

HET PESTPROTOCOL

Informatie over (ons beleid tegen) pesten voor docenten,
ouders en leerlingen

Inhoudsopgave

1. **Pesten**
 - Wat is pesten?
 - Visie van het Bouwens
 - Hoe wordt er gepest?
 - De gepeste leerling
 - Gevolgen van pesten
 - Mogelijke signalen van gepest worden
 - De pester
 - De meelopers en de andere leerlingen
 - Het aanpakken van pesten

2. **Digitaal pesten ofwel Cyberpesten**
 - Wat is cyberpesten?
 - Hoe wordt er gepest?
 - Het stappenplan na een melding van cyberpesten

3. **Het pestprotocol**
 - Uitgangspunten
 - De vijfsporenaanpak
 - Preventieve maatregelen

4. **Het stappenplan na een melding van pesten**
 - De (vak)docent
 - De mentor
 - De rol van het zorgteam
 - De teamleider

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 cyberpesten)
- Bijlage VI (Stroomschema Pesten: waar kan ik terecht?)
- Bijlage VII (Overzicht preventieve activiteiten)
- Bijlage VIII Lesmateriaal Pesten

Hoofdstuk 1

Wat is pesten?

Pesten is een stelselmatige vorm van agressie waarbij een of meerdere personen een andere persoon fysiek, verbaal of psychische schade toe brengen. Bij pesten is de macht ongelijk verdeeld. Relatief nieuwe manieren van pesten zijn het cyberpesten via sociale media of mobiele telefoons.

Visie van het Bouwens

Pesten wordt niet geaccepteerd. Het Bouwens is actief in preventie en leerlingen worden actief betrokken bij preventie.

Zie hoofdstuk 3, paragraaf 3.2 van het Schoolveiligheidsplan en het Nationaal onderwijsprotocol tegen pesten (bijlage).

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. Directie, teamleiders, mentoren, docenten, leerlingen en ouders hebben echter een taak bij het voorkomen en tegengaan van pesten.

Hoe wordt er gepest?

Met woorden	vernederen, belachelijk maken schelden dreigen met bijnamen aanspreken gemene briefjes
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 bij groepsopdrachten
Stelen, vernielen	afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen kliederen op boeken banden lek prikken, fiets beschadigen
Afpersing	dwingen om geld of spullen 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.

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. 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

Gevolgen van pesten

- ❖ verminderd zelfbeeld en zelfvertrouwen
- ❖ isolement
- ❖ schaamte
- ❖ vergroot onzekerheid en angst
- ❖ prestatie
- ❖ boosheid
- ❖ eenzaamheid

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, nachtmerrie's 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 lijken populair. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag.

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 of ze zijn zich niet bewust van de impact van hun acties.. 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)

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

Het Bouwens vindt pesten onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de school. Zie ons Schoolveiligheidsplan, hoofdstuk 3, paragraaf 3.2 en het Pestprotocol (bijlage).

Hoofdstuk 2 Digitaal pesten of cyberpesten

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.

"Toen ik een half jaar geleden op een woensdagmiddag op MSN ging, werd ik in tien minuten, veertien keer met de dood bedreigd, vertelt Janna (13). De dagen daarna stroomde mijn mailbox vol met berichten van een adres dat ik niet kende: "We komen je halen. Laat het licht maar aan 's nachts". Er ging een e-mail mijn klas langs met een foto waarop mijn hoofd op het lichaam van een pornomeisje was geplakt, daaronder stond: Deze hoer gaat sterven".
(1/07/07 uit mijn Pers)

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
- ❖ 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.

Wat te doen met een melding van cyberpesten

1. Bewaar de berichten. Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen doen (afdrukken, selecteren en kopiëren, gesprekken opslaan).

2. Blokkeren van de afzender. Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pestmail kan blokkeren.

3. Probeer de dader op te sporen. Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer 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:

0800-5010: de onderwijstelefoon

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. Het zorgteam. Verwijst de pester en/of de gepeste door wanneer verdere begeleiding nodig is.

Hoofdstuk 3 Het pestprotocol

Het pestprotocol vormt de verklaring van de vertegenwoordiging van de school en de ouders waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op school niet accepteren. Pesten wordt conform de vijfsporenaanpak behandeld.

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; docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. Met het ondertekenen van het Nationaal onderwijsprotocol tegen pesten (**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 onderwijsondersteunend 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.

De vijfsporenaanpak

Door het ondertekenen van het Nationaal onderwijsprotocol heeft de school zich verbonden aan de vijfsporenaanpak. Dit houdt in:

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 optimaal 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 het zorgteam

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 zorgteam

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 hierin 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 aan het begin van het schooljaar in de klas:

de huisregels van de locatie,

het leerlingestatoot

de algemene afspraken en regels binnen een klas.

Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het pestprotocol. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd. De mentor levert de door de leerlingen ondertekende pestcontracten in bij de leerlingenadministratie. Het document wordt toegevoegd aan het leerlingendossier.

In de bijlage worden de preventieve maatregelen beschreven die op het Bouwens worden georganiseerd.

Voorbeeld van een pestcontract, aanvullend op het Nationaal Onderwijsprotocol tegen pesten:

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

Hoofdstuk 4 Het stappenplan na een melding van pesten

Pest-button: het Bouwens biedt de mogelijkheid om pesten via de pestbutton op de website van het Bouwens te melden.

Op het Bouwens worden (pest)incidenten geregistreerd in Magister. De incidenten worden meegenomen in het LeerlingenVolgSysteem van Magister. (Nog in ontwikkeling.)

A. De (vak)docent

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in lesverband, praat de vakdocent 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 vakdocent een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De vakdocent registreert het incident in de Magister. De vakdocent kiest in Magister wie hij wil informeren over het incident.
3. De vakdocent bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt. De vakdocent informeert de mentor via Magister.
4. De vakdocent praat zo nodig 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.
5. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de vakdocent het gedrag aan de mentor van de leerling(en). Hij overhandigt de teamleider via het leerlingvolgsysteem van Magister het dossier. De gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt worden opgenomen in een notitie in Magister.

B. De mentor

1. De mentor neemt de rol van de (vak)docent over, bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten, het lesverband overstijgt.
2. Hij heeft een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
 - 3.1. confronteren (**zie bijlage III**)
 - 3.2. mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
 - 3.3. 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 het zorgteam.
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 bepaalt eventueel een straf.
9. Hij koppelt alle informatie terug naar de teamleider en vakdocent via Magister.

C. De rol van het zorgteam

1. Ondersteunt waar nodig docenten, mentoren en teamleiders tijdens de verschillende fasen in het proces.
2. Biedt op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
3. Coördineert de organisatie rondom het pestprotocol.
4. Is verantwoordelijk voor het beheer en actueel houden van het lesmateriaal.
5. Kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
6. Verwijst zo nodig door voor een sociaal emotionele training.
7. Bouwt expertise op rondom het cyberpesten.

D. De teamleider

Als de impact en urgentie van een pestincident groot is, wordt het incident direct opgeschakeld via de teamleider.

Maatregelen bij pesten na opschaling naar teamleider

Het pestproject

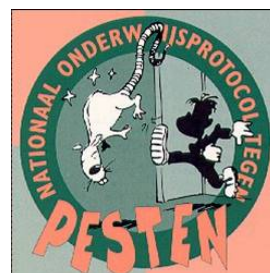
Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, wordt hij ertoe verplicht om individueel een programma te volgen. Dit vindt plaats in de eigen tijd en dus niet tijdens schooltijd. Het doel van dit programma is reflectie en het gevoelig maken van de pester voor wat hij aanricht bij de gepeste leerling. Het gaat in principe om 6 ontmoetingen en huiswerk. De ouders worden van dit project op de hoogte gesteld.

Schorsing

Wanneer ook het verplichte pestproject geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een schorsing.

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 niets anders dan schoolverwijdering.



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:

Uit diverse onderzoeken is gebleken dat pesten een wezenlijk en groot maatschappelijk probleem is. Eén op de vier kinderen (+ 375.000) in het basisonderwijs en één op de zestien leerlingen (+ 56.000) in het voortgezet onderwijs zijn slachtoffer 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.

- 1 De directie gaat, om een passend en afdoend antwoord te vinden op het pestprobleem, uit van een zo goed mogelijke samenwerking tussen docenten, ouders en leerlingen, gebaseerd op afgesproken beleid dat gericht is op samenwerking.
- 2 De directie gaat, om een passend en afdoend antwoord te vinden op pesten, uit van een goede samenwerking tussen docenten, ouders en leerlingen, gebaseerd op het afgesproken beleid.
- 3 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;
 - het zorgen voor een voor iedere aan de school verbonden persoon toegankelijke, actuele informatie over het pestbeleid, met als speciaal aandachtspunt informatie voor de leerlingen;
 - het beschikbaar stellen van middelen waarmee de scholing van personeelsleden, lesmaterialen, lezingen, activiteiten voor ouders, de aanschaf van boeken en andere informatie wordt bekostigd;
 - het invoeren van een leerlingvolgsysteem op school, zodat probleemgedrag bij leerlingen zo vroeg mogelijk kan worden onderkend en tegengegaan.
- 4 De ondertekenaars verklaren zich bereid tot deelname aan periodieke (tweemaal per schooljaar)evaluatie.
- 5 Het ondertekende protocol wordt gebruikt bij het bespreken van pesten in de klas en maakt onderdeel uit van het pestcontract. De tekst van het protocol wordt verder bekend gemaakt via de website van de school.
- 6 De directie zorgt er verder voor dat een beleid tegen het pesten is geformuleerd. Dit beleid wordt in de schoolgids en op de website vermeld.

Naam en plaats van de school:

Getekend namens:

Directie/personeel Medezeggenschapsraad, Ouderraad, 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 gebeurd; 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.

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 het zorgteam (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 MSN 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 op de mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.
- ❖ Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op. Van het IP adres van de e-mail kan soms worden afgeleid, van welke computer de e-mail verzonden is. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail aan kan nemen. Men heeft daar ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie de mail heeft verstuurd. Bel de helpdesk op.
- ❖ Ga naar je mentor of afdelingsleider 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 cyberpesten

Algemene zoekpagina's

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

Pesten (algemeen)

- ❖ <http://www.pestweb.nl/>
Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.
- ❖ www.pesten.net / <http://www.bobvandermeer.info/>
Voor en door slachtoffers. Opgericht door Bob van der Meer.
- ❖ <http://meldpesten.nu/>
Campagne van SIRE (Stichting Ideële Reclame)
- ❖ <http://www.digibewust.nl/>
Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken, over het veilig gebruik van internet.
- ❖ <http://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.
- ❖ <http://www.schoolveiligheid.nl/>
Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.
- ❖ <http://diplomaveiliginternet.kennisnet.nl/>
Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT-coördinatoren.

Films met als thema pesten

- ❖ *Bluebird* (2004) - verkrijgbaar bij het zorgteam
- ❖ *Mean creek* (2005) - verkrijgbaar bij het zorgteam
- ❖ *Mean girls* (2006) - verkrijgbaar bij het zorgteam

Actiepunten

Overzicht preventieve activiteiten tegen pesten

Overzicht preventieve activiteiten

Waar	Wat	Wanneer	Wie
Leerjaar 1, 2 Schoolbreed ?	Pest-preventie-project 'Pesten dat pikken we niet' inclusief ondertekening pestcontract t.b.v. het leerlingendossier	Week 4/5 van het schooljaar	zorgteam
Leerjaar 1	Pesten als onderdeel van de Bouwens-week bij Burgerschap	Bouwensweek 1	Sectordirecteur havo/vwo
Leerjaar 1, 2, 3 vmbo	Vertoning van de film 'Spijt'	?	In ontwikkeling
Leerjaar 3 ?	Vertoning interactieve film 'It's up to you'.	?	In ontwikkeling
Schoolbreed	Pestknop op website het Bouwens voor het melden van pesten	continue	Sectordirecteur havo/vwo
Schoolbreed	Incidentenregistratie in Magister, beschikbaar voor alle docenten	continue	Docenten
Ouders	Informatie-bijeenkomst voor ouders over gebruik social media		Externe

Acties / In ontwikkeling

Wat	Wie
Inrichten incidentenregistratie Magister en opstellen handleiding voor docenten	Ron Cremers Sandy Verhaegh
Incidentenregistratie: procesbeschrijving	Luuk van Dokkum
Incidentenregistratie: werkwijze beschrijven	Trix Hogema
Incidentenregistratie: testen instructie voor docenten	Trix Hogema
Pestknop op website: uitrol en testen communicatie ouders, leerlingen, personeel Meldingen via mail naar receptie > mentor	Ron Cremers Harold Limpens receptie
Pestproject uitwerken (hoofdstuk 4)	zorgteam
Pestprotocol beschikbaar stellen voor alle betrokkenen en vermelden in schoolgids	Ron Cremers
Evaluatie pestprotocol: 2x per jaar	Ron Cremers