



SINT-MAARTENSCOLLEGE MAVO/HAVO/VWO

Anti-pestprotocol

voorlopig vastgesteld door schoolleiding	November 2019
instemming MR	17 december 2013
definitief vastgesteld door schoolleiding	6 januari 2014
ingangsdatum	6 januari 2014

Versie herzien in juli 2022

Inleiding

Uitgangspunt:

- reglement schorsing en verwijdering van het LVO
- De klachtenregeling van het LVO

Het anti-pestprotocol van het Sint-Maartenscollege HAVO/VWO beoogt meer inzicht te geven in het verschijnsel "pesten". Dit protocol is nieuw en heeft op de eerste plaats tot doel om pesten zo veel mogelijk te voorkomen en daarnaast is het een leidraad om te reageren op de verschillende pestsituaties. Pesten is van alle tijden. We moeten de ogen er zeker niet voor sluiten. Het leren omgaan met pestsituaties kan bewerkstelligen dat de betrokkenen er sterker uitkomen (Ruigrok 2010).

Voor de tekst van dit protocol is gebruik gemaakt van het Nationaal Onderwijsprotocol tegen pesten en van bestaande pestprotocollen van collega scholen, die als voorbeeld dienden. Daar waar nodig/wenselijk is de tekst/het protocol aangepast aan onze eigen situatie.

De aanpak van pesten moet, wat ons betreft, zoveel mogelijk in de preventieve sfeer plaatsvinden. Daarom is het belangrijk dat er veelvuldig aandacht wordt besteed aan **positieve groepsvorming**. Activiteiten in dit kader dienen gedurende het hele schooljaar aan de orde te komen. Dat zal echter niet voorkomen dat er toch gepest wordt. Daarom is het ook belangrijk pestgedrag zo vroeg mogelijk te signaleren en aan te pakken.

In pestsituaties probeert de mentor en/of de coördinator het probleem in samenspraak met de leerling(en) en de ouders* op te lossen.

Dit protocol is erop gericht om al onze medewerkers, leerlingen en ouders ervan op de hoogte te brengen wat de school wil doen om het veilige schoolklimaat te verbeteren. Het onderkennen van het pestprobleem en er vervolgens beleid opmaken, is iets dat elke school aan zichzelf en aan haar leerlingen verplicht is. Op school behoren leerlingen zich veilig te voelen. Een actief anti-pestbeleid kan daartoe bijdragen.

Een sterk groeiende vorm van pesten is digitaal pesten, ofwel cyberpesten. Ook daarin probeert dit protocol te voorzien, hoewel de ontwikkelingen op dat vlak vaak snel gaan en zich veelal buiten de invloedssfeer van de school afspelen (zie Bijlage 5 en 6).

Met dit anti-pestprotocol willen we iedereen duidelijk maken dat onze school stelling neemt tegen pestgedrag en de school doet er alles aan, wat redelijkerwijs binnen haar vermogen ligt, om pestgedrag aan te pakken. Hierbij kan de school niet zonder de ouders.

Voor de afhandeling van pestgedrag op school geldt, net als bij klachten van andere aard, dat dit in eerste instantie gebeurt door docenten of mentoren. Mocht de aanpak tot onvoldoende resultaat leiden, dan kunnen leerling en ouders zich wenden tot de teamleiding.

Maastricht, juli 2022

P. Corsten, directeur

M. Claus, zorgcoördinator

R. Bollweg, teamleider brugklassen

L. Hans, teamleider vwo2 tot en met vwo 6

K. Njoroge, anti-pestcoördinator

C. Mailleu, anti-pestcoördinator

**Daar waar de tekst over "de ouders" wordt gesproken, wordt steeds "ouders of verzorgers" bedoeld.*

1. Pesten

De identiteit van onze school

In onze schoolgids staat in het algemene deel een stuk over de uitgangspunten van onze school. Daarin staat onder meer dat we de leerling als zelfstandig persoon zien, die naast het verwerven van basiskennis ook in staat gesteld wordt tot sociaal leren en samenwerken met anderen. Teamplay en samenwerking met anderen vinden we samen met het welbevinden van alle betrokkenen de basis voor goed onderwijs. Leerlingen en personeel hebben respect voor anderen en hun opvattingen. Verschillen in opvattingen worden op tafel gelegd en in een sfeer van verdraagzaamheid besproken. Naast respect zijn verantwoordelijkheid, gelijkwaardigheid en gemeenschapszin centrale waarden van waaruit wij op school handelen. Deze waarden liggen ten grondslag aan de omgangsvormen die wij op school hanteren (10 gouden regels). Wij willen een veilige school zijn. Pesten is in strijd hiermee en wordt dan ook niet getolereerd. Het is mede om die reden dat we het belangrijk vinden om preventief beleid te voeren. Omdat we ons realiseren dat daarmee het pesten niet wordt uitgebannen, is dit anti-pest protocol opgesteld. Het beschrijft de verantwoordelijkheden van school, ouders en leerlingen en geeft tips aan alle betrokkenen. Het beleid is mede gebaseerd op de principes van "herstelrecht".

Wat is pesten?

Plagen kan uitmonden in pesten. We spreken van plagen als er een eenmalig incident is dat beide partijen niet als bedreigend ervaren. Pesten daarentegen is ernstiger. Er is sprake van pestgedrag als dezelfde persoon regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend. Soms heeft een pester niet in de gaten dat de ander zijn gedrag als pesten ervaart. En soms is het niet als pesten begonnen, maar wordt het dat uiteindelijk wel. Het is dan een glijdende schaal. Pesten kan door dader en slachtoffer verschillend worden ervaren. Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen slachtoffer worden.

Tussen plagerij en pesten loopt een diffuse grens, die voor ieder persoonlijk verschillend is. Iedereen heeft het recht zelf aan te geven wat hij als acceptabel beschouwt. De ene vorm van pesten is de andere niet. Er zijn verschillende gradaties. Soms is sprake van lichte overtredingen, maar in het zwaarste geval kan er sprake zijn van een misdrijf. In het laatste geval wordt dan melding/aangifte gedaan bij de politie door school en/of ouders.

Hoe wordt er gepest?

Er zijn diverse vormen van pesten. We noemen een aantal voorbeelden....

- * Met woorden, zoals vernederen, belachelijk maken en schelden via gemene briefjes;
- * Via de sociale media;
- * Lichamelijk, zoals trekken aan kleding, aan haren trekken, wapens gebruiken en achtervolgen;

- * Uitsluiting, zoals negeren, niet meedoen bij groepsopdrachten en niet meefietsen naar huis/school;
- * Afpersing, zoals dwingen om geld af te geven en het afdwingen om iets voor de pester te doen.

De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan andere. Dat kan met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens, seksualiteit of 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. Het is daarom zaak extra alert te zijn op leerlingen die andere dingen doen, dingen anders doen of iets hebben dat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten, dat kan van alles zijn. Zelfs het heel goed zijn in bepaalde vakken kan een rol spelen. Het effect hiervan is niet voorspelbaar. Een kind dat wordt gepest, praat er thuis niet altijd over. Dat kan de volgende oorzaken hebben:

- * 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 je niet behoort te klikken.

Mogelijke signalen van gepest worden zijn:

- * Niet meer naar school willen;
- * Thuis niet meer over school vertellen;
- * Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of bij anderen gevraagd worden;
- * Slechtere resultaten op school dan vroeger;
- * Regelmatig spullen kwijt of met kapotte spullen thuiskomen;
- * Regelmatig hoofdpijn of buikpijn;
- * Blauwe plekken op ongewone plaatsen;
- * Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries;
- * 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 veroorzaken om niet naar school te hoeven.

De pester

Pesters zijn of lijken soms populair, maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag waarmee ze hun status in de groep proberen te verhogen. 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 in hun ogen immers om om gepest te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- * Een problematische thuissituatie, negatief voorbeeldgedrag van ouders;

- * Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); als een pester zich verloren voelt binnen de 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. Zulke spanningen kunnen door pesters 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).
- Wat de oorzaak ook is en hoe triest bepaalde zaken ook kunnen zijn, pestgedrag wordt niet getolereerd. Het is onacceptabel en er wordt tegen opgetreden.

De meelopers

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen. Het kan echter ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze, door mee te doen, hun populariteit in de groep willen verhogen. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen. De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er gepest wordt. 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 aanpak. Onze school voert een tweesporenbeleid; zoveel mogelijk preventief (voorkomen) en waar nodig curatief (reageren op). Pesten kan immers grote gevolgen hebben voor de gepeste (onzekerheid, faalangst, depressie, zelfdoding) en voor de pester (problemen met sociale relaties, positief tegenover het gebruik van geweld, grotere kans om in het criminele circuit terecht te komen).

Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus genomen worden. Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er grip op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten leraren, ouders en andere betrokkenen niet altijd hoe ze ermee om moeten gaan. Leraren, directie, onderwijsondersteunend personeel en ouders hebben echter een taak om samen het pesten bespreekbaar te maken en aan te pakken. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en moeten 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 het werken aan de groepssfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep. Ze maken samen met de klas afspraken over hoe er aan de groepssfeer gewerkt wordt en hoe deze afspraken nageleefd worden (zie bijlagen).

2. Het anti-pestprotocol

Onze school pakt het pesten aan vanuit de begeleidingsstructuur. Hierin spelen mentoren, coördinatoren en teamleiders en ouders een belangrijke rol.

Uitgangspunten

- *. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren;

- *. De school ontplooit preventieve (les)activiteiten zoals groepsopdrachten, workshops;
- *. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; leerkrachten, onderwijsondersteunend personeel, het management, ouders en leerlingen;
- *. Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten;
- *. De school beschikt over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (dit anti-pestprotocol);
- * De eerste verantwoordelijkheid ligt bij de ouders, wanneer pesten niet op school gebeurt

Daarom volgt de school voor het bestrijden van pestgedrag een **vijfsporenaanpak**.

De vijfsporenaanpak

1. De algemene verantwoordelijkheid van de school.

De school zorgt dat alle personeelsleden voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten. Wie voelt dat hij hierin te kort schiet, zoekt informatie/steun bij collega's of bij de schoolleiding. De school werkt aan beleid rond pesten, zodat hierop teruggevallen kan worden en 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 gebeurt. De school (bij voorkeur de mentor) biedt hulp aan en er wordt overlegd over mogelijke oplossingen (zie bijlage 2).

3. Het bieden van begeleiding aan de pester

De school (bij voorkeur de mentor) spreekt met de jongere over zijn gedrag en de (mogelijke) gevolgen hiervan. Er wordt geprobeerd de achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen. Er wordt gewezen op het gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag. Er wordt, zo nodig, begeleiding aangeboden. De begeleiding is er in eerste instantie op gericht om de relatie tussen slachtoffer en pester te herstellen.

4. Het betrekken van de klas(sen) bij het probleem

De mentor zet interventies in die bijdragen aan positieve groepsvorming (preventie). Mocht er toch sprake zijn van pestgedrag, dan bespreekt hij/zij het pesten met de klas en benoemt de rol van alle leerlingen hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de groep kan bijdragen aan een verbetering van de situatie. De mentor komt hier regelmatig op terug.

5. Het bieden van steun aan de ouders van zowel de gepeste leerling als de pester.

Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen. De school (bij voorkeur de mentor) werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken. De ouders zijn in alle gevallen mede verantwoordelijk. De school geeft adviezen aan de ouders in het omgaan met hun gepeste of pestende kind. De school verwijst de ouders zo nodig naar deskundige hulpverleners.

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

Het Pestprotocol is nader uitgewerkt in de **7 bijlagen** bij dit protocol. In de bijlagen 1, 2, staan de verantwoordelijkheden van school en ouders beschreven en tevens de aanpak die de school voorstaat. In de bijlagen 3 t/m 6 zijn voor alle betrokkenen een leidraad en tips opgenomen hoe te handelen bij pestgedrag. Het geheel wordt besloten met een overzicht van een aantal webadressen die nadere (achtergrond)informatie over dit onderwerp verschaffen (bijlage 7).

Bijlagen bij dit document: 7

Bijlage 1

Preventieve maatregelen thuis

1. Ouders lichten hun kinderen voor over de gevolgen en de gevaren van pesten, zowel op school als via de sociale media.
2. Ouders zijn in eerste instantie verantwoordelijk voor het "mediagedrag" van hun kind. Zij houden zich hier dus van op de hoogte.

Preventieve maatregelen op school

1. De mentor/vakdocenten besteden regelmatig verspreid over het schooljaar (m.n. vlak na vakanties) aandacht aan positieve groepsvorming.

Daarbij valt te denken aan :

- * kennismakingsactiviteiten bij introductie
- * Week tegen pesten: activiteiten in de mentorklas
- * klassengesprekken a.h.v. een thema (b.v. "hoe worden wij een gelukkige klas/groep?")
- * herhaling van gemaakte afspraken (opgezette tijden b.v. na iedere vakantie)
- * laten zien dat afspraken ook nagekomen worden
- * workshops van jongerenwerkers, COC etc.
- * lezing over social media (brugklassen), social media en sexting (jaarlag 1 en 2)
- * onderwerpen over pesten en de gevolgen daarvan in vaklessen (bv Spijt, Carrie Slee) (Zie handboek "Alles over pesten" (Ruigrok, 2010) en de vele andere publicaties die er over dit onderwerp zijn).

2. De mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken over het vermijden en signaleren van pestgedrag en over het omgaan met pestgedrag, waaronder ook digitaal pesten. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens stellen de mentor en de klas groepsafspraken op. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden bij de mentor en niet als klikken, maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.

3. Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd (zie bijlage 2).

Bijlage 2

Bestemd voor medewerkers van Sint-Maartenscollege Maastricht H/V

Stappenplan na een melding van pesten

A. De vakdocenten en leerlingen

De vakdocenten en leerlingen hebben vooral een preventieve en 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 melding doen bij een medewerker van school om hulp en overleg in gang te zetten.

B. De mentor

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband praat de mentor eerst met de gepeste en daarna met de pester. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlage 3 en 4. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen. Van deze gesprekken maakt de mentor een notitie in het dossier van beide leerlingen in het leerlingendossier.

2. Wanneer het pesten blijft voortduren, spreekt de mentor opnieuw met de gepeste en de pester. De mentor spreekt met de gepeste leerling en inventariseert eventueel wat deze nodig heeft om uit de slachtofferrol te komen.

De mentor bespreekt met de pester het vervolgtraject indien het pesten zich blijft herhalen. De mentor doet wederom verslag van wat is afgesproken in de dossiers van beide leerlingen.

3. De mentor brengt de ouders van het slachtoffer en van de pester op de hoogte.

4. De mentor bespreekt het pestgedrag in zijn mentorles en kan daarbij gebruik maken van lesmateriaal. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groeps sfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groeps lid heeft.

5. Indien het probleem zich weer herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de betrokken coördinator/teamleider. Hij overhandigt de coördinator/teamleider het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.

C. De anti-pestcoördinator/ teamleider

1. De anti-pestcoördinator/teamleider neemt de rol van de mentor over bij herhaling van het pestgedrag binnen de klas of wanneer het pesten frequent het klassenverband overstijgt. Hij heeft een gesprek met de gepeste en de pester en organiseert zo nodig een herstelgesprek tussen beiden.

2. Indien na het herstelgesprek, de pester in zijn/haar gedrag verhardt, zal de pester een officiële waarschuwing krijgen. De coördinator brengt de ouders hiervan op de hoogte. In ernstige gevallen of bij herhaling zal de teamleider tot schorsing overgaan.

3. De coördinator informeert de ouders van de pester en de gepeste en kan, na toestemming van de ouders, de zorgcoördinator inschakelen als hij dit nodig acht.

4. In het contact met de pester is het doel driedig, namelijk:

- confronteren (zie Bijlage 4);
- mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen;
- helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.

5. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij sociaal gedrag vertoont waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.

6. De coördinator adviseert, indien nodig, hulp op vrijwillige basis. Zowel aan de pester als de gepeste.
7. De coördinator 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.
8. De coördinator bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
9. De coördinator koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.

D. Schorsing

Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, treedt ons reglement schorsing en verwijdering in werking. De pester wordt geschorst.

E. Verwijdering van school

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 dan geen verantwoordelijkheid voor deze leerling meer nemen met het oog op de veiligheid van de overige leerlingen. De verwijderingsprocedure wordt opgestart.

NB: In zeer ernstige gevallen dit ter beoordeling van de directie – kan van het bovenstaande worden afgeweken: het oproepen van ouders, aangifte bij de politie, contact met vertrouwensinspecteur, vertrouwenspersonen binnen school, schorsing en eventuele verwijdering van school behoren dan tot de mogelijkheden. Zie ook hier ons reglement schorsing en verwijdering en onze klachtenregeling.

Bijlage 3

Bestemd voor medewerkers van Sint-Maartenscollege Maastricht H/V

Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Achterhaal zo veel mogelijk feiten aan de hand van onderstaande vragen:

- *Klopt het dat je gepest wordt? (H)erkenning van het probleem.
- *Hoe word je gepest?
- *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?
- *Wat denk je op zo'n moment?
- *Wat is het ergste voor jou?
- *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 is daarvoor nodig?

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. Dat voelen pesters vaak haarfijn aan. (Soms zijn pesters vroeger ook zelf gepest!). Besteed hier aandacht aan. Elk kind is gelijkwaardig aan de andere kinderen en moet zich veilig voelen.

Bijlage 4

Bestemd voor medewerkers van Sint-Maartenscollege Maastricht H/V

Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Dit gesprek heeft een drieledig doel

- * 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 het 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 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 richt je heel duidelijk op de inhoud, op 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. Probeer specifiek te 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 (herstellen).

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? Het pestgedrag moet stoppen!

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

Bijlage 5

Tips voor leerlingen

Wat kun je doen om digitaal pesten te voorkomen?

- * Als je gepest wordt, vertel het dan tegen je ouders of iemand van school. Durf je dat niet bespreek het dan met een vriend of vriendin en vraag of hij/zij je ermee wil helpen. Je kunt je verhaal ook opschrijven en aan iemand geven die je vertrouwt.
- * Doe dat ook als je een vervelend gevoel hebt over iets wat je hebt gezien of meegemaakt.
- * Blijf zelf respectvol naar anderen, scheld niet terug.
- * Bedenk dat niet alles waar is wat je op internet tegenkomt.
- * Gebruik een apart Hotmail- of Gmailadres 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 je wachtwoorden niet doorgeeft aan anderen en zorg dat ze niet gemakkelijk te raden zijn.
- * Ga weg uit de groeps-chat als er iets vervelends gebeurt.
- * Verstuur geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
- * Bel of mail niet zomaar met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders het weten.
- * 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 om ze aan andere personen te laten zien of voor doeleinden die jij niet wilt.

Wat kun je tegen cyberpesten 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. Bewaar de teksten als bewijs.
- * Blokkeer de zender. Als het gaat om berichten op je mobiele telefoon, dan heb je 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 vaak worden afgeleid van welke computer de e-mail is verzonden. 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.
- * Licht als eerste altijd je ouders in en ga, als er leerlingen van school bij betrokken zijn naar je mentor toe. Het is belangrijk dat er alles aan gedaan wordt om het vervelende pestgedrag te stoppen.
- * In een aantal gevallen kun je aangifte doen bij de politie. Voor meer informatie over aangifte doen: zie www.pestenslaf.nl.

Bijlage 6

Tips voor ouders

Wat kunt u als ouders doen?

- * Toon interesse. Verplaats u in de belevingswereld van uw kinderen op internet. Internet kan spannend, leuk maar ook gevaarlijk zijn. Bezoek af en toe verschillende jongerensites en ontdek waarom uw kinderen internet leuk vinden. Praat daarover met uw kinderen en zorg ervoor dat ook de negatieve kanten van internet bespreekbaar zijn. Mochten er problemen zijn met het surfgedrag (seks- of gewelddadige sites) of mochten er vervelende ervaringen ontstaan tijdens Chat- of e-mailcontact, of andersoortige problemen, dan weet uw kind dat hij/zij er met u over kan praten. De noodzaak van "stiekem gedrag" is voor uw kind dan minder aanwezig.
- * Maak internetafspraken met uw kind, print deze uit en plaats ze ergens in de buurt van de computer.
- * Als er sprake is van pesterij, spoor de dader op. Soms is de dader van pestmail, hacking, stalking e.d. op te sporen via het e-mailadres. Ook kunnen schrijfstijl en andere aanwijzingen leiden tot het achterhalen van de dader. Sla chatgesprekken op of print ze uit.
- * Reageer nooit op pestmails e.d. Blokkeer de afzender in de contactenlijst.
- * Geef geen persoonlijke gegevens op internet aan anderen.
- * Treed in contact met school of met andere ouders in het geval van digitaal pesten.
- * Doe in geval van digitaal pesten zo nodig aangifte of een melding bij de politie.
- * Besef dat een Facebook- of Twitteraccount alleen toegestaan is voor volwassenen. Als uw kind een dergelijk profiel heeft, bent u als ouder verantwoordelijk voor het gedrag van uw kind. Controleer daarom regelmatig hun profiel.

Maakt u zich zorgen over het gedrag van uw kind op internet? Bent u bang dat uw kind wordt gepest, bedreigd of lastiggevallen of dat uw kind zelf pest, dan is het goed hierover te hebben nagedacht voordat u met uw kinderen hierover praat.

Raad uw kind aan belastend materiaal te bewaren. Als uw kind belastend materiaal heeft uitgewist, kunt u hiertegen namelijk niets ondernemen. Daarom is het van belang goede afspraken te maken met uw kinderen en met uw kinderen in gesprek te blijven over het bovenstaande. Voor het kind moet duidelijk zijn dat het niet gaat om controle maar om bezorgdheid.

Bijlage 7

Bruikbare adressen bij pesten

Algemene zoekpagina's

- * www.pesten.startkabel.nl
- * www.kinderconsument.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)
- www.pestforum.nl
- www.rtl.nl/gepest

Cyberpesten / veilig internet gebruik / veilige school

- www.kennisnet.nl
- www.meidenvenijn.nl
- www.iksurfveilig.nl
- www.codenamefuture.nl
- www.mediawijzer.nl

- www.meldknop.nl (Goede, betrouwbare site voor jongeren, mentoren en vertrouwenspersonen die vervelende dingen op internet mee hebben gemaakt en ondersteund door onder meer Kindertelefoon en politie.)
- 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 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.schoolenveiligheid.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, schoolmanagers en ICT-coördinatoren.)
- <https://www.weekvanrespect.nl/>
- <https://www.weektegenpesten.com/>
- <https://www.stoppestennu.nl>
- www.cyberpesten.be

Overige

- www.slachtofferhulp.nl
- HoeZoMediawijs.nl

De anti-pestcoördinatoren zorgen voor de jaarlijkse aanpassing/aanvulling van bovenstaande adressen.

Heeft u suggesties, e-mail die dan s.v.p. naar c.mailleu@stichtinglvo.nl.