

# Anti-pestprotocol Driestar College

## Inhoudsopgave

<b>1 Pesten</b>	<b>2</b>
1.1 Wat is pesten?	2
1.2 Hoe wordt er gepest?	2
1.3 De gepeste leerling	3
1.4 De pester	3
1.5 De meelopers	4
1.6 Verantwoordelijkheid van de school	4
<b>2 Aanpak pesten</b>	<b>5</b>
2.1 Convenant	5
2.2 Uitgangspunten	5
2.3 De vijfsporenaanpak	5
2.4 Preventieve maatregelen	6
2.5 Stappenplan na melding van pesten	7
<b>Bijlage I</b> Convenant	9
<b>Bijlage II</b> Preventieve programma's	10
<b>Bijlage III</b> Leidraad voor een gesprek met een de gepeste leerling	12
<b>Bijlage IV</b> Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest	13
<b>Bijlage V</b> Tips voor leerlingen over digitaal pesten	14
<b>Bijlage VI</b> Lijst van contactpersonen en anti-pestcoördinatoren	15

# 1. Pesten

## 1.1 Wat is pesten?

We spreken van pesten als dezelfde persoon regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen en docenten slachtoffer worden. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen. Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er greep op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten omstanders niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan. Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben echter een taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf) bij het tegengaan van pesten. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben.

Voor mentoren betekent dit dat ze groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groepssfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep. Ze maken afspraken met de klas en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden.

## 1.2 Hoe wordt er gepest?

### Met woorden:

- vernederen, belachelijk maken
- schelden
- dreigen
- met bijnamen aanspreken, gemene briefjes.

### Digitaal pesten / pesten via sociale media o.a.

- pestmail (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand via de sociale media
- webcam: beelden die opgenomen zijn en te zijner tijd misbruikt worden
- hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen.
- uit naam van een ander berichten versturen.

### Lichamelijk:

- trekken aan kleding, duwen, sjorren, schoppen, slaan, krabben, aan haren trekken
- wapens gebruiken.

### Achtervolgen:

- opjagen en achterna lopen
- in de val laten lopen, klemzetten of -rijden
- opsluiten.

### Uitsluiting:

- doodzwijgen en negeren
- uitsluiten van feestjes
- uitsluiten bij groepsopdrachten.

### Stelen en vernielen:

- afpakken van kledingstukken, schooitas, schoolspullen
- klieren op boeken
- banden lek prikken, fiets beschadigen.

### Afpersing:

- dwingen om geld of spullen af te geven
- het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.

Tussen plagerij en pesten loopt een diffuse grens, die voor ieder persoonlijk verschillend is. Iedereen is gerechtigd zelf aan te geven wat hij als acceptabel beschouwt.

### **1.3 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. Een leerling die wordt gepest, praat er thuis en op school 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 hij/zij niet mag klikken.

### **Mogelijke signalen van gepest worden**

- Niet meer naar school willen
- Niet meer thuis over school vertellen
- Nooit meer andere leerlingen 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
- 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.

### **1.4 De pester**

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Zij zijn of lijken populair, maar zijn uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en proberen ze zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken. Pesters krijgen vaak andere leerlingen 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 gepest te worden. Daarnaast hebben pesters vaak ook een positieve blik op het gebruik van geweld. De pester kan een gepeste worden en andersom!

Pesten kan een aantal oorzaken hebben:

- 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; iemand 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) of juist een te sterk gevoel voor autonomie.

- Een negatief zelfbeeld, weinig eigenwaarde.
- Een problematische thuissituatie, negatief voorbeeldgedrag van ouders/verzorgers.

### **1.5 De meelopers**

Meelopers zijn omstanders die incidenteel actief of passief 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 is belangrijk deze leerlingen tot helpers te maken.

### **1.6 Verantwoordelijkheid van de school**

Een van de kerntaken van Het Driestar College is het bieden van een veilige school. Het pesten in school, op het schoolplein, onderweg van en naar school en het digitale pesten van leerlingen onderling, vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de school. De grote vraag is hoe dat het beste kan en vooral ook hoe we dat binnen een vestiging en een onderwijsteam het beste kunnen aanpakken.

Pesten kan grote gevolgen hebben voor de gepeste (onzekerheid, faalangst, depressie, zelfdoding) en de pester (problemen met sociale relaties, positief tegenover het gebruik van geweld, heeft grotere kans in het criminele circuit terecht te komen).

## 2. Aanpak pesten

### 2.1 Convenant tegen pesten

Het convenant (zie: bijlage 1) 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 handelswijze gaan aanpakken.

### 2.2 Uitgangspunten

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

1. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
2. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. Met het ondertekenen van het convenant (zie bijlage I) laten alle betrokken partijen zien, dat zij bereid zijn tot samenwerking om de problemen rond pesten aan te pakken.
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.
5. De school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

### 2.3 De vijfsporenaanpak

We hanteren als school een vijfsporenaanpak.

#### De algemene verantwoordelijkheid van de school

De school zorgt dat de medewerkers voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten. De school werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is, waardoor een klimaat ontstaat waarin pesten bespreekbaar gemaakt kan worden. Alle medewerkers van de school vervullen een voorbeeldfunctie bij het signaleren en tegen gaan van pestgedrag.

#### Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt

Het probleem wordt serieus genomen. Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurd is. Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen. Het aanbieden van hulp door de mentor, de teamleider, de contactpersoon, de orthopedagoog of de schoolmaatschappelijk werker.

#### 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 van het pestgedrag boven tafel proberen te krijgen. Wijzen op het gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag. De pester krijgt gelegenheid om het weer goed te maken met de gepeste.

Het aanbieden van hulp (desnoods verplicht) door de mentor, de afdelingsleider, de contactpersoon, de orthopedagoog of de schoolmaatschappelijk werker.

#### Het betrekken van de middengroep bij het pesten

De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen en die van de school hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie. De mentor komt hier in de toekomst op terug.

#### 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, kunnen er moeite mee hebben, 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 (sociale vaardigheids-) training aan bijdragen.

#### **2.4 Preventieve maatregelen**

1. Iedere mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. 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.  
Voor aanpak per leerjaar en afdeling: zie bijlage 2.
2. 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.
3. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in het leerlingvolgsysteem zowel van de leerling die pest, als van de leerling die gepest wordt.

#### **Omgangscontract:**

Dit contract dient als basis en kan per vestiging, onderwijsteam, leerjaar en/of klas worden aangevuld / aangepast. De mentor van de onderbouwgroepen stelt samen met de klas het omgangscontract op. De leerlingen ondertekenen het omgangscontract. Hieraan wordt aan het begin van elk cursusjaar aandacht besteed.

#### **Voorbeeld van een omgangscontract:**

##### **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.
- Via de sociale media ga ik met respect met anderen om.
- 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.

## **2.5 Het stappenplan na een melding van pesten**

### **A. De mentor**

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester apart. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlage III en IV. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor neemt contact op met de ouders van de pester en de gepeste en betreft hen bij de oplossing.
3. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject, indien het pesten zich herhaalt.
4. De mentor praat met de klas. 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 escaleert, meldt de mentor het gedrag aan de afdelingsleider van de leerling(en). Hij overhandigt de afdelingsleider het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.
6. Indien het probleem escaleert (zie 5), worden de ouders/verzorgers op de hoogte gesteld en zo nodig betrokken bij het vinden van een oplossing.

### **B. De afdelingsleider**

1. De afdelingsleider kan in onderling overleg de rol van de mentor overnemen bij escalatie van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
2. Hij heeft zo nodig 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:
  - confronteren (zie bijlage III)
  - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
  - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
4. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij bepaald gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. Hij adviseert zo nodig hulp, zowel aan de pester als aan de gepeste. Daarvoor kan een bespreking op IZO nodig zijn.
6. Hij stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
7. Hij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
8. Hij koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.

### **C. Het vervolgtraject**

Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, wordt hij door de school ertoe verplicht om individueel een programma te volgen. Het doel van dit programma is reflectie en het gevoelig maken van de pester voor wat hij aanricht bij de gepeste leerling. De ouders worden van dit project op de hoogte gesteld.

Verschillende mogelijkheden voor verplicht programma:

- Gesprekken met orthopedagoog of schoolmaatschappelijk werk.
- Volgen van cursus Samen Sterk of een andere sociale vaardigheidstraining.
- Extern programma.

### **D. Schorsing**

Wanneer het verplichte vervolgtraject geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een schorsing van een dag. Als er ook daarna geen verbetering geconstateerd wordt, krijgt de pestende leerling een langere schorsing.

### **E. Verwijdering van de vestiging**

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen blijft volharden in het ongewenste pestgedrag, liggen er geen perspectieven meer tot verandering. De vestiging kan en wil geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen. Er rest de vestiging niets anders dan verwijdering. In overleg met andere vestigingen wordt er gekeken naar een plek. Indien een leerling op een andere vestiging wordt geplaatst, geldt het in-, door- en uitstroombeleidskader. Zo nodig wordt er gezocht naar een andere school, in eerste instantie binnen het samenwerkingsverband.

Het hierboven weergegeven stappenplan is een algemene leidraad; als een interventie succes heeft, kunnen vervolgstappen achterwege blijven. Het in het stappenplan genoemde traject bij aanhoudend pesten is geen automatisme; per leerling wordt bekeken welke maatregelen het meest passend zijn. Hierbij kunnen verschillen tussen vestigingen optreden, wat onder andere te maken heeft met de psychosociale context die niet op alle vestigingen dezelfde is.

Een en ander is conform het gestelde in het leerlingstatuut en het protocol schorsing en verwijdering.

#### **De taak van medewerkers**

De docenten hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, wordt van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen bij de mentor om hulp en overleg in gang te zetten.

#### **De rol van de contactpersoon**

- Vertrouwenspersoon voor leerlingen en ouders. Hij ondersteunt waar nodig mentoren en afdelingsleiders tijdens de verschillende fasen in het proces.
- Hij kan individuele begeleiding geven aan de pester en de gepeste.

#### **De rol van de anti-pestcoördinator / zorgcoördinator**

- Na de mentor het aanspreekpunt voor leerlingen en ouders.
- Het coördineren van de extra hulp voor pester en /of gepeste.
- Het monitoren van pestincidenten.
- Het uitvoeren van het pestprotocol in overleg met afdelingsleiders.



## Bijlage I

### CONVENANT TEGEN PESTEN

Het Convenant tegen pesten beoogt via samenwerking het probleem van het pestgedrag bij leerlingen aan te pakken en daarmee het geluk, het welzijn en de toekomstverwachting van kinderen daadwerkelijk te verbeteren.

De ondertekenaars van dit protocol verklaren het volgende:

1. Pesten is een wezenlijk en groot probleem. 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 jongeren, in het bijzonder door de ouders en door de leerkrachten.
2. Het management dient, om een passend en afdoend antwoord te vinden op het probleem pesten, uit te gaan van een zo goed mogelijke samenwerking tussen ouders, medewerkers van de school en leerlingen
3. Alle betrokkenen bij de school (management, medewerkers, leerlingen, ouders) wensen een samenwerking, zoals bedoeld onder 2, ook daadwerkelijk aan te gaan, te stimuleren en levend te houden.
4. De ondertekenaars van dit protocol verbinden zich daarom het volgende te doen:
  - de aanpak via en het werken volgens de 'vijfsporenaanpak.'
  - het bewust maken en bewust houden van de leerlingen van het bestaan en de zwaarte van het probleem.
  - een gerichte voorlichting aan alle ouders van de school.
  - het aanleggen van - voor iedere persoon aan de school verbonden - toegankelijke, goede informatie over het probleem pesten, met als speciaal aandachtspunt informatie voor de leerlingen.
  - het beschikbaar stellen van geld, waarmee wordt bekostigd: scholing van personeelsleden, lesmaterialen, boeken en andere informatie, lezingen, activiteiten voor ouders, e.d.
  - het zoeken van samenwerking en het maken van afspraken met andere scholen in de buurt over de aanpak van het pesten.
  - het delen van de opgedane ervaringen met andere scholen.
5. De ondertekenaars verklaren zich in principe bereid tot deelname aan een tussentijdse evaluatie door de school binnen drie jaar.

Naam en plaats van de school: Driestar College, Gouda

Datum: 10 februari 2015

Getekend namens:

- Leerlinggeleding van de MR:



- Oudergeleding van de MR:



- Personeelsgeleding van de MR:



- College van Bestuur:



## Bijlage II

### Programma m.b.t. preventie van pesten

	leerjaar	actie
Gouda PRO / LWOO		PrO Methode Leefstijl LWOO via de mentorlessen
Gouda VMBO-BK		
Gouda VMBO-GT	1	Omgangscontract opstellen (hangt in de klas, ondertekend door alle leerlingen). Mentorboekje met daarin een pestschrift. Dat is een studielesboekje. kijken naar een documentaire van de EO (Jong).
	2	Omgangscontract opstellen. Mentorlessen: omgangsregels, film EO (enkele mentoren dus nogmaals), Lev (stichting Chris en De Hoop)
	3	Mentorles over pesten (boek: Leraren zijn net echte mensen, van Ivo Mijland)
	4	Mentorles over pesten (boek: Leraren zijn net echte mensen, van Ivo Mijland)
Gouda HAVO	1	Uitgebreid aandacht voor pesten door mentor in mentorles. Opstellen van omgangscontract. De methode "Spijt" wordt behandeld.
	2	Opstellen omgangscontract bij start van het schooljaar in de mentorles. Preventief aan het onderwerp pesten werken door in te zetten op 'positieve groepsvorming.' Hiermee wordt gestart in de introductieweek. Dit is verwerkt in de mentormap.
	3	Pesten wordt in mentorles besproken. "No Apologies": hierin komt pesten en omgaan met elkaar uitgebreid aan de orde.
	4	-
	5	-
Gouda VWO	1	Uitgebreid aandacht voor pesten door mentor in mentorles. Opstellen van omgangscontract. De methode "Spijt" wordt behandeld.
	2	Opstellen van omgangscontract begin schooljaar. In mentormap staan lessen over pesten.
	3	Opstellen van omgangscontract begin schooljaar. In mentormap staan lessen over pesten. "No Apologies": hierin komt pesten en omgaan met elkaar aan de orde.
	4	-
	5	-
	6	-
Lekkerkerk VMBO-BK	1	Mentorles, DVD, opstellen van een omgangscontract.

	2	Mentorles, opstellen van een omgangscontract.
Lekkerkerk VMBO-GT	1	Hoofdstuk uit studielesboek over pesten, DVD, omgangscontract opstellen.
	2	Hoofdstuk uit mentorlesboekje, omgangscontract opstellen.
	3	-
	4	-
Lekkerkerk HL	1	Mentorles, DVD, opstellen van een omgangscontract.
	2	Mentorles, opstellen van een omgangscontract.
	3	-
Leiden		

## **Bijlage III**

### **LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET DE GEPESTE LEERLING**

- 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?
- 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?

## **Bijlage IV**

### **LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET EEN LEERLING DIE PEST**

Alvorens er een gesprek met de pester wordt gehouden, heeft degene die het gesprek aangaat zich er van overtuigd dat degene met wie het gesprek plaatsvindt inderdaad schuldig is aan het gemelde gedrag.

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: richt zich op gedrag dat waar te nemen is. Zodra je interpretaties gaat 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 je gedrag gaat interpreteren, reageer je een gevoel van frustratie op die ander af en ben je gestopt met confronteren en begonnen met kritiseren.
- relatiegericht. Je bent heel duidelijk over de inhoud: 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, dus veroordeel het gedrag en niet de persoon. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging of afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.
- specifiek. Je benoemt de situatie waar het over gaat en je vermijdt woorden als 'altijd, vaak, meestal.' Kritiek wordt vaak te algemeen, maar het moet concreet blijven.
- 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. Bijvoorbeeld: "Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander?"

Maak duidelijk dat er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. Wat ga je daaraan doen? Bied zo nodig hulp aan.

#### **Het pestgedrag moet stoppen**

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie C: het vervolgtraject).

## **Bijlage V**

### **TIPS VOOR LEERLINGEN OVER DIGITAAL PESTEN**

Wat kun je doen om digitaal pesten en misbruik te voorkomen?

- Bedenk dat niet alles wat je op het internet tegenkomt de waarheid is.
- Zorg dat je wachtwoorden geheim blijven en niet gemakkelijk 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 gezien of meegemaakt hebt, vertrouw dan op je gevoel en vertel het aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf zelf respectvol naar anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekende mensen uit je contactlijst.
- Bel of mail niet zomaar met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders dit weten.
- Verstuur zelf geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. Let vooral op bij foto's van jezelf. Als je een foto op internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden.
- Wees zeer voorzichtig met het gebruik van je webcam. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om 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 digitale pesterijen.
- Blokkeer de afzender.
- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op.
- Ga naar je mentor of afdelingsleider toe op school. Deze zal je verder helpen om het pestgedrag te stoppen.

Bij stalken en bedreigingen kun je aangifte doen bij de politie. Het is strafbaar.

## **Bijlage VI**

Per locatie

Contactpersonen  
Anti-pestcoördinatoren

Zie vermelding in de schoolgids.