

# PESTPROTOCOL



**Gerrit  
Rietveld  
College**

## Inhoudsopgave

<b>1 Inleiding</b>	
Doel	3
Uitgangspunten	3
<b>2 Theoretisch kader en achtergrondinformatie</b>	
Wat is plagen?	4
Wat is pesten?	4
Hoe wordt er gepest?	4
De gepeste leerling	4
De pester	5
De meelopers en de andere leerlingen	5
Instanties	6
Tips voor ouders van gepeste kinderen	7
Tips voor ouders van pestende kinderen	7
Digitaal pesten	8
<b>3 Het pestprotocol in de praktijk</b>	
De vijfsporenaanpak	10
Preventieve maatregelen	10
Het stappenplan	11
<b>4 Bijlagen</b>	
Bijlage 1: Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	12
Bijlage 2: Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest	13
Bijlage 3: Leidraad voor een klassengesprek	14
Bijlage 4: Voorbeeld van een pestcontract	15

## 1 Inleiding

### Doel

Het pestprotocol is geschreven voor de leerlingen, ouders en medewerkers van de school. Het geeft het beleid van de school weer t.a.v. pesten. Het beschrijft wat we onder pesten verstaan, hoe pesten voorkomen kan worden en wat de aanpak is als er gepest wordt. Het hoofddoel van het protocol is het voorkomen en bestrijden van pesten door alle betrokkenen duidelijkheid te geven over ieders rol. Daarnaast heeft het een informatieve en verwijzende functie.

### Uitgangspunten

Het pestprotocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

1. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; leerkrachten, ondersteunend personeel, ouders en leerlingen.
2. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
3. Docenten en ondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (het pestprotocol).
5. De school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

## 2 Theoretisch kader en achtergrondinformatie

### **Wat is plagen ?**

We spreken over plagen wanneer leerlingen min of meer aan elkaar gewaagd zijn. Het vertoonde gedrag is onschuldig en nodigt uit tot een reactie van een zelfde soort. Het gaat dan om een spel, dat door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren. Plagen is niet systematisch en heeft geen nadelige gevolgen voor degene die het ondergaat. Er is sprake van een pedagogische waarde: door elkaar eens uit te dagen, leren kinderen heel goed om met allerlei conflicten om te gaan. Dat is een vaardigheid die later in hun leven van pas komt bij conflicthantering.

### **Wat is pesten?**

We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend. Een klimaat waarin 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 verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er grip op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, kan het nog moeilijk zijn het systeem van treiteren te doorbreken.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben de taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf) pesten tegen te gaan. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben.

Voor mentoren betekent het dat ze groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groepssfeer 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 of opmerkingen op social media.

#### *Lichamelijk*

Trekken aan kleding, duwen en sjoeren, schoppen en slaan, krabben en aan haren trekken, wapens gebruiken.

#### *Achtervolgen*

Opjagen en achterna lopen, in de val laten lopen, klem zetten of rijden, opsluiten.

#### *Uitsluiting*

Doodzwijgen en negeren, uitsluiten van feestjes en 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 of om iets 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 onveilige situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen. 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 of ze praten anders.

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.
- Niet willen klikken.

### **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: het slachtoffer vraagt er immers om gepest te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie.
- Een 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.

## Instanties

Er zijn allerlei instanties die zich bezighouden met pesten en andere vormen van ongewenst gedrag, zowel in de vorm van voorlichting en preventie als in de vorm van hulpverlening.

### *Binnen school*

Bij ongewenst gedrag zoals pesten, discriminatie, agressie, seksuele intimidatie en geweld moet er altijd contact worden opgenomen met de mentor van de leerling en de betreffende afdelingsleider. Leerlingen en ouders kunnen bij vertrouwelijke zaken direct contact opnemen met de vertrouwenspersonen van de school.

De mentor en de afdelingsleider zullen indien nodig advies vragen aan de zorgcoördinator, die in overleg met verschillende kernpartners hulp zal inschakelen. Dit kunnen verschillende personen of instanties binnen of buiten de school zijn, zoals leerlingbegeleiding, het buurtteam VO of het jeugdgezondheidsteam.

De vertrouwenspersonen zijn:

Lieke Gevaerts	<a href="mailto:l.gevaerts@gerritrietveldcollege.nl">l.gevaerts@gerritrietveldcollege.nl</a>
Annette Kadijk	<a href="mailto:a.kadijk@gerritrietveldcollege.nl">a.kadijk@gerritrietveldcollege.nl</a>
Siham Moumna	<a href="mailto:s.moumna@gerritrietveldcollege.nl">s.moumna@gerritrietveldcollege.nl</a>

De zorgcoördinator is:

Anja Folmer [a.folmer@gerritrietveldcollege.nl](mailto:a.folmer@gerritrietveldcollege.nl)

### *Buiten school*

Stichting School & Veiligheid beheert een aantal van onderstaande websites en verzorgt publicaties op het gebied van pesten. Zijn ook telefonisch en schriftelijk bereikbaar om adviezen te geven m.b.t. pestsituaties.

Stichting School & Veiligheid  
Zwarte Woud 2  
3524 SJ Utrecht  
Telefoon: 030 – 285 65 31  
E-mail: [info@schoolenveiligheid.nl](mailto:info@schoolenveiligheid.nl)

Schoolprofessionals met vragen over veiligheidsbeleid, pedagogisch klimaat of ongewenst gedrag kunnen terecht bij de helpdesk:

Helpdesk Stichting School & Veiligheid  
Telefoon: 030 – 285 66 16 (schooldagen van 9.00 tot 16.00 uur)  
E-mail: [helpdesk@schoolenveiligheid.nl](mailto:helpdesk@schoolenveiligheid.nl)

Leerlingen met vragen over pesten kunnen contact opnemen met:

Helpdesk Pestweb  
Telefoon: 0800 – 28 28 280 (schooldagen 13.00 tot 15.00 uur)  
E-mail: [pestweb@schoolenveiligheid.nl](mailto:pestweb@schoolenveiligheid.nl)

Nuttige websites :

[www.schoolenveiligheid.nl](http://www.schoolenveiligheid.nl)  
[www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)  
[www.omgaanmetpesten.nl](http://www.omgaanmetpesten.nl)  
<http://www.pestenislaf.nl/>

### Tips voor ouders van gepeste kinderen

#### *Wat kunnen signalen zijn van pesten?*

- Niet meer naar school willen.
- Niets meer over school vertellen.
- Geen kinderen mee naar huis nemen of niet (meer) bij anderen gevraagd worden.
- Slechtere resultaten op school dan vroeger.
- Vaak dingen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen.
- Vaak hoofdpijn of buikpijn hebben.
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen.
- Niet willen gaan slapen; vaker wakker worden of nachtmerries hebben; bedplassen.
- De verjaardag niet willen vieren.
- Niet buiten willen spelen.
- Niet alleen een boodschap durven doen.
- Niet meer naar een club willen / durven gaan.
- Bepaalde kleren niet meer aan willen.
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn.
- Zelf blessures creëren om niet naar school te hoeven.

#### *Wat kunnen ouders / verzorgers zelf doen?*

- Neem uw kind serieus en zeg dat u met anderen gaat proberen het pesten te stoppen.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de mentor bespreken.
- Praat erover met uw kind of vraag uw kind op te schrijven wat het heeft meegemaakt.
- Probeer uw kind uit te leggen waarom kinderen pesten.
- Samen praten over pesten kan ook via een boek of een film over het onderwerp.
- Vertel dat volwassenen vaak niets doen, omdat ze niet zien dat er gepest wordt of omdat ze niet weten hoe het probleem moet worden opgelost.
- Waarschuw uw kind dat het pesten niet meteen ophoudt als er beter op wordt gelet. Pesten is soms een gewoonte geworden, die moeilijk af te leren is.
- Houd het onderwerp bespreekbaar, informeer regelmatig hoe het gaat.
- Als u er van uw kind met niemand over mag praten, steun dan uw kind, geef achtergrondinformatie en maak duidelijk dat de school het zorgvuldig zal aanpakken. Voordat u dit belooft, is het raadzaam te vragen wat de school doet.
- Beloon uw kind en help het zijn / haar zelfrespect terug te krijgen.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een (team-)sport.
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind. Doe dat niet met een negatieve insteek, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld: "Wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?"
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Als uw kind echt lijdt onder het pesten en dat ten koste gaat van het zelfvertrouwen, kan hulp van een deskundige nodig zijn. Dit kan individueel of bijvoorbeeld in een sociale vaardigheidstraining.
- Houd het niet stil, maar onderneem actie!

### Tips voor ouders van pestende kinderen

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt de kans een pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak van pesten te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed aandacht aan uw kind.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Bekijk samen met uw kind een film over pesten.
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind. Geef adviezen over andere manieren om met elkaar om te gaan.
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Ook zijn er mogelijkheden om uw kind aan een sociale vaardigheidstraining te laten meedoen. Informatie hierover is op te vragen bij de mentor en de afdelingsleider.

## Digitaal pesten

*Wat kun je doen om digitaal pesten te voorkomen?*

- Accepteer geen onbekende mensen op social media.
- Bel of mail niet zomaar met mensen die je van internet kent, en spreek niet met ze af zonder dat je ouders dat weten.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van internet kent (dus geen emailadressen, gewone adressen, namen (ook niet van school), telefoonnummers, wachtwoorden, etc).
- Let vooral op bij foto's van jezelf: Als je een foto op internet zet of verstuurd via social media, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn, ook als jij hem al weggehaald hebt. Foto's kunnen ook bewerkt worden zonder dat jij dat weet of wilt. Houd daar rekening mee.
- Wees voorzichtig met het gebruik van je webcam.
- Gebruik geen webcam bij personen die je niet kent of vertrouwt. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan andere personen te laten zien. Ze kunnen ook voor andere doeleinden gebruikt worden dan waarvoor jij ze gemaakt hebt.
- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt.
- Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam als je chat.
- Als je je vervelend voelt door iets dat je hebt gezien, vertel dat dan aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf altijd vriendelijk en eerlijk en scheld niet (terug).
- Ga weg uit de chat als er iets vervelends gebeurt.
- Verstuur geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.

*Wat kun je tegen digitaal pesten doen?*

- Vat het niet altijd persoonlijk op.  
Als het pesten komt van mensen die je niet kent, vat scheldpartijen of beledigingen dan niet persoonlijk op. Vaak maken mensen negatieve opmerkingen uit verveling. De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijk gaan schelden.
- Negeer het.  
Je kunt het beste niet reageren op haatmailtjes of andere digitale pesterij. Verwijder e-mails zonder ze te openen. Onderdruk je nieuwsgierigheid! Negeren is effectief in de beginfase van pesten, dus als de pester nog niet zolang aan het pesten is. Pestkoppen willen vaak aandacht. Als je niet reageert, gaan pesters op zoek naar iemand anders om te pesten. Dat geldt ook voor Instagram, What's app, etc.
- Blokkeer de afzender.  
Krijg je vervelende e-mails of berichten op social media, blokkeer en verwijder de afzender. Als het gaat om berichten op What's app of smsjes, dan hebben sommige telefoons de mogelijkheid om bepaalde nummers te blokkeren. Dit werkt alleen als berichten vanaf een telefoon met nummervermelding worden verzonden. In het ergste geval moet een nieuw (eventueel geheim) nummer worden aangevraagd.
- Praat erover.  
Erover praten met je vrienden, je ouders, je mentor of een leraar is belangrijk, zeker als het pesten al een tijdje duurt en je je er bedreigd door voelt. Het liefst met iemand die iets van computers en internet weet en die je kunt vertrouwen.
- Bewaar de bewijzen.  
Als de pesterijen al in een gevorderd stadium zijn en er via social media of mail bedreigingen worden geuit, bewaar deze dan. Hoe vervelend de berichten ook zijn, gooi ze niet weg. Maak een printje van de pestmail of sla de berichten op. Het zijn bewijzen die tegen de pester gebruikt kunnen worden. Van het IP-adres van de e-mail kan soms afgeleid worden van welke computer de e-mail verzonden is. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail e.d. aan kan nemen. Daar heeft men ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie het verstuurt. Bel de helpdesk op.
- Wees zuinig op je wachtwoorden.



Zorg dat je je wachtwoorden en inlognamen niet doorgeeft aan anderen of dat ze makkelijk te raden zijn. Zo kunnen anderen niet bij je social media accounts of e-mail. Als dit wel gebeurd is, neem dan contact op met de beheerder van de site.

- Ga naar een vertrouwenspersoon op school.  
Je kunt naar een van de vertrouwenspersonen op school gaan. Zij zijn getraind om je te helpen bij ongewenst gedrag. Zij kunnen je vertellen wat je nog meer kunt doen om het vervelende gedrag te stoppen en je daarbij ondersteunen. Zij kunnen je ook helpen als het vervelende gedrag misschien al gestopt is maar je er nog steeds last van hebt.
- Doe aangifte.  
In bepaalde gevallen kun je naar de politie om aangifte te doen. Pesten kan zo hardnekkig zijn dat het pesten 'stalken' wordt genoemd. Dit is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen: [www.pestenslaf.nl](http://www.pestenslaf.nl)
- Voel je niet schuldig als er iets vervelends gebeurt. Het is niet jouw schuld.

### 3 Het pestprotocol in de praktijk

#### De vijfsporenaanpak

De school gebruikt de vijfsporenaanpak. Dit houdt in:

*De algemene verantwoordelijkheid van de school.*

De school zorgt dat de directie, de mentoren en de docenten voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten.

De school werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is.

*Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt.*

Het probleem wordt serieus genomen.

Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurt.

Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen.

Er wordt begeleiding aangeboden door mentor, afdelingsleider, leerlingbegeleider of vertrouwenspersoon.

*Het bieden van steun aan de pester.*

De jongere wordt geconfronteerd met zijn gedrag en de gevolgen hiervan.

Er wordt geprobeerd de achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen.

Er wordt gewezen op het gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag.

Er wordt begeleiding aangeboden door mentor, afdelingsleider of leerlingbegeleider.

*Het betrekken van de middengroep bij het probleem.*

De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen hierin.

Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie.

De mentor komt hier later op terug.

De mentor zorgt tijdens deze gesprekken voor een rustige en veilige sfeer.

*Het bieden van steun 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.

De school geeft adviezen aan de ouders in het omgaan met hun gepeste of pestende kind.

De school verwijst de ouders zo nodig naar deskundige hulpverleners.

De ouders van leerlingen die gepest worden, hebben er soms moeite mee dat hun kind aan zichzelf zou moeten werken. Hun kind wordt gepest en dat moet gewoon stoppen. Dat klopt, het pesten moet stoppen. Een gepest kind wil zich echter niet alleen veilig voelen op school; het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

Daarnaast hebben de ouders van leerlingen die pesten soms niet in de gaten dat ook hun kind een probleem heeft.

#### Preventieve maatregelen

- Elke mentor bespreekt ergens aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.
- In de leerjaren 1 t/m 3 wordt aandacht besteed aan pesten in één of meerdere studielessen. De leerlingen ondertekenen aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (het pestcontract, zie bijlage 4).
- Indien een mentor 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 mentor worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de pester als het slachtoffer.

## Het stappenplan

### *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 bijlage 1 en 2. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
3. De mentor praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met de het herstellen van de groeps sfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groeps lid heeft. Een leidraad voor dit gesprek is te vinden in bijlage 3
4. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de afdelingsleider van de leerling(en). Hij maakt melding van de gebeurtenissen en de afspraken in het Magister.

### *De afdelingsleider*

1. De afdelingsleider neemt de rol van de mentor over, bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
2. De afdelingsleider heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden. Zie bijlages 1 en 2 voor een leidraad voor deze gesprekken.
3. De afdelingsleider adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door de leerlingbegeleider of het buurtteam.
4. De afdelingsleider stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
5. De afdelingsleider bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
6. De afdelingsleider koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.

### *Schorsing en schoolverwijdering*

Wanneer bovenstaande stappen geen blijvende vruchten afwerpen, volgt een schorsing van een dag. Daarna krijgt de pestende leerling een langere schorsing.

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen blijft volharden in het ongewenste pestgedrag liggen er geen perspectieven meer tot verandering. De school kan en wil geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen. Er rest de school niets anders dan schoolverwijdering.

### *De andere medewerkers*

De medewerkers hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen om hulp en overleg in gang te zetten.

### *De leerlingbegeleider*

- Ondersteunt waar nodig mentoren en afdelingsleiders tijdens de verschillende fasen in het proces.
- Biedt op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
- Kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
- Biedt kleinere trainingen aan bij specifieke hulpvragen, zoals bijvoorbeeld een assertiviteitstraining.

## 4 Bijlages

## Bijlage 1

### Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

#### *Bespreek de feiten*

- Klopt het dat je gepest wordt?  
(h)erkenning van het probleem.)
- Door wie wordt 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 weleens proberen te helpen?
- Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?

#### *Bespreek de eigen rol van de leerling*

Bespreek met de leerling wat hij/zij zelf kan doen tegen het pesten en waar wil hij/zij 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 hen dat de pester gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan want niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.

## Bijlage 2

### Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Het doel van dit gesprek is driedelig:

- 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:

- **Probleemgericht** en richt zich op gedrag dat 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 je gaan interpreteren reageer je een gevoel van frustratie op die ander af en ben je 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 erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt." Zeg nooit: "Je bent heel gemeen." Je wilt duidelijk verder met de jongere. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.
- **Specifiek**. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
- **Veranderingsgericht**. Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

#### *Achterliggende oorzaken*

- Nadat het probleem benoemd is, richt je 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 er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. Wat ga je daaraan doen?
- Biedt zo nodig hulp aan van een leerlingbegeleider of het buurtteam (op vrijwillige basis).

#### *Vervolgstappen benoemen*

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

## Bijlage 3

### Leidraad voor een gesprek met de klas over pesten

- Als je als docent / mentor in de klas wilt praten over pesten, kan het raadzaam zijn om niet de actuele peestsituatie als uitgangspunt te nemen, maar het onderwerp erbovenuit te tillen. Bijvoorbeeld aan de hand van een krantenartikel, een tv-uitzending, een film, een brief van een leerling van een andere school of een lesbrief. Gebeurt dit niet, dan zou de klas het probleem kunnen ontkennen, bagatelliseren, het slachtoffer de schuld geven, zeggen dat het een grapje is of het slachtoffer achteraf straffen voor het “klikken”. Anderzijds moet wel duidelijk zijn dat er een probleem in de klas is: het mag niet louter als een fictief probleem ervaren worden.
- Leg uit aan de leerlingen dat binnen een groep iedereen verantwoordelijk is als er gepest wordt, zorg dat de leerlingen kunnen reageren, hun mening kunnen geven, etc. Bedank heel bewust elke keer als een leerling gesproken heeft, dat geeft een gevoel dat ze gezien en gehoord zijn. Er ontstaat een sfeer van respect voor elkaar. Vaak komen er ook verhalen over pesten op de basisschool naar boven, laat deze verhalen ook vertellen en neem er de tijd voor.

Een klas die pest bestaat uit:

- Leerlingen die meepesten om er zelf beter van te worden.
  - Leerlingen die meepesten omdat ze bang zijn zelf gepest te worden.
  - Leerlingen die niet meepesten maar die niets doen om een einde te maken aan het pesten.
  - Leerlingen die het voor het slachtoffer opnemen
- Hoewel er gelukkig ook klassen zijn waarin een (groep) leerling(en) het opneemt voor de gepeste, speelt er vaak een bekend psychologisch mechanisme, de zogenaamde ‘samenzwering om te zwijgen’. Dit houdt in dat (bijna) iedereen in een groep weet dat er wordt gepest, maar dat niemand het aan ouder of docent durft te vertellen. Ook onverschilligheid kan een oorzaak zijn dat een pestgeval niet gemeld wordt. Soms zetten daders slachtoffers of klasgenoten onder druk er met niemand over te praten. Deze zwijgende groep kan medeverantwoordelijk worden gemaakt bij het doen stoppen van het pesten door de leerlingen de macht te geven om met elkaar benoemde ongewenste omgangsvormen te signaleren en tegen te gaan. Zij gaan allen letten op de aangegeven gedragingen van de pesters en op de opgegeven plaatsen. Zodra één van hen iets ziet wat op pestgedrag lijkt, geeft hij / zij het door aan de hiervoor verantwoordelijke persoon (mentor / afdelingsleider). Deze spreekt de pester aan. Op deze manier aangepakt, krijgt de gepeste leerling niet het verwijt dat hij / zij “geklikt” heeft. Anderen hebben het immers gezien en doen er nu iets aan.

## Bijlage 4

### Voorbeeld van een pestcontract

#### **Contract “veilig in school”**

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

1. Ik accepteer de ander zoals hij is en ik discrimineer niet
2. Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen
3. Ik blijf van de spullen van een ander af
4. Als er ruzie is speel ik niet voor eigen rechter
5. Ik bedreig niemand, ook niet met woorden
6. Ik neem geen wapens of drugs mee naar school
7. Ik gebruik geen geweld
8. Als iemand mij hindert vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
9. Als dat niet helpt, vraag ik een docent om hulp