

PESTPROTOCOL



Schooljaar 2025-2026

INHOUDSOPGAVE

INLEIDING	3
1 PESTEN	3
1.1 Wat is plagen en wat is (cyber)pesten?	3
1.2 Hoe herken je de signalen?	4
2 HET PESTPROTOCOL	5
2.1 Uitgangspunten	5
2.2 No Blame methode	5

INLEIDING

“Pesten is van alle tijden.” Dit kan geen excuus zijn om het te laten voortbestaan. Pesten is onacceptabel. De afgelopen jaren hebben we hard gewerkt dit probleem aan te pakken. Het heeft geresulteerd in het ontwikkelen en vaststellen van het pestprotocol. In dit document staat beschreven wat we op het Gerrit Rietveld college doen om pesten te voorkomen, wat we doen om het bespreekbaar te maken en welke maatregelen we nemen als pesten niet stopt.

We realiseren ons goed dat we er met elkaar aan moeten werken maar dat pesten ook in ‘deze tijd’ niet altijd voorkomen kan worden. We verwachten dat dit pestprotocol een bijdrage levert aan het terugdringen van pestgedrag.

1 PESTEN

1.1 Wat is plagen en wat is (cyber)pesten?

Bij plagen kun je elkaar aan. De ene keer word je geplaagd, de andere keer plaag jij. Het is niet kwaad bedoeld, maar meer als een geintje. Je kunt er zelf om lachen. Bij pesten ben je niet gelijk aan elkaar. De pester heeft een grotere mond, is sterker en anderen kijken tegen hem of haar op. Hij of zij moet steeds jou hebben. De pester wil je expres kwetsen of pijn doen.

Pesten gebeurt opzettelijk en systematisch en gedurende een langere tijd, door een of meerdere leerlingen, er is sprake van een ongelijke machtsverhouding, de gepeste is niet (meer) in staat zich te verdedigen en loopt geestelijk en soms ook fysieke of materiële schade op.

Er is geen eenduidige definitie voor cyberpesten. Digitaal pesten: we zien het op steeds meer manieren voorkomen. Pesten via e-mail, het zonder toestemming plaatsen van intieme of gemanipuleerde foto's op Internet, bedreigingen per app of mail zijn een paar voorbeelden van pestgedrag dat helaas steeds meer plaatsvindt. Het zonder toestemming nemen en verspreiden van foto's of video/geluidsopnames van leerlingen. Kenmerkend voor deze vorm van pesten is dat het vrijwel onzichtbaar blijft voor volwassenen. Digitaal pesten onttrekt zich nog meer dan het traditionele pesten aan de waarneming van school en ouders. Digitaal pesten kan anoniem gebeuren en is venijnig vanwege de anonimiteit, het ontbreken van getuigen en de soms verregaande consequenties. Het slachtoffer voelt zich machteloos en angstig. De school wordt ook vaak geconfronteerd met de consequenties van dit digitaal pesten. Daarnaast is digitaal pesten schadelijker dan het traditionele pesten, omdat een slachtoffer 7 dagen per week, 24 uur per dag mogelijk lastiggevallen kan worden.

Pesten heeft gevolgen voor de pester, de gepeste en voor de rest van de klas.

Mogelijke gevolgen voor de gepeste:

- Minderwaardigheidsgevoel. Kinderen kunnen het gevoel hebben dat ze niets goed doen.
- Kinderen die gepest zijn voelen zich soms heel alleen.
- Het gaat minder goed op school.
- Gepeste kinderen zijn soms bang om naar school te gaan. Ze gaan liever niet naar school.
- Gepeste kinderen zijn soms bang om nieuwe vrienden te maken.
- Kinderen die gepest zijn kunnen niet goed meer slapen omdat ze liggen te piekeren over het pesten.
- Ze voelen zich heel somber.
- Gepeste kinderen gaan op den duur geloven wat de pesters over ze zeggen.
- Ze krijgen allerlei lichamelijke klachten.

Mogelijke gevolgen voor de pester:

- Pesters worden soms buitengesloten.

- Pesters zijn meestal niet zo populair.
- Pesters vinden het moeilijk om vrienden te maken.

Mogelijke gevolgen voor de rest van de klas:

- Er is een ongezellige sfeer in de klas.
- Sommige klasgenoten halen slechtere cijfers omdat ze het niet leuk meer vinden in de klas.
- Klasgenoten voelen zich schuldig. Ze vinden dat ze iets tegen het pesten zouden moeten doen, maar durven dit niet omdat ze bang zijn zelf gepest te worden.

1.2 Hoe herken je de signalen?

Vaak vertellen leerlingen niet aan hun mentor of ouders dat ze gepest worden. Ook de toeschouwers van pesten vertellen vaak niet aan docenten of ouders wat er op school gebeurt, vaak uit angst om als verklikker te worden aangemerkt. Pesters kunnen hun activiteiten vaak goed verbloemen.

Het is dus soms moeilijk om erachter te kunnen komen wie er gepest wordt, wie pest, op welke manier en hoe vaak dit gebeurt. Rechtstreeks signaleren is lastig. Er zijn wel indirecte signalen waaruit kan worden afgeleid dat kinderen worden gepest:

- Blauwe plekken
- Spullen die kapot gaan
- Ze lijken geen vrienden te hebben, zijn vaak alleen
- Ze worden als laatste gekozen
- Geen zin om naar school te gaan
- Regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben
- Ze proberen dicht bij de leerkracht te blijven
- Angstig en onzeker
- Ze zien er bang, neerslachtig of huilerig uit
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn
- Verminderde schoolresultaten
- Overdreven clownesk gedrag
- Afkoopgedrag; geld/snoep of het maken van huiswerk voor anderen
- Andere kinderen uit de klas kunnen ook signalen geven dat een kind gepest wordt. Ze vertellen bijvoorbeeld dat een kind zit te huilen, niet mee mag doen of altijd alleen staat in de pauze.

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. Vaak zijn ze eigenlijk 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 het minste risico om ook slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig want het slachtoffer vraagt er immers om gepest te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende factoren hebben:

- Een problematische thuissituatie
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet). Als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te halen.
- 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)
- Zelf slachtoffer geweest in het verleden

Meelopers en andere leerlingen

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel meedoen aan 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.

2 HET PESTPROTOCOL

Klassikale interventies rondom pesten hebben vaak de vorm van groepsgesprekken, bijvoorbeeld over onderlinge relaties of meer specifiek over pesten. In zulke gesprekken wordt vaak geprobeerd het bewustzijn van leerlingen te verhogen, ideeën te stimuleren en/of regels te ontwikkelen om het pesten aan te pakken. Veel klassikale interventies zijn gebaseerd op sociaal cognitieve principes van gedragsverandering. Zij richten zich op het veranderen van attitudes en groepsnormen en het verhogen van het geloof in eigen kunnen. Om de gesprekken te ondersteunen kan een pestcoördinator of iemand die de No-Blame cursus heeft gevolgd worden ingezet.

2.1 Uitgangspunten

Het pestprotocol vormt de verklaring van de vertegenwoordiging van de school en de ouders waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op school niet accepteren en volgens een vooraf bepaalde handelwijze gaan aanpakken. Een dergelijk protocol kan alleen functioneren als aan een aantal voorwaarden is voldaan:

- Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; docenten, onderwijsondersteunend personeel, leerlingen en ouders.
- De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
- Docenten en OOP moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
- De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (het pestprotocol)
- De school verzorgt preventieve lessen.

2.2 No Blame methode

No Blame gaat er vanuit dat (dreigen) met straffen niet helpt, maar dat de pester(s) en de gepeste het probleem samen moeten oplossen. In deze aanpak wordt een groepje leerlingen met zowel de 'pesters', de 'toeschouwers', als 'de gepeste' en zijn of haar vrienden samengesteld. Zij moeten samen tot een oplossing van het probleem proberen te komen onder begeleiding van de pestcoördinator of een docent die getraind is in de 'No Blame methode'. Binnen elk team van de school zijn een of meer docenten opgeleid in de 'No Blame methode', deze docenten zijn ondersteunend aan de pestcoördinator.