

TERRA
VMBO GROEN
HET GROENE LYCEUM
PRAKTIJKONDERWIJS

Ons anti-pestprotocol

Informatie over en ons beleid tegen Pesten.
Voor medewerkers, ouders en leerlingen.



Winsum, 2021

Inhoudsopgave

1. Vooraf

4

2. Pesten

Wat is pesten?

Hoe wordt er gepest?

De gepeste leerling

De pester

De meelopers en de andere leerlingen

Het aanpakken van pesten

6

3. Het pestprotocol

Uitgangspunten

Herstelrecht/De vijfsporenaanpak

Preventieve maatregelen

12

4. Het stappenplan na een melding van pesten

De mentor

De coördinator

Het pestproject

Schorsing

Schoolverwijdering

De taak van de docent en andere medewerkers

De rol van de leerlingbegeleider

16

5. Digitaal pesten

Wat is digitaal pesten

Hoe wordt er gepest?

Het stappenplan na een melding van digitaal pesten

20

6. Bijlagen

Bijlage I (Het Nationaal onderwijsprotocol tegen pesten)

Bijlage II (Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling)

Bijlage III (Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest)

Bijlage IV (Tips voor leerlingen om veilig te internetten)

Bijlage V (Links voor bruikbare adressen bij digitaal pesten)

24

1. Vooraf

Dit is het anti-pestprotocol van Terra Winsum. Enerzijds bevat het richtlijnen bij geconstateerd pestgedrag, anderzijds staan er ook voorwaarden en activiteiten in die pesten kunnen voorkomen.

Dit anti-pestprotocol heeft als doel: "Alle leerlingen moeten zich in hun schoolperiode veilig voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen". Door regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen leerlingen en medewerkers, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken. Dat vraagt wel, dat wij de leerlingen leren zich assertief op te stellen. Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen stellen we alle leerlingen in de gelegenheid om met veel plezier naar school te gaan!

Het is wettelijk verplicht om als school een algemeen zorgplan te hebben. Het anti-pestprotocol geeft leerlingen, medewerkers en ouders duidelijkheid over hoe gehandeld wordt in het geval van respectloos gedrag op school. Wij vinden het als school heel belangrijk dat leerlingen elkaar respecteren en dat pesten wordt voorkomen. Op deze manier dragen de leerlingen deze waarde in de toekomst met zich mee. Door het gezamenlijk gebruik van een mentorlesboekje in de eerste klassen, besteden alle mentoren aandacht aan groepsvorming. De mentoren hebben een Super Mentor Agenda ontvangen met lesmateriaal dat toepasbaar is in mentorlessen. Ook hebben alle eerste klassen een lessenreeks Rots en Water. Verder volgen de eerste klassen een module Social Media Training, zodat leerlingen zich bewust worden van de mogelijkheden en gevaren van het internet. Daarnaast hebben we ook nog een ouderavond over omgaan met Social Media.

Veel van wat er in dit boekje staat, wordt al meerdere jaren toegepast op onze school. In die jaren hebben we opnieuw gemerkt, dat alles wat we willen doen voor onze leerlingen valt of staat bij de signalering en/of melding van pestgedrag. En die signalering en melding schieten nog te vaak tekort, zodat de leerling met zijn probleem alleen blijft staan.

Dit boekje is erop gericht om alle volwassenen (het schoolpersoneel en de ouders) en liefst ook jongeren op de hoogte te brengen, van alles wat de school wil doen om een zo veilig mogelijk schoolklimaat te scheppen. Het heeft als belangrijkste doel om het vertrouwen van iedereen te winnen op een gebied waar nog te vaak wantrouwen overheerst.

De acties die we ondernemen zijn niet statisch. Afhankelijk van alle andere ontwikkelingen binnen de school, zal ook het handelen rond pesten zich verder ontwikkelen. In dat geval zal dit protocol aangepast worden.

Voor de tekst van dit protocol is gedeeltelijk gebruik gemaakt van het pestprotocol van Damstede en van Clusius College , die weer gebruik hebben gemaakt van pestprotocollen van andere scholen. De aanpak van pesten heeft echter een duidelijk eigen karakter.

Winsum, augustus 2021

Petra Sijbolts
Hetty Hofman

Leerlingbegeleiding

2. Pesten

- Wat is pesten?
- Hoe wordt er gepest?
- De gepeste leerling
- De pester
- De meelopers en de andere leerlingen
- Het aanpakken van pesten

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.

Over de redenen waarom mensen zich agressief gedragen, bestaan allerlei theorieën. Volgens de ene theorie is geweld een onontkoombaar verschijnsel, dat op zijn best op een acceptabele wijze kan worden gekanaliseerd. Volgens een andere theorie komt geweld voort uit frustratie en kan dit worden voorkomen door ontevredenheid weg te nemen, de agressie opwekkende omgeving om te vormen en reflectie op het gedrag te stimuleren.

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 greep op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten leerkrachten en anderen niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan. Docenten en ondersteunend en beheerspersoneel hebben echter een taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf) bij het tegengaan van pesten.

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, actief sturen op het proces van groepsvorming 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, miltjes, appjes, (Instagram/snap chat) schrijven
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

Uitsluiting:	opsluiten doodzwijgen en negeren uitsluiten van feestjes 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 het afdwingen om iets voor de pestende leerling 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 situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.

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.

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
- het idee dat het 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
- De verjaardag niet willen vieren
- Niet buiten willen spelen
- 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

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, want het slachtoffer vraagt er immers om gepest te worden. Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken 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 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)
- Soms is een leerling op de basisschool gepest geweest en neemt zich voor dat op de middelbare school niet weer te laten gebeuren

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.

Het aanpakken van pesten

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de school. De grote vraag is hoe dat het beste kan en vooral ook hoe we dat als team het beste kunnen aanpakken.

3. Het anti-pestprotocol

- Uitgangspunten
- Herstelrecht
- * Vijfsporen aanpak
- Preventieve maatregelen

Het anti-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.

Uitgangspunten

Een dergelijk protocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

1. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; leerkrachten, ondersteunend en beheerspersoneel, ouders en leerlingen. Met het ondertekenen 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.
2. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
3. Docenten en ondersteunend en beheerspersoneel 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 anti-pestprotocol).
5. De school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

Herstelrecht en De vijfsporenaanpak

Op geen enkele plaats zou pesten getolereerd mogen worden, ook niet op school. Herstelrecht is de tegenhanger van strafrecht.

Bij het tegengaan van pestgedrag kan het zo zijn dat Terra Winsum meent dat pesters en meelopers niet meteen straf zouden moeten krijgen maar eerst het recht hebben om hun fouten te herstellen. Dit recht wordt zo nodig ingezet bij leerlingen die pestgedrag of meeloopedrag vertonen.

Zeer belangrijk bij het herstelrecht is dat de pester(s) hiervoor kiezen en weten wat het inhoudt. Het herstelrecht is namelijk 'slachtoffer'gericht, wat wil zeggen dat de pester(s) en meeloper(s) in geen geval ruimte krijgen om het gebeuren te bagatelliseren, ontkennen of verdedigen.

Herstelrecht is echt een manier om een andere wending aan een gebeurtenis te geven waarbij de pester(s) fouten herstellen omdat zij dit zelf willen. Kiezen pester(s) ervoor om een gebeurtenis te bagatelliseren ontkennen of verdedigen, dan kan er geen sprake zijn van het inzetten van herstelrecht. Wanneer de medewerker meent dat een pester of meeloper baat heeft bij een aanpak op basis van herstelrecht, overlegt de mentor met het ondersteuningsteam of de anti-pestcoördinator over de precieze aanpak en inzet hiervan. Hierbij worden de gepeste en één pester of meeloper met een volwassene samen om tafel gezet om de toegebrachte 'schade' (zo goed mogelijk) te herstellen. Er worden afspraken gemaakt hoe deze leerlingen het voor elkaar zo prettig en veilig mogelijk kunnen maken.

slachtoffer	pester
Deze vragen kunnen jou helpen om verder te gaan nadat je schade of last hebt ondervonden van het gedrag van een ander.	Als jij wordt aangesproken op jouw gedrag, kunnen deze vragen je helpen het probleem dat je hebt veroorzaakt, op een goede manier op te lossen.
Wat is er gebeurd?	
Wat ging er door je heen toen dit gebeurde?	
Welk effect heeft de gebeurtenis op jou en je omgeving?	
Wat is het meest nare voor je?	
	Waarom deed je wat je deed? Hoe denk je nu over wat je gedaan hebt? Waar heb je het meeste spijt van?

Wat moet de dader jou aanbieden om wat er gebeurd is goed af te kunnen ronden en weer met elkaar verder te kunnen?	Wat kun jij doen om de schade die je hebt toegebracht te herstellen en weer met elkaar verder te kunnen?
---	--

Na een week komen deze leerlingen weer om tafel en wordt er besproken wat beiden voor elkaar hebben kunnen betekenen en hoe zij dat hebben ervaren. Helaas is een herstelgesprek niet altijd mogelijk of heeft het niet het gewenste resultaat.

In dat geval is de vijfsporenaanpak de aangewezen manier.

1. 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
-

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

- Het probleem wordt serieus genomen
- Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurd
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen
- Het aanbieden van hulp door de counselor

3. Het bieden van steun aan de pester

- Het confronteren van de jongere met zijn gedrag en de gevolgen hiervan voor de pester
- De achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
- Wijzen op gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag
- Het aanbieden van hulp door de counselor

4. 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 in de toekomst op terug.

5. 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. Echter een gepest kind wil zich 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.

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 anti-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 groepsvorming. De mentor draagt actief bij aan een positieve groepsvorming aan het begin van een schooljaar of na een vakantie. Een groep moet de volgende fases doorlopen: oriënteren, normeren, presenteren, presteren en evalueren. Een aantal mentoren hebben een cursus gevolgd waarbij Maya Bakker en Ivo Mijland het belang van bijsturen tijdens het groepsvormingsproces duidelijk hebben gemaakt. Verder bespreken wij het pesten in één of meerdere studielessen. De leerlingen ondertekenen aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (het anti-pestcontract), als de mentor dat een aanvulling vindt.

Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, kan hij een sociogram afnemen om te ontdekken hoe de verhoudingen in de klas liggen. Ook kan hij expliciet aandacht besteden 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

Voorbeeld van een anti- pestcontract:

Contract “veilig in school”

Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in school.

Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:

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

4. Het stappenplan na een melding van pesten

- De mentor
- De coördinator
- Time-out
- Schorsing
- Schoolverwijdering
- De taak van de docent
- De leerlingbegeleiders

A. 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 II en III. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen. Dit kan een herstelrecht gesprek zijn. Dit is al beschreven in een vorig hoofdstuk
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 groepssfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft
4. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de Leerling coördinator of leerlingbegeleider van de leerling(en). Hij verwijst naar de logboekitems in magister die zijn aangemaakt met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt

B. De leerling begeleider

1. De leerlingbegeleider neemt de rol van de mentor over, bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten, het klassenverband overstijgt
2. Hij heeft zo nodig een gesprek met de gepeste(en een vriend/vriendin i.v.m. veiligheid) en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het contact met de pester is het doel driedig, namelijk:
 - confronteren (zie bijlage III)
 - 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 sociaal gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters
5. Hij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door de counselor
6. Hij 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
7. Hij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders
8. Hij koppelt alle informatie weer terug naar de mentor

C. Time out en schorsing

Wanneer een leerling na gesprekken met mentor en doorverwijzing naar leerlingcoördinator of leerlingbegeleider nog steeds pest gedrag laat zien volgt een time out van een dag. Ouders en leerling moeten eerst in gesprek op school, voordat de leerling de schoolgang kan hervatten. Stopt het pestgedrag nog niet? Dan krijgt de pestende leerling een schorsing. Dit wordt gegeven door de afdelingsdirecteur.

D. Schoolverwijdering

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig 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 dan niets anders dan de procedure tot verwijdering van school op te starten.

De taak van 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 bij de mentor om hulp en overleg in gang te zetten.

De rol van de leerlingbegeleider

- a. Ondersteunt waar nodig mentoren en coördinatoren tijdens de verschillende fasen in het proces
- b. Biedt op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
- c. Biedt een sociaal-emotionele training aan voor het eerste en tweede leerjaar.
- d. Kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
- e. Biedt kleinere trainingen aan bij specifieke hulpvragen, zoals bijvoorbeeld een assertiviteitstraining (hooguit vier keer).

5. Digitaal pesten

- Wat is digitaal pesten?
- Hoe wordt er gepest?
- Het stappenplan na een melding van digitaal pesten

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 daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

Hoe wordt er gepest?

- pest-mail (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van hate-mail of het dreigen met geweld in chatrooms
- het tegenkomen van ongewenst materiaal zoals: porno en kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- ongewenst contact met vreemden
- het ongevraagd plaatsen of verspreiden van seksueel getinte foto's van een ander
- webcam-seks: beelden die ontvangen worden kunnen opgeslagen worden en te zijner tijd misbruikt worden
- hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pest-mail

Het stappenplan na een melding van cyberpesten

1. **Bewaar de berichten.** Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen doen (screenshots maken selecteren en kopiëren).
2. **Blokkeren van de afzender.** Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pester kan blokkeren.
3. **Probeer de dader op te sporen.** Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer/telefoon op school het bericht is verzonden. Neem contact op met de ICT-coördinator of de systeembeheerder. Het is mogelijk om van het IP adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden. Ook is er van alles mogelijk via de helpdesk.
4. **Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling.** Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
5. **Verwijs de ouders zo nodig door.** Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:
 - vraaghetdepolitie.nl
 - vraag@oudersenonderwijs.nl of telefonisch: **088-6050101**
 - 0900-11131113: de vertrouwensinspectie
6. **Adviseer aangifte.** In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl, tel: 0900-0101)
7. **De leerlingbegeleider.** Verwijs de pester en/of de gepeste door naar de leerlingbegeleider wanneer verdere begeleiding wenselijk is.

6. Bijlagen

- Bijlage I
Nationaal Onderwijsprotocol tegen Pesten
 - Bijlage II
 - Bijlage III
Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest
 - Bijlage IV
Tips voor leerlingen
- Links voor bruikbare adressen bij cyberpesten

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 een 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 (bijvoorbeeld de PestTest[®]) 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 schoolkrant en, indien aanwezig, 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: Terra Winsum

Getekend namens:

Bevoegd gezag Directie/personeel

.....

Medezeggenschapsraad Ouderraad/oudervereniging Leerlingenraad

.....

Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

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 wordt 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/zij 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.**

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 en kritiek geven is niet hetzelfde. Confronteren is:

- probleemgericht en richt zich op gedrag wat 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 we gaan interpreteren reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we 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 heel 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 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 oorzaken

Nadat het probleem benoemt 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? Etc.

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 de counselor (op vrijwillige basis).

Het pestgedrag moet stoppen

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

Tips voor leerlingen

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 hotmail adres 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 makkelijk 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 chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekende mensen uit je contactlijst.
- 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, dreigmail of haatmail
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten 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.
- 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 wilt.

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. Verwijder de e-mail zo mogelijk zonder hem te openen. Als je niet reageert, gaan pesters vaak op zoek naar iemand anders om te pesten.
- Blokkeer de afzender. Als het gaat om smsjes/apps 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, leerlingbegeleider of leerlingcoördinator toe op school. Deze 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.pestenslaf.nl

Links voor bruikbare adressen bij digitaal pesten

Algemene zoekpagina's

- www.pesten.startkabel.nl
- www.pesten.startpagina.nl

Pesten (algemeen)

- www.pestweb.nl
Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.
- www.pesten.net
Voor en door slachtoffers. Opgericht door Bob van der Meer.

Digitaal pesten / veilig internetgebruik / veilige school

- www.stopdigitaalpesten.nl
Campagne van SIRE (Stichting Ideële Reclame)
- www.digibewust.nl
Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken, over het veilig gebruik van internet.
- www.ppsi.nl
PPSI is het expertisecentrum van het APS op het gebied van het voorkomen en bestrijden van seksuele intimidatie en seksueel misbruik in het onderwijs. Je kunt er ook terecht voor informatie over pesten, agressie, geweld, discriminatie en racisme.
- www.schoolveiligheid.nl
Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.
- www.veilig.kennisnet.nl
Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolleiders en ICT-coördinatoren.

Films met als thema pesten

- Bluebird (2004) -
- Mean creek (2005) -
- Mean girls (2006) –
- Spijt (2013)