- 6334286)

6. Bijlagen.

Bijlage 1. Nationaal Onderwijsprotocol tegen Pesten

Het Nationaal onderwijsprotocol tegen Pesten beoogt via samenwerking het probleem van het pestgedrag bij kinderen aan te pakken en daarmee het geluk, het welzijn en de toekomstverwachting van kinderen te verbeteren.

De ondertekenaars van dit protocol verklaren het volgende:

1. Pesten is een wezenlijk en groot probleem. Uit onderzoek blijkt dat één op de vier kinderen (+ 375.000) in het basisonderwijs en één op de zestien leerlingen (+ 56.000) in het voortgezet onderwijs slachtoffer zijn van pestgedrag. Pestgedrag is schadelijk tot zeer schadelijk voor kinderen, zowel voor de slachtoffers als voor de pesters. De omvang en zwaarte van het probleem leiden tot de noodzaak van een aanpak door alle opvoeders van kinderen en jongeren, in het bijzonder door de leraren en door de ouders.

2. Het bevoegd gezag en directie gaan, om een passend en afdoend antwoord te vinden op het pestprobleem, uit van een zo goed mogelijke samenwerking tussen leraren, ouders en leerlingen, gebaseerd op afgesproken beleid dat gericht is op samenwerking.

3. Onze school wenst een samenwerking, zoals bedoeld onder punt 2 ook daadwerkelijk aan te gaan, te stimuleren en te onderhouden.

4. De ondertekenaars van dit protocol verbinden zich daarom het volgende te doen:

- het werken met de 'vijfsporenaanpak';
- het bewust maken en bewust houden van de leerlingen van het bestaan en de zwaarte van het pestprobleem;
- het bewust maken en bewust houden van de (levenslange) gevolgen van pesten;
- een gerichte voorlichting over de preventie en de aanpak van het pesten aan alle ouders van de school;
- het zorgen voor voor iedere aan de school verbonden persoon toegankelijke, actuele informatie over het pestprobleem, met als speciaal aandachtspunt informatie voor de leerlingen;
- het beschikbaar stellen van geld waarmee de scholing van personeelsleden, lesmaterialen, lezingen, activiteiten voor ouders, de aanschaf van boeken en andere informatie wordt bekostigd;
- het invoeren van een sociaal-emotioneel leerlingvolgsysteem op school, zodat probleemgedrag bij leerlingen zo vroeg mogelijk kan worden onderkend en tegengegaan.

5. De ondertekenaars verklaren zich in principe bereid tot deelname aan een periodieke zelfevaluatie binnen een door de medezeggenschapsraad vastgestelde termijn.

6. Als het protocol is ondertekend, wordt een kopie op een duidelijk zichtbare plaats opgehangen in de school. De tekst van het protocol wordt verder bekend gemaakt via de website van de school.

7. Het bevoegd gezag en de directie zorgen er verder voor dat naar aanleiding van de ondertekening van dit protocol een beleid tegen het pesten wordt geformuleerd. Dit beleid wordt in het schoolplan en de schoolgids opgenomen.

Naam en plaats van de school: H.N. Werkman Stadslyceum, Groningen

Getekend namens:

Bevoegd gezag/directie/personeel

.....

Medezeggenschapsraad/ouderraad/leerlingenraad

.....

Bijlage 2. Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Klopt het dat je wordt gepest? (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 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. Houd er rekening mee dat dit meestal onbewust gebeurt. Heeft een leerling erg veel weerstand tegen bewustwording van dit soort dingen? Laat het dan aan een deskundige over. Weerstand heeft vrijwel altijd een psychische functie.

Bijlage 3. 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 is niet hetzelfde als kritiek geven (al wordt dat vaak wel zo ervaren).

Confronteren is:

- Probleemgericht en richt zich op gedrag dat waar te nemen is. Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht.
- Relatiegericht. Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt maar met behoud van de relatie.
- 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 redenen

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? Maak duidelijk dat pestgedrag een teken is van gebrek aan verantwoordelijkheid. Daar kan iets aan gedaan worden. Bied zo nodig hulp aan van een leerlingbegeleider (op vrijwillige basis, mits het pesten stopt).

Het pestgedrag moet stoppen

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

Bijlage 4. Tips voor leerlingen bij cyberpesten

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 e-mailadres 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 gemakkelijk 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 chatmogelijkheid als er iets vervelends gebeurt.
- 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 of dreig- of haatberichtjes.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van het internet 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. Ook foto's van bijvoorbeeld WhatsApp of Snapchat worden bewaard zonder dat je dit kan zien/weet.
- 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 wil.

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. Als je niet reageert, gaan pesters vaak op zoek naar iemand anders om te pesten. Bewaar deze mails als bewijs en ga hiermee naar iemand die je vertrouwt.
- Blokkeer de afzender. Als het gaat om sms'jes/ Whatsapp/ Instagram op de mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.
- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op. Van het IP-adres van de e-mail kan soms worden afgeleid van welke computer de e-mail verzonden is. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail aan kan nemen. Men heeft daar ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie de mail heeft verstuurd. Bel de helpdesk op.
- Ga naar je mentor of teamleider toe op school. Hij/zij 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.meldknop.nl.

Bijlage 5. Tips voor ouders

Wat kun je als ouder doen als je kind wordt gepest?

Wees stil als ouder en luister naar het verhaal van je kind.

Neem je kind serieus! Luister en stel verdiepende vragen. Verdiepende vragen betekent eigenlijk hetzelfde als doorvragen, dit om het probleem duidelijk te krijgen (probeer er geen verhoor van te maken!). Spreek niet onmiddellijk een oordeel uit. Laat merken dat je achter je kind staat, dat je je kind voor de volle 100% vertrouwt en gelooft.

Samen naar oplossingen zoeken.

Kom niet meteen met oplossingen. Probeer samen naar oplossingen te zoeken. Wat past bij jullie kind? Als je deze adviezen ter harte neemt, dan zal jullie kind zich gehoord en begrepen voelen. Van hieruit kunnen jullie samen gaan bedenken wat je zoal kunt gaan doen.

- Je kunt op school gaan praten als je kind hier achterstaat. Dit is vaak de eerste en meest logische stap.
- Je kunt professionele hulp zoeken, of een training waar je kind baat bij kan hebben.
- Boeken lezen over dit onderwerp en op internet informatie lezen over wat je tegen pesten kunt doen.
- Blijf in gesprek met je kind, geef eventueel adviezen wat je kind zou kunnen doen of zeggen (of juist niet) tegen de pester(s).

Activiteiten.

- Laat je kind tekenen wat het heeft meegemaakt, of laat hem of haar het opschrijven.
- Geef je kind een schriftje of dagboek, dat is vaak een goede uitlaatklep.
- Als je kind moeite heeft met praten, stuur elkaar dan briefjes/appjes of mailtjes.
- Ook een sport kan wonderen doen en dan niet alleen een verdedigingssport, de meeste sporten zijn goed als uitlaatklep.
- Alle mensen die iets voor je kind betekenen (vader, moeder, opa's en oma's, speciale tante, vrienden) laat je drie goede kwaliteiten/eigenschappen opschrijven van je kind. Het is fijn te horen wat er allemaal goed is aan je. Het zelfvertrouwen krijgt dan de kans om te groeien. Misschien zijn er kwaliteiten bij die je kind kunnen helpen bij het omgaan met de pester.
- Rollenspellen: doe in een rollenspel bijvoorbeeld voor hoe je kind op verschillende manieren kan reageren op de pester(s).

Maar het belangrijkste blijft: een luisterend oor bieden en je kind serieus nemen. Wees open en positief nieuwsgierig.

Bijlage 6. Links voor bruikbare adressen bij (cyber)pesten

Preventief

- www.schoolveiligheid.nl

Stichting School & Veiligheid ondersteunt scholen bij het bevorderen van een sociaal veilig klimaat. Dit doen wij door het geven van actuele informatie en deskundig advies via de website, trainingen, conferenties en de helpdesk.

- Veilig internetgebruik

<https://veiliginternetten.nl/>

Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken, over het veilig gebruik van internet.

- <https://www.mediaopvoeding.nl/>

Op deze site geven deskundigen antwoord op al je vragen rondom media en jouw kind.

- <https://www.stoppestennu.nl/lesmaterialen-pesten-en-cyberpesten>

Bekijk hier meer dan 118 lesideeën, lessuggesties en winacties tegen pesten en cyberpesten.

- <https://www.helpwanted.nl/>

Helpwanted.nl is een website over online seksueel misbruik van kinderen en jongeren. Je kunt dit hier melden. Je vindt ook informatie over wat het is, hoe je het kunt voorkomen en wat je kunt doen wanneer het je is overkomen. Ook ouders, docenten en andere opvoeders kunnen hier terecht.

Bij pesten (informatie, adviezen, stappen, doorverwijzing)

- <https://www.meldknop.nl/>

Iets vervelends gebeurd op internet? Hier kun je alles vinden, tips, te ondernemen stappen etc.

- www.pestweb.nl

Als je te maken hebt met pesten, vind je het misschien lastig om erover te praten. Bij Pestweb kun je je verhaal kwijt. Voor jezelf of iemand anders. Wij helpen je met tips en advies om het pesten te stoppen. Kijk op deze website of chat, mail of bel met ons.

- <https://www.kindertelefoon.nl>

Het is heel goed om met iemand die je vertrouwt te praten over het (online) pesten. Dit kunnen je ouders zijn, een oom of tante, of een goede vriend(in). Je kunt ook altijd bellen of chatten met de Kindertelefoon (0800-0432) of met Pestweb (0900-2828280).

- <https://www.stoppestennu.nl/handleidingen-problemen-rapporteren-op-facebook-twitter-youtubegoogle-skype-whatsapp-instagram>

Heb je hulp nodig bij de instellingen van Facebook, Twitter, YouTube, Google, Whatsapp, Instagram of Skype? Hieronder vind je handleidingen. In deze handleidingen staat beschreven hoe jij je instellingen kunt aanpassen, waardoor je de risico's dat er wat misgaat, kleiner maakt. Ook staat erin beschreven hoe je problemen kunt rapporteren.

- <http://www.bureaujeugdenmedia.nl/stappenplan-omgaan-met-sexting/>

Help! Er circuleert een naaktfoto/seksfilmpje op mijn school! Stappenplan.

- <https://veiliginternetten.nl/themes/situatie/een-van-mijn-leerlingen-wordt-online-gepest/>

Vijf acties om je leerlingen te beschermen tegen online pesten.