



vellesan
college vmbo mavo havo vwo

Anti-pestprotocol

2024 – 2025

INHOUDSOPGAVE

| | |
|--|-----------|
| INLEIDING | 3 |
| I. PESTEN | 4 |
| 1.1. WAT IS PESTEN | 4 |
| II. HET PESTPROTOCOL | 5 |
| 2.1. UITGANGSPUNTEN..... | 5 |
| 2.2. DAGELIJKS AANDACHT VOOR EEN POSITIEF KLIMAAT | 5 |
| 2.3. PREVENTIEVE AANDACHT..... | 5 |
| III. DE ROLLEN BIJ PESTEN | 7 |
| 3.1. PESTERS..... | 7 |
| 3.2. MEELOPERS EN ANDERE LEERLINGEN | 7 |
| 3.3. DE GEPESTE LEERLING..... | 7 |
| IV. HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN | 8 |
| 4.1. VIJFSPORENAANPAK | 8 |
| 4.2. ROL MENTOR | 8 |
| 4.3. ROL MEDEWERKERS | 9 |
| 4.4. ROL LEERJAARCOÖRDINATOR OF AFDELINGSLEIDER | 9 |
| 4.5. ROL ZORGTEAM | 10 |
| 4.6. ROL VERTROUWENSPERSOON | 10 |
| 4.7. ROL ANTI-PESTCOÖRDINATOREN | 10 |
| 4.8. SANCTIES EN SCHORSING | 10 |
| V. DIGITAAL PESTEN OFWEL CYBERPESTEN | 11 |
| 5.1. WAT IS CYBERPESTEN? | 11 |
| 5.2. HOE WORDT ER GEPEST? | 11 |
| 5.3. HET STAPPENPLAN BIJ MELDING VAN CYBERPESTEN | 11 |
| BIJLAGE 1 - INFORMATIE VOOR OUDERS | 13 |
| BIJLAGE 2 - STROOMSCHEMA | 15 |
| BIJLAGE 3 - TIPS VOOR LEERLINGEN OM VEILIG TE INTERNETTEN | 16 |
| BIJLAGE 4 - LINKS VOOR MEER INFORMATIE | 17 |
| BIJLAGE 5 - LEIDRAAD VOOR GESPREKKEN | 18 |
| BIJLAGE 6 – NO BLAME-METHODE | 20 |
| BIJLAGE 6 JAARPLANNING | 23 |

INLEIDING

Het Vellesan College wil een sociaal veilig klimaat voor haar leerlingen. Als we veilig, respectvol en vriendelijk met elkaar omgaan, kan een kind zich ontwikkelen tot een volwaardig burger. Leerlingen die met plezier naar school gaan, kunnen hun aandacht en energie steken in het behalen van goede leerresultaten en een goede sociale ontwikkeling.

Dit protocol tegen pesten heeft als doel om *alle leerlingen een fijne sociale omgeving te bieden waarin zij gezien worden en zich veilig kunnen voelen*. Wanneer leerlingen elkaar steunen en wederzijds respect tonen zal iedereen met plezier naar school kunnen gaan. Op scholen waar actief aandacht wordt gegeven aan het ontwikkelen van een gezond schoolklimaat worden leerlingen minder gepest en dat komt de leerprestaties ten goede.

In dit protocol staan het gedachtegoed van het Vellesan College omtrent pesten en een veilig leerklimaat centraal. Het is geschreven voor de leerlingen, ouder(s) en /of verzorger(s) en medewerkers van de school. Het is onderdeel van het Schoolveiligheidsbeleid en als zodanig verbonden met de maatregelen daarin. 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.

De acties die we ondernemen zijn flexibel. Afhankelijk van andere ontwikkelingen binnen de school, zal ook het handelen rond de aanpak en maatregelen tegen pesten zich verder ontwikkelen. Jaarlijks evalueren we het opgestelde beleid en passen we dit protocol aan.

1. PESTEN

1.1. Wat is pesten

Pesten is het systematisch uitoefenen van psychische en/of fysieke mishandeling door één of meerdere personen op één persoon, waarbij er sprake is van ongelijke (machts-)verhoudingen. Te denken valt aan: uitschelden, roddelen, fysiek geweld, spullen kapotmaken/afpakken, digitaal pesten, buitensluiten of negeren.

Plagen en pesten is niet hetzelfde. Pesten wordt nogal eens onterecht voor plagen aangezien. Bij plagen zijn beide partijen (vrijwel) aan elkaar gelijk en is de situatie één-op-één. Het kan gebeuren dat het niet prettig gevonden wordt en er kan zelfs ruzie van komen, maar zelfs dan lukt het om het samen, eventueel met wat hulp, weer goed te maken.

Pesten is structureel anders. In tegenstelling tot bij plagen is er hier geen gelijkwaardigheid meer. De pesterijen gebeuren (vaak) niet één-op-één, maar met een hele groep tegen één (soms twee of drie, maar vaak een meerderheid). De gepeste kan zich niet verweren en is altijd de sigaar. Vaak durft of kan de gepeste zich dus niet verweren of is hierin niet doeltreffend. Plagen houdt na verloop van tijd op, terwijl pesten vaak voortdurend doorgaat.

Zelfs kleine grapjes hoeven niet per se plagen te zijn. Als het grapje tot vervelens toe herhaald wordt en de ander zich niet kan verweren, dan is er ook al sprake van een (lichte) vorm van pesten. Het aanhoudend gepest worden, gedurende meerdere jaren, kan psychische klachten veroorzaken. Deze klachten kunnen langdurig van aard zijn. Voorbeelden van deze klachten zijn: ontwikkeld minderwaardigheidscomplex, faalangst, grote mate van onzekerheid op allerlei gebieden, aanpassingsproblemen en vereenzaming. Vaak is de pester zich hier onvoldoende van bewust.

Bij pesten zijn mogelijk vier partijen betrokken, het slachtoffer, de dader, de meelopers en de toeschouwers. Pesten is vaak een groepsproces, waar alle betrokkenen last van hebben. Pestgedrag is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit school.

2. HET ANTI-PESTPROTOCOL

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.

2.1. 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; docenten, onderwijsondersteunend 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. Wanneer docenten en onderwijsondersteunend personeel pesten signaleren moeten ze vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (het stappenplan in het anti-pestprotocol met hierin de leidraad voor gesprekken).
5. De school ontplooit preventieve (les)activiteiten (deze worden opgenomen in een jaaroverzicht).

2.2. Dagelijks aandacht voor een positief klimaat

Een goede omgang met elkaar heeft dagelijks onze prioriteit. We spreken elkaar aan en proberen het zelfbewustzijn van het eigen leren en sociaal handelen in de klas en in de school te bevorderen. Het geven van feedback en feedforward, zonder dat je een ander kwetst of pest (no blame no shame methode), krijgt hierbij veel aandacht. Voorbeeldgedrag van alle medewerkers in de school vinden wij belangrijk. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar:

- duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar;
- we acceptatie van verschillen aanmoedigen;
- we ruzies niet met geweld oplossen maar uitspreken;
- we eenieder respecteren in eigenheid;
- we agressief gedrag niet accepteren;
- het personeel duidelijke grenzen stelt bij ongewenst gedrag.

2.3. Preventieve aandacht

Door direct op te treden tegen pesten geven we een duidelijk signaal af aan de leerlingen dat we pesten op het Vellesan College niet tolereren. Het Vellesan College onderneemt aan het begin van elk schooljaar preventieve activiteiten, zoals:

- deelname aan de 'Week tegen het pesten', om de leerlingen bewust te maken over de impact van pesten;
- de mentor maakt met de klas een poster over gewenst app-gedrag;
- mentor en leerlingen leggen de omgangsverwachtingen binnen de klas vast;
- de mentor bespreekt de schoolregels.

Gedurende de dag wordt er in en rond de school, tijdens de pauzes en tussenuren gesurveilleerd door docenten en conciërges. Bij het aanspreken op ongewenst gedrag, herinneren wij leerlingen aan de schoolregels.

Elke mentor bespreekt met de klas het onderscheid tussen plagen en pesten en het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden.

De basis voor een veilig schoolklimaat waarin leerlingen met plezier naar school gaan en succesvol kunnen zijn, ligt in de vorming van de klassen. Tijdens de introductieweek (brugklas) besteedt de mentor uitgebreid aandacht aan groepsvorming. Indien de mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij of zij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de toeschouwers benoemd. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die de mentor vermeldt in het leerlingvolgsysteem.

Jaarlijks evalueren de anti-pestcoördinatoren dit protocol.

3. DE ROLLEN BIJ PESTEN

3.1. Pesters

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 gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander te kleineren.

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. Veel pesters worden of werden zelf ook gepest. Pestgedrag kan een aantal dieperliggende oorzaken hebben:

- Er is 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.
- Er is een voortdurende strijd om de macht in de klas of groep.
- Er is een niet-democratisch leefmilieu binnen de school; bijvoorbeeld een docent is autoritair en laat op een onprettige wijze blijken dat hij de baas is. Dit kan spanningen geven en die kunnen op een zondebok worden afgereageerd.
- Er heerst een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau).
- Er is een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid).

Pesters hebben zelf ook problemen die we moeten aanpakken. Dit mag echter nooit een excuus zijn om te pesten.

3.2. Meelopers en andere leerlingen

Pesten is een groepsprobleem. Er is nooit één dader. Op zijn minst zijn er andere kinderen die dit gedrag tolereren. Meelopers zijn leerlingen die (incidenteel) meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen.

De meeste leerlingen (toeschouwers) houden zich afzijdig als er wordt gepest. Deze toeschouwers voelen zich schuldig over het feit dat ze niet opkomen voor het slachtoffer of geen hulp inschakelen.

3.3. 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.

De gepeste leerling heeft vaak een zwakke sociale positie. Een kind dat wordt gepest, praat er op school of thuis vaak niet over. Redenen hiervoor kunnen zijn:

- schaamte;
- angst dat de volwassene met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt;
- het probleem lijkt onoplosbaar;
- het idee dat je niet mag klikken.

IV. HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN

4.1. Vijfsporenaanpak

Eerste deel verwijderen. Samenwerking tussen schoolleiding, het team, ouders en leerlingen (pester, gepeste en overige klasgenoten) is daarbij nodig. Deze vorm van samenwerking noemen we ook wel de vijfsporenaanpak.

De vijfsporenaanpak is een benadering van pesten, gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn:

1. de gepeste leerling
2. de pester
3. de ouders
4. de klasgenoten
5. de school.

De aanpak bestaat uit de volgende activiteiten:

- mobiliseren van de zwijgende middengroep
- hulp aan de gepeste leerling
- hulp aan de pester
- professionalisering van medewerkers
- professionalisering van ouders.

4.2. Rol mentor

De docent/mentor of leerjaarcoördinator biedt steun aan de gepeste leerling.

De docent/mentor:

- luistert naar de leerling en neemt het probleem serieus
- zoekt uit wat er is gebeurd
- informeert schoolleiding en veiligheidscoördinator bij ernstig pestgedrag (waaronder mogelijk strafbare feiten)
- overlegt met de leerling over mogelijke oplossingen
- werkt samen met de leerling aan oplossingen
- zorgt dat waar nodig de leerling deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld door een sociale vaardigheidstraining om weerbaar te worden (Boost)
- zorgt voor vervolgesprekken met bijv. leerlingbegeleider of andere medewerker van het zorgteam.

De docent/mentor of leerjaarcoördinator biedt steun bieden aan de leerling die pest en:

De docent/mentor:

- bespreekt wat pesten voor een ander betekent
- probeert de achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen
- helpt om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere leerlingen
- helpt de pester zich aan regels en afspraken te houden
- laat de leerling zich veilig voelen; legt uit wat hij of zij gaat doen om het pesten te stoppen
- stelt grenzen en verbindt daar consequenties aan
- zorgt voor vervolgesprekken (zelf of via het zorgteam).

Pesten is een groepsdynamisch proces. De docent/mentor of leerjaarcoördinator betreft de rest van de klas bij de oplossingen van het pestprobleem en:

- zorgt voor een veilige sfeer in en buiten de klas
- praat met leerlingen over pesten en hun eigen rol daarbij
- overlegt met de leerlingen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen
- werkt samen met de leerlingen aan oplossingen, waarbij zij zelf een actieve rol spelen
- de mentor komt hier in de toekomst op terug en houdt vinger aan de pols.

4.3. Rol medewerkers

De algemene verantwoordelijkheid van de school. Alle medewerkers:

- nemen stelling tegen pesten
- zorgen dat de medewerkers voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en over de aanpak van pesten
- werken aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van onze leerlingen zo optimaal mogelijk is.

Het bieden van steun aan de ouders. Alle medewerkers:

- nemen ouders die zich zorgen maken over pesten serieus
- werken samen met de ouders om het pesten aan te pakken
- geven adviezen aan de ouders in het omgaan met hun gepeste of pestende kind en verwijst de ouders en hun kind zo nodig door naar deskundige hulpverleners
- indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de leerjaarcoördinator /afdelingsleider van de leerling(en)
- de mentor bespreekt met de afdelingsleider het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt
- de mentor informeert de ouders van de leerling die pest, als ook de ouders van de leerling die gepest wordt. Zo nodig worden ouders uitgenodigd op school
- vermelden alle informatie in Magister.

4.4. Rol leerjaarcoördinator en afdelingsleider

De mentor schakelt de leerjaarcoördinator/afdelingsleider in als de situatie escaleert of als er behoefte is aan ondersteuning van de mentor.

- De leerjaarcoördinator heeft zo nodig, samen met de mentor, een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een (herstel)gesprek tussen beiden.
- In het contact met de pester is het doel helderheid te geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
- In het gesprek met de gepeste wordt gekeken of hij dusdanig gedrag vertoont in de omgang met anderen dat hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
- De leerjaarcoördinator of afdelingsleider overlegt met het zorgteam over hulp (op vrijwillige basis), zowel aan de pester als de gepeste.
- Samen met de mentor stelt de leerjaarcoördinator/ afdelingsleider alle betrokken ouders op de hoogte, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
- De leerjaarcoördinator of afdelingsleider koppelt alle informatie terug naar de mentor.
- Alle informatie wordt vermeld in Magister.
- Afhankelijk van de ernst van de situatie volgt een incidentenregistratie in Magister.

4.5. Rol zorgteam

- Het zorgteam ondersteunt waar nodig mentoren, leerjaarcoördinatoren en afdelingsleiders tijdens de verschillende fasen in het proces.
- Zij biedt, volgens procedure, individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
- Zij kan inbreng hebben tijdens de mentorlessen.

4.6. Rol vertrouwenspersoon

Zij ondersteunen leerlingen die niet elders hun problemen willen bespreken. De vertrouwenspersonen van het Vellesan College zijn: mevrouw S. Khoenkhoen en de heer R. van de Heisteege.

4.7. Rol anti-pestcoördinatoren

Voor de taken van de anti-pestcoördinator gelden op het Vellesan College de Algemene taken zoals aangegeven door het ministerie van OCW:

- De antipestcoördinator fungeert als aanspreekpunt voor ouders en leerlingen/belangenbehartiging in het kader van het antipestbeleid.
- Levert een actieve bijdrage aan een sociaal veilig schoolklimaat door het geven van voorlichting en het organiseren van preventieve activiteiten.
- Fungeert als gesprekspartner en beleidsadviseur op het gebied van sociale veiligheid.
- Adviseert en informeert de schoolleiding over noodzakelijke wijzigingen in het anti-pestprotocol
- Coördineert het anti-pestbeleid van de school.
- Publiceert een jaarlijks overzicht met preventieve activiteiten.
- Geeft voorlichting en organiseert van preventieve activiteiten.

Anti-pestcoördinatoren van het Vellesan College zijn:

- Afdeling basis kader locatie Plataan:
 - Angelique van Londen
 - Jeroen Welp
- Afdeling mavo onderbouw en MH/HV locatie Brioniostraat
 -
- Afdeling mavo bovenbouw locatie Tiberius
 -

4.8. Sancties en schorsing

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag zijn er een aantal sancties: het uitsluiten van uitjes/ werkweek, maar ook een schorsing of verwijdering van school behoort tot de opties.

Bij ernstige, mogelijk strafbare feiten, werken wij samen met de politie.

5. DIGITAAL PESTEN OFWEL CYBERPESTEN

5.1. 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.

5.2. Hoe wordt er gepest?

Digitaal of ook wel cyberpesten heeft andere vormen. Ze spelen vaak 'anoniem' en worden als zeer bedreigend ervaren. Voorbeelden hiervan zijn:

- pest-mails/apps (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- stalking: het stelselmatig lastigvallen van iemand door het blijven sturen van hate-mail of het dreigen met geweld via bijvoorbeeld de sociale media
- het tegenkomen van ongewenst materiaal zoals: porno en kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- ongewenst contact met vreemden (bijv. grooming)
- sexting: beelden kunnen worden opgeslagen en te zijner tijd leiden tot misbruik
- hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pest-mail (identiteitsfraude).

5.3. Het stappenplan bij melding van cyberpesten.

Er is een stappenplan om cyberpesten te melden bij school of politie. Volg de volgende stappen:

- probeer berichten waarin het pestgedrag voor komt te bewaren. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen doen (afdrukken, selecteren en kopiëren)
- blokkeren van de afzender
- leg de leerling zo nodig uit hoe deze de pestmail kan blokkeren
- *informeer de veiligheidscoördinator bij een vermoeden van strafbare feiten* (in geval van sexting, grooming, stalking etc.)
- probeer de dader op te sporen
- neem contact op met de ouders van de gepeste leerling
- geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen
- verwijs de ouders zo nodig door
- in het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking, grooming, sexting, laster of smaad adviseren wij ouders aangifte te doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld.

VI. BIJLAGEN:

- Bijlage 1 – Informatie voor ouders
- Bijlage 2 – Stroomschema
- Bijlage 3 – Tips voor leerlingen om veilig te internetten
- Bijlage 4 – Links voor meer informatie
- Bijlage 5 – Leidraad voor gesprekken
- Bijlage 6 – No Blame-methode
- Bijlage 7 – Jaarplanning
- **Bijlage 8 wilden we eruit**

BIJLAGE 1 - INFORMATIE VOOR OUDERS

INFORMATIE VOOR OUDERS VAN GEPESTE LEERLINGEN

Wat kunnen signalen zijn van pesten?

- niet meer naar school willen.
- niets meer over school vertellen.
- neen andere 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 of chillen.
- 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 ouders/verzorgers zelf kunnen doen:

- Neem uw kind serieus en zeg dat u met anderen vertrouwelijk gaat praten om 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. En garandeer uw kind, dat u zorgvuldig en vertrouwelijk hiermee zult omgaan.
- Leg uw kind uit hoe het komt dat kinderen pesten.
- Samen praten over pesten kan ook via een boek of film over het onderwerp.
- Vertel dat als volwassenen niets doen, zij niet zien of weten dat er gepest wordt of dat ze niet weten hoe het probleem moet worden opgelost.
- Waarschuw uw kind dat het mogelijk is dat het pesten niet meteen ophoudt als er beter op wordt gelet. De problemen van het kind dat pest zijn soms erg groot en moeilijk op te lossen op korte termijn.
- 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 bespreken wat de aanpak van school zal zijn.
- Help uw kind 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 mogelijk in een sociale vaardigheidstraining.
- Houd het niet stil, maar onderneem actie, door iemand in vertrouwen te nemen.

INFORMATIE VOOR OUDERS VAN PESTENDE LEERLINGEN

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind kan in de verleiding komen te gaan pesten.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak en aanleiding van het pesten te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat zijn/haar gedrag met anderen doet.
- Besteed aandacht aan uw kind, door te laten merken dat u veel waarde hecht aan wat voor hem/haar belangrijk is.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport of andere hobby.
- 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, zorgcoördinator, bij Bureau Jeugdzorg.

BIJLAGE 2 - STROOMSCHEMA



BIJLAGE 3 - TIPS VOOR LEERLINGEN OM VEILIG TE INTERNETTEN

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 makkelijk te raden zijn. Als anderen deze wel kennen, reset dan je wachtwoorden of neem 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 chat of appgroep als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekende mensen van je social media-pagina's.
- Bel, app 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 delen van persoonlijke (intieme) foto's. 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?

- Vat het niet persoonlijk op als het van mensen komt die je niet kent. De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijker gaan schelden of grensoverschrijdende uitspraken doen.
- 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 appjes op de mobiele telefoon, verlaat de appgroep.
- Bewaar de bewijzen. Maak een screenshot 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.
- Ga naar je mentor of leerjaarcoördinator toe op school. Deze zal je verder helpen om het pestgedrag te stoppen.
- Bij stalken of andere strafbare feiten (bijv. sexting) kun je aangifte doen bij de.
- politie. Het is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen: www.pestenislaf.nl en www.politie.nl

BIJLAGE 4 - LINKS VOOR MEER INFORMATIE

- www.kindertelefoon.nl
Je kunt met de medewerkers over alles praten. Dit kan via de chat of telefoon
- www.pestweb.nl
Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.
- www.stopdigitaalpesten.nl
Campagne van SIRE (Stichting Ideële Reclame)
- www.stoppestennu.nl
- www.chris.nl
Alle mogelijke thema's rondom pesten
- www.helpwanted.nl
Advies over online seksueel misbruik
- www.113.nl tel. 0800-0113
Stichting 113 zelfmoordpreventie is de nationale organisatie voor de preventie van suïcide.
- www.digibewust.nl
Een informatieve site van het Ministerie van Economische Zaken, die u als consument of zakelijke gebruiker informeert over het veilig gebruik van internet (was voorheen: www.surfopsafe.nl)
- www.schoolenveiligheid.nl
Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid en adviseert schoolleiders, leraren/docenten, mentoren, leerlingbegeleiders, vertrouwens(contact)personen, onderwijsondersteunend personeel, etc.
- www.politie.nl

BIJLAGE 5 - LEIDRAAD VOOR GESPREKKEN

Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (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

Besprek 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**.

Motiveer de gepeste om mee te doen aan een herstelgesprek

De gepeste is zijn/ haar verbondenheid met de groep kwijtgeraakt. Door het herstelgesprek kan de band worden hersteld en ook versterkt.

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 dat waarneembaar is*

Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht, bijvoorbeeld: je hebt cola in de tas van een medeleerling 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**

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 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 vertrouwenspersoon (op vrijwillige basis).

- **Het pestgedrag moet stoppen**

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie par. 4.7 en stroomschema).

BIJLAGE 6 – NO BLAME-METHODE

No blame-methode

De no-blame-methode zegt dat het pesten niet opgelost wordt door de pesters de schuld te geven en te bestraffen. Pesters en gepeste dienen beiden ondersteund te worden. Het pesten komt ook vaak voort uit sociaal emotionele problematiek. De pester en de gepeste lossen samen het probleem op, begeleid door volwassenen. Zie ook: <http://www.noblame.nl/>

Handleiding bij het voeren van een kringgesprek

Dit kringgesprek is bedoeld om preventief te gebruiken of te gebruiken nadat pesten isesignaleerd of gemeld en heeft als doel het klimaat in de klas te verbeteren en de leerlingen bewust te maken van de effecten van pestgedrag (met een deel van de klas). Dit gesprek vindt plaats in het kader van de preventie of naar aanleiding van signalen dat er in de betreffende klas gepest wordt.

Bij deze aanpak staan twee begrippen centraal: veiligheid en respect. Iedere leerling moet zich veilig kunnen voelen in de klas en de leerlingen moeten respect hebben voor elkaar en de leerlingen en het personeel van de school moeten respect hebben voor elkaar.

Informatie vooraf door observatie: voelen alle leerlingen zich veilig in de klas en is er respect voor elkaar? Het gedrag van de leerlingen tijdens b.v. een uitleg of instructie van de leerkracht en tijdens het werken aan een opdracht geeft vaak al veel informatie over de groep. Wordt er veel door elkaar gepraat, uitgelachen, geduwd, geslagen. Zijn er opvallend drukke leerlingen of juist heel stille leerlingen. Wordt er snel gereageerd op een vraag van de docent of durven leerlingen of sommige leerlingen geen antwoord te geven. En hoe wordt er gereageerd op een antwoord van de ene en van de andere leerling.

Het kringgesprek vindt plaats met één derde of de helft van de klas en in een kring, omdat dan de docent een gespreksdeelnemer wordt en alle leerlingen op een gelijke manier in het gesprek betrokken zijn. Het is aan te bevelen met name als er een vermoeden van pesten is dat alle twee/drie groepen op hetzelfde moment een kringgesprek houden. Hierbij zouden ook andere docenten* van deze klas een gesprek kunnen leiden.

Wat gebeurt er met wie, na de vraag van de docent een kring te vormen en de tafels aan de kant te schuiven. Wat is de kwaliteit van die kring? Wie neemt er deel? Wie houdt zich afzijdig? Wordt er gestoeid, geplaagd of wordt er samengewerkt?

De docent neemt ook plaats in de kring en gaat zitten in dezelfde positie als de leerlingen (N.B. ook dezelfde stoel).

* de mentoren kunnen leerjaarcoördinatoren of -begeleiders vragen om de kringgesprekken te leiden.

VEILIGHEID binnen het gesprek

Vooraf een lijstje tips voor een veilig gesprek (kan ook gelden voor de lessituatie).

- Aan het begin van het gesprek vertellen wat de bedoeling is en waarover je wilt praten
- Contact maken met iedere leerling in de groep.
- Vragen (liefst open, zo nodig goede gesloten vragen) stellen i.p.v. een lesje afdraaien.
- Laat de leerling uitpraten (geldt voor leerlingen en ook voor de docent).
- Alles wat een leerling naar voren brengt serieus nemen en iedere leerling die iets wil melden aan het woord laten.
- Zelf een duidelijke mening hebben, een standpunt innemen, maar de mening van de leerling respecteren.
- Elkaar niet uitlachen en ervoor waken dat de leerlingen dat naar elkaar niet doen.
- Ervoor zorgen dat de leerlingen geen verbaal of non-verbaal commentaar op elkaar hebben.
- Bewaak je eigen grenzen en die van de leerlingen.
- De gespreksleider/begeleider is eerlijk en houdt er geen dubbele agenda op na.
- Non-verbale tekens signaleren en zo nodig benoemen.
- Gedragsalternatieven aanbieden.
- Het probleem collectief maken en houden.

Opzet van het gesprek

A. Onderwerp van het gesprek benoemen:

- pesten, pesten in de klas, op school, na school. Eventueel gebeurtenissen of de geruchten benoemen, indien die de aanleiding zijn voor het gesprek
- daarna benoemt de begeleider het doel van het gesprek: b.v. 'Ik wil graag dat als er gepest wordt, het pesten stopt in deze klas'.

B. Algemeen over pesten

- Vraag: 'Wie weet er een voorbeeld van pesten? Hoe gaat pesten?'
- Doornemen van het antwoord (de door een leerling vertelde anekdote) met als doel het pestmechanisme en het rollenpatroon (pestkop, meeloper, pineut, buitenstaander etc. of in de eigen termen van de leerlingen) te benoemen. Het is van het grootste belang dat de begeleider hier geen lesje gaat geven, maar de leerlingen laat benoemen en hun mening laat geven. Vanuit deze gegevens voer je het verdere gesprek • Mogelijke vragen: welk soort van pesten is hier aan de hand? Weet je ergere en minder erge soorten? Wie was het slachtoffer? Wat vind je van zo iemand? Wat kun je als pineut doen? Waarom loopt de meeloper mee? Waarom pest de pestkop? Wat vind je van pesten? Als je tegen pesten bent, hoe kun je het pesten stoppen?

- Rondje 'eigen ervaring'

Dit is een manier om het onderwerp persoonlijker te maken. Het is dan van het grootste belang dat iedere leerling aan bod komt en dat stille leerlingen worden uitgenodigd, maar leerlingen, die te veel willen vertellen moeten worden afgeremd om hen tegen zichzelf te beschermen.

Startvraag: Ben je zelf wel eens gepest? Zo niet: Pestte jij dan? Of was je een meeloper? Wanneer was dat? Lang geleden? (=veiliger).

C. Daarna probeert de gespreksleider de groep een plan of een afspraak te laten maken. B.v.: als er gepest wordt in de klas, dan zeggen de meelopers dat de pester moet stoppen. Als er voldoende tijd is ingeruimd kan ook middels een spel of een kort toneelstuk de mening van de groep gepresenteerd worden aan elkaar.

D. De situatie nu

Wordt er in de klas inderdaad gepest? Verschil maken tussen 'pesten' (vaker dan een keer, door een groep tegen een en steeds hetzelfde slachtoffer) en 'plagen'.

Hoe gaat het pesten dan? Niet te opvallend vragen wie pest en/of wie wordt gepest. Meestal noemen de leerlingen zelf namen. Als ze dat niet doen niet doorvragen, tenzij niet iedereen in de groep weet waarover gepraat wordt. Dit kan een onveilige situatie voor de leerlingen veroorzaken. Bovendien niet te lang hierop doorgaan.

Met name als het pestslachtoffer niet in de groep zit. De groep is dan soms niet te stuiten in het zwart maken van het slachtoffer.

E. Meningsvorming over de situatie en oplossing

Wat vinden de leerlingen van de huidige sfeer in de klas en zouden ze het anders willen en waarom? (vraag bijvoorbeeld: wat als jezelf in de positie van het slachtoffer zou zitten? Terugkoppelen naar het 'eigen ervaringsrondje'.)

OVERWEGING

In een klas, waarin een voor de leerlingen veilige sfeer heerst en de leerlingen elkaar en de leerkracht respecteren is aan de belangrijkste voorwaarde voor goed onderwijs voldaan.

BIJLAGE 6 JAARPLANNING

Het Vellesan College zet een aantal activiteiten in om de groepsvorming te optimaliseren en te zorgen voor een zo veilig mogelijk schoolklimaat. In de jaarkalender 22-23 zijn deze als volgt:

| Maand | Activiteit | Wie betrokken |
|---------------------------|---|---|
| juni | Ontvangst en kennismaken nieuwe klas (groep 8 leerlingen) | Leerjaarcoördinator en mentor |
| september-juni | Mentorlessen Hierin bij de start van het jaar aandacht voor: <ul style="list-style-type: none"> • Regels van de klas • WhatsHappy-poster (omgaan met sociale media) • Omgangsregels algemeen • Kikid Verder zal er vanuit de antipestcoördinatoren input gegeven worden wat mentoren kunnen doen om pesten bespreekbaar te maken en zo snel mogelijk te herkennen en aan te pakken. Hierbij is het van belang dat elk kind weet dat pesten niet kan en dat dit altijd wordt aangepakt! | Mentoren en antipestcoördinatoren Kikid externe theatervoorstelling voor hoger groepen |
| september | Introductieweek <ul style="list-style-type: none"> • aandacht voor omgangsvormen en verwachtingen • groepsactiviteiten • kennismaken en anti-pestprotocol • inzet van Peers | Leerjaarcoördinatoren en mentoren |
| september | Week tegen het pesten <ul style="list-style-type: none"> • tijdens mentorlessen aandacht voor pesten • kletskaartjes (groepsgesprekken) | Alle medewerkers |
| september | Leerlingbesprekingen <ul style="list-style-type: none"> • handvatten soc./emotionele ontwikkeling | Zorg, leerjaarcoördinatoren |
| tot aan de herfstvakantie | Kennismakingsgesprekken individueel <ul style="list-style-type: none"> • rollen in de groep | Mentor |
| oktober | Klappen voor Bart. Voorstelling over pesten (uiterlijk november) Bowlen brugklassen <ul style="list-style-type: none"> • sociale activiteit/groepsvorming | Leerjaarcoördinator en mentor |
| november | Kennismakingsgesprek met ouders en leerling <ul style="list-style-type: none"> • aandacht voor soc./emotionele ontwikkeling | Mentor |
| november | Afnemen en beoordelen van sociogram (eind november) | Leerjaarcoördinator, mentor en trajectbegeleiding |
| december | Sinterklaasactiviteit (sociale activiteit) | Leerjaarcoördinator en mentor |
| december | Paarse vrijdag (tweede vrijdag in december) <ul style="list-style-type: none"> • Acceptatie LHBTQ-gemeenschap | Schoolbreed |
| december | Kerstgala/schoolfeest <ul style="list-style-type: none"> • sociale activiteit | Docenten, mentor, leerjaarcoördinator |

| | | |
|----------|---|---|
| januari | Afnemen en beoordelen van sociogram (rond eind januari) | Leerjaarcoördinator, mentor en trajectbegeleiding |
| januari | Aandacht voor gemaakte afspraken en antipestprotocol | |
| februari | Rapportgesprek met ouders en leerling | Leerjaarcoördinator en mentor |
| maart | Projectweek (gericht op samenwerken) | Docenten en mentor |
| april | Mentorlessen richten op afgelopen jaar: wat ging goed wat is nodig hoe gaat het nu? | Mentor |
| april | Onderwijsconferentie voor de sociaal veilige school | Anti-pestcoördinatoren |
| 19 april | Jaarlijkse dag tegen het pesten | Schoolbreed |
| mei | Afnemen en beoordelen van sociogram (rond 20 mei) | Leerjaarcoördinator, mentor en trajectbegeleiding |
| mei | Werkweken voorexamenklassen • sociale activiteit | Mentoren, docenten en leerjaarcoördinatoren |
| juni | Ontvangst en kennismaken nieuwe klas (groep 8 leerlingen) | Leerjaarcoördinator en mentor |

Opmerking: Er zijn nog andere initiatieven tegen pesten in te zetten. Momenteel zijn we deze aan het inventariseren en waar nodig plannen we deze in. Dit schema staat los van het maatwerk dat wij zo nodig organiseren.