

# PESTPROTOCOL 2020 -2025

## Inhoud

Inleiding .....	2
Definities .....	3
Wat is pesten? .....	3
Wat is plagen? .....	3
Wat is cyberpesten? .....	3
Wat is sexting? .....	3
Het pestprotocol Maris College .....	4
Preventief handelen .....	5
Regels .....	5
Investeren in een veilig klimaat.....	5
Opvallend gedrag in Magister plaatsen .....	5
Schoolplein .....	5
Mogelijke signalen in de klas:.....	5
Methode Vijfsporen aanpak.....	6
Stappenplan na melding van pesten .....	7
Schorsingsprocedure .....	7
Verwijderingsprocedure.....	8
Vakdocenten .....	8
Het cyberpesten stappenplan .....	8
Pesten of misbruik via het internet en via de mobiele telefoon:.....	8
Hoe te handelen na een melding van digitaal pesten:.....	9
Waar kun je terecht? .....	9
Bijlage 1: Mentorles Preventieve aanpak.....	11
Bijlage 2: Gespreksvoering .....	12
Bijlage 3: Tips voor leerlingen .....	13
Ondersteuningsmateriaal.....	15
Literatuur .....	16

## Inleiding

Leerlingen die worden gepest gaan vaak jarenlang angstig naar school. Ze krijgen niet de kans om vriendschappelijk met andere kinderen om te gaan. Vriendschapsrelaties zijn van groot belang voor de persoonlijke ontwikkeling. Kinderen zonder vrienden hebben later meer kans op gedragsproblemen en minder zelfvertrouwen. Uit onderzoek blijkt dat pestkoppen vaker dan andere kinderen langer doorgaan met agressief gedrag. Daardoor komen ze eerder in aanraking met de politie. Deze kinderen lopen ook meer risico op probleemgedrag zoals alcoholmisbruik, drugs en criminaliteit. Wanneer er in een klas gepest wordt is de sfeer niet prettig, de leerprestaties worden minder en het enthousiasme is weg. Naar verwachting treedt op 1 augustus 2015 de anti-pestwet in werking. Dat betekent dat alle scholen in het funderend onderwijs vanaf dat moment een anti-pestmethode moeten gebruiken, die voldoet aan een aantal criteria. Ook moeten scholen de sociale veiligheid monitoren en een vertrouwenspersoon annex pestcoördinator hebben. De Onderwijsinspectie gaat erop toezien dat scholen de wet naleven. We moeten als school realistisch blijven en niet denken dat we pesten volledig kunnen uitbannen, maar dit betekent niet dat we pesten niet kunnen voorkomen. We hebben allemaal de plicht om ervoor te zorgen dat leerlingen er niet alleen voor staan. Die plicht geldt voor medeleerlingen, docenten, schoolleiders en ouders. Dit protocol is bedoeld om daarbij te helpen.

## Definities

### Wat is pesten?

Pesten is een vorm van agressief gedrag, waarbij een betrekkelijk machteloos persoon wordt aangevallen, vernederd of buitengesloten door één of meerdere individuen. Pesten heeft drie kenmerken: het is intentioneel, vindt herhaaldelijk en over een langere periode plaats en er is een machtsverschil tussen dader en slachtoffer. Pesten vindt (meestal) plaats in groepen, er is niet altijd een duidelijk onderscheid te maken tussen de pester en de gepeste en deze rollen kunnen ook omdraaien. Pesten vindt online en offline plaats.

### Wat is plagen?

Plagen is iets anders dan pesten. Er is sprake van plagen wanneer de effecten van dit gedrag niet onaangenaam zijn voor anderen. Het gaat dan om een spel, dat door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren. Plagen heeft geen nadelige gevolgen voor degene die het ondergaat. De pedagogische waarde van plagen is een speelse wijze van omgaan met 'conflictsituaties'. Hierdoor ontwikkelen de leerlingen een vaardigheid, die zij later in hun leven kunnen gebruiken bij het hanteren van conflicten.

Bij plagen zijn kinderen aan elkaar gewaagd. De ene keer zegt of doet een kind iets onaardigs, de volgende keer is het de beurt aan de ander. Plagen is een spel, niet altijd leuk, maar nooit bedreigend. Pesten is dat wel. Bij pesten is er een slachtoffer waar een ander kind de baas over speelt. Pesten is kwetsend bedoeld en het speelt zich gedurende een langere tijd af; het is niet incidenteel maar structureel.

### Wat is cyberpesten?

Cyberpesten is het pesten of misbruiken via het internet en mobiele telefoon. Cyberpesten kan nog veel harder zijn in het gewone dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders makkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking. Cyberpesten kan op verschillende manieren:

- Misbruik van privégegevens (zoals het stelen van wachtwoorden of het aanmaken van nep-accounts);
- Het verspreiden van beeldmateriaal (zoals intieme foto's of filmpjes van mishandeling);
- Uitsluiting in whatsapp-groepen of dreigtweets;
- Haatcampagnes via sociale media, zoals bij bangalijsten.

### Wat is sexting?

Sexting is het verzenden/ontvangen (*texting*) van seksueel getinte teksten, foto's of filmpjes. Meestal zijn het verliefde pubers die experimenteren. Sexting gebeurt via apps als WhatsApp, Facebook, YouTube, Skype, Instagram en Twitter. Sexting kan voor vervelende verrassingen zorgen:

Beeldmateriaal kan zowel gewild als ongewild verspreid worden via internet.

Beeldmateriaal kan terecht komen op pornosites.

Officieel is sexting strafbaar als het om minderjarigen gaat. Volgens het Wetboek van Strafrecht maak je immers kinderporno.

*In Nederland wordt sexting gedoogd mits er wederzijds goedvinden is.*

### **Andere vormen van liefde op internet**

Dankzij internet is virtueel flirten, online daten en grenzeloos experimenteren heel gemakkelijk geworden. Maar niet zonder risico. Hieronder staan enkele risico's van liefde op internet:

#### **Porno kijken**

Wereldwijd is het bekijken van porno een van de meest voorkomende activiteiten op internet. Ook jongeren kijken online naar porno. Het is een manier om te experimenteren op seksueel gebied.

#### **Wraakporno**

Wraakporno is het online zetten van naaktfoto's/filmpjes van je ex. Dankzij mobiele telefoons en sociale media verspreidt dit materiaal zich razendsnel.

#### **Sextortion**

Sextortion is afpersing met een seksueel getinte foto of video. De daders willen vaak geld of meer pikante foto's.

#### **Online daten**

Online daten is het leggen van contacten via internet om er een relatie aan over te houden. Dit gebeurt via datingsites en sociale media zoals Tinder.

#### **Grooming**

Op internet is grooming de term die gebruikt wordt voor digitaal kinderlokken; het benaderen van kinderen voor seksueel contact. *Grooming is in Nederland verboden.*

#### **Loverboys/-girls**

Ook loverboys zijn actief op internet. Via chatrooms leggen zij contact met meisjes, vaak kwetsbare, onzekere of eenzame meiden. Door hen veel complimentjes en aandacht te geven worden de meisjes verleid. Eenmaal verliefd, dwingen zij haar de prostitutie in te gaan.

## **Het pestprotocol Maris College**

Scholen worden bij wet verplicht om op effectieve wijze pesten tegen te gaan. Het is een kerntaak van scholen om te zorgen voor een veilige school, waarbij de nadruk op preventie ligt. Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit onze school. De grote vraag is hoe dat het beste kan en vooral ook hoe dat gezamenlijk het beste kunnen aanpakken. Pesten kan grote gevolgen hebben voor de pester (problemen met sociale relaties, positief tegenover het gebruik van geweld, grotere kans om in het criminele circuit terecht te komen) en de gepeste (onzekerheid, faalangst, depressie, zelfdoding).

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

Uitgangspunten:

1. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: leerlingen, ouders, docenten en onderwijsondersteunend personeel.
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 pesten.
4. De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (Dit pestprotocol).

5. De school ontplooit preventieve (les-) activiteiten (zie bijlage 1).

## Preventief handelen

### Regels

Aandacht voor pesten werkt preventief. Als er op school duidelijke omgangsregels gelden en ook wordt gelet op de naleving daarvan, dan wordt er daadwerkelijk minder gepest. Omgangs- en gedragsregels werken alleen als iedereen zich eraan houdt. En dat wordt bevorderd als ze ook algemeen bekend zijn. Elke mentorklas zou de regels op een opvallende plek moeten hebben hangen.

### Investeren in een veilig klimaat

Grote winst is te behalen, wanneer op school een sfeer gecreëerd wordt waarin harmonie en respect centraal staan en pesten en ander agressief gedrag niet worden getolereerd. Uit een aantal studies blijkt dat ook het verbeteren relaties tussen leraren en leerlingen en tussen leerlingen onderling een positieve invloed kunnen hebben op het aantal leerlingen dat gepest wordt.

### Opvallend gedrag in Magister plaatsen

#### Schoolplein

Pesten vindt vaak plaats op schoolpleinen. Het vergroten van het toezicht in deze ruimtes en het verbeteren van de overzichtelijkheid kan een positief effect hebben op het terugdringen van pestgedrag.

#### Mogelijke signalen in de klas:

Agressief gedrag: het gepeste kind slaat ook wel eens kinderen, maar dan steeds de verkeerde.

Claimen van kinderen: een kind dat een keer aardig is voor het gepeste kind wordt ernstig geclaimd.

Klikken: in de hoop de leerkracht gunstig te stemmen gaat het gepeste kind de leerkracht 'helpen'.

Afkoopgedrag: dit houdt in dingen voor anderen doen of ongevraagd dingen geven aan anderen, in de hoop dat de populariteit stijgt.

Sterk wisselend extreem gedrag: heel gauw erg verdrietig, erg gauw boos, erg gauw vrolijk, enzovoort. Dit gedrag moet beschouwd worden als paniek of als experiment in de hoop niet meer gepest te worden.

Stil en/of teruggetrokken gedrag.

Verslechteren van schoolresultaten.

Veelvuldig verzuim: een leerling die regelmatig afwezig is kan ook slachtoffer zijn. Dit gebeurt vaak als de dader van het pesten in dezelfde klas zit.

- Naar de leerling luisteren en zijn probleem serieus nemen.
- Met de leerling overleggen over mogelijke oplossingen.
- Samen met de leerling werken aan oplossingen.
- Zo nodig zorgen dat de leerling deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining om weerbaar te worden.
- Zorgen voor follow-up gesprekken.
- Met de leerling bespreken wat pesten voor een ander betekent.

- De leerling helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met anderen.
- De leerling helpen om zich aan regels en afspraken te houden.
- Zorgen dat de leerling zich veilig voelt; uitleggen wat jij als leerkracht gaat doen om het pesten te stoppen.
- Stel grenzen en verbind daar consequenties aan.
- Zorgen voor follow-up gesprekken.
- Ouders die zich zorgen maken over pesten serieus nemen.
- Ouders op de hoogte houden van peestsituaties.
- Informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt.
- In samenwerking tussen school en ouders het pestprobleem aanpakken. Zowel op school als vanuit de thuissituatie.
- Zo nodig ouders doorverwijzen naar deskundige ondersteuning.
- Met de leerlingen praten over pesten en over hun eigen rol daarbij.
- Met de leerlingen overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.
- Samen met de leerlingen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.
- De school zorgt dat de directie, de mentoren en de docenten voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en over het aanpakken van pesten in de eigen groep en op de eigen school.
- De school neemt stelling tegen het pesten.
- De school werkt aan een goed beleid rond pesten en veiligheid van leerlingen waar de hele school bij betrokken is. Bijvoorbeeld de preventieve pesttest.

## Methoden Vijfsporen aanpak

We volgen voor het bestrijden van het pestgedrag de **vijfsporen aanpak**. Deze aanpak is gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn bij pesten: de gepeste leerling, de pester, de ouders, de klasgenoten en de docenten.

1. **Steun bieden aan de leerling die gepest wordt:**
2. **Steun bieden aan de leerling die zelf pest:**
3. **De ouders van het gepeste en van de pestende leerling steunen:**
4. **De klasgenoten betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem:**
5. **De algemene verantwoordelijkheid van de school**

## Stappenplan na melding van pesten

### 1. De mentor:

Wanneer er wordt gepest, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester apart. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in Bijlage 2. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen. De mentor brengt de teamleider van elk incident op de hoogte.

De mentor neemt contact op met de ouders van het slachtoffer en van de pester.

De mentor bespreekt met de pester direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.

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 groepssfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft.

Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de teamleider van de leerling(en). Hij overhandigt de teamleider het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.

### 2. De teamleider:

De teamleider neemt de rol van de mentor over bij herhaling van het pestgedrag, of wanneer het pesten frequent het klassenverband overstijgt. Hij heeft een gesprek met de gepeste en de pester en organiseert zo nodig een gesprek tussen beiden.

De pester krijgt een waarschuwing van de teamleider. Een schriftelijke neerslag van deze waarschuwing komt in het dossier van de betreffende leerling. Tevens wordt de zorgcoördinator gewaarschuwd, die het voorval inbrengt in het zorgteam.

De teamleider brengt de ouders van de pester schriftelijk op de hoogte van het inlichten van de zorgcoördinator/ zorgteam en van de dossiervorming.

In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:

- confronteren (zie Bijlage 2);
- mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen;
- helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.

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

De teamleider adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis.

De teamleider 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.

De teamleider bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders. De teamleider koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.

*In zeer ernstige gevallen kan de directie beslissen om van het bovenstaande af te wijken en zo nodig ouders op te roepen, een leerling te schorsen, een leerling te verwijderen of aangifte te doen bij de politie.*

## Schorsingsprocedure

De directie kan een leerling met gegronde reden schorsen voor maximaal een week. Met een brief worden ouders, voogden of verzorgers op de hoogte gesteld. De directie van de school heeft de plicht om de schorsing en de reden van de schorsing, wanneer deze langer duurt dan één dag, schriftelijk te

melden bij de onderwijsinspectie.

### Verwijderingsprocedure

De directie van de school kan besluiten tot definitieve verwijdering van een leerling nadat de leerling en diens ouders, verzorgers of voogden in de gelegenheid zijn gesteld hierover te worden gehoord.

Definitieve verwijdering van een leerplichtige leerling kan alleen na overleg met de onderwijsinspectie. Gedurende dit overleg kan de leerling worden geschorst. Dit gesprek heeft mede als doel om te bepalen welk onderwijs er voor de leerling geschikt zal zijn. Vervolgens zal de directie van de school de onderwijsinspectie schriftelijk op de hoogte stellen van de verwijdering en de reden hiervan.

### Vakdocenten

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

1. Bewaar de berichten. Probeer de berichten te bewaren, waarin het pestgedrag voorkomt. Leg de leerlingen indien nodig uit hoe zij de berichten het beste kunnen opslaan/bewaren.
2. Blokkeren van de afzender. Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij iemand op de mail en op de chat kan blokkeren.
3. Probeer de dader op te sporen. Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer het bericht is verzonden.
4. Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling. Ga in gesprek met ouders over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen. Indien nodig kan de schoolwijkagent aan dit gesprek deelnemen.
5. Verwijs de ouders zo nodig door. De onderwijstelefoon, waar ouders met vragen terecht kunnen, telefoonnummer 0800 – 5010. Er is ook een website waar zij pesten kunnen melden: [www.meldknop.nl](http://www.meldknop.nl).
6. Stalking. Als de leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en kunnen 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](http://www.slachtofferhulp.nl) telefoonnummer 0900-0101).

### Het cyberpesten stappenplan

Digitaal pesten kan 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. Kinderen komen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

#### Pesten of misbruik via het internet en via de mobiele telefoon:

Hierbij kan gedacht worden aan pestmail, stalking (= het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van haat-mail of het dreigen met geweld in chatrooms), ongewenst materiaal zoals: porno en kinderporno, hacken (= gegevens stelen of instellingen aanpassen) en happy slapping (= iemand slaan voor het oog van een camera met als doel de beelden op internet te plaatsen).



Hoe te handelen na een melding van digitaal pesten:

## Waar kun je terecht?

### **Mentor**

Op het Maris College is voor leerlingen en ouders de mentor de eerstverantwoordelijke contactpersoon. Deze licht ouders in over onder meer leerresultaten, verzuim maar ook (pest)gedrag. Wanneer er gepest wordt is het belangrijk voor de mentor om hiervan op de hoogte te zijn zodat hij/zij hierop kan handelen om het pestgedrag te stoppen. Wanneer de mentor er niet uitkomt vraagt deze hulp aan de coördinator voor eventueel advies of begeleiding.

### **Coördinator passend onderwijs**

De coördinatoren passend onderwijs zijn gespecialiseerd in het ondersteunen van leerlingen met sociaal-emotionele problematiek en/of leerproblemen. Zij ondersteunen de mentoren bij het uitoefenen van hun taak en helpen bij het onderzoek van leerlingen of bij de analyse van een probleem. De coördinator stelt zo nodig een handelingsplan op en voorziet de mentor (en de andere docenten) van begeleidingsadviezen.

### **Coördinator passend onderwijs:**

Maris Belgisch Park: mevrouw J. Verduin, mevrouw P. Wittenberg

Maris Houtrust: mevrouw W. Kodde

Maris Bohemen: mevrouw M. Paulusma

Maris Statenkwartier: mevrouw M. Oosterbaan

Maris Waldeck (onderbouw): mevrouw L. van Huuksloot

Maris Waldeck (bovenbouw): mevrouw S. van der Hulst

Maris Kijkduin: mevrouw M. Noever

### **Directie:**

#### **Algemene directie**

Algemeen directeur mevrouw drs. J.S. van Biemen

Plaatsvervangend algemeen directeur de heer P.J.J. Hofstra

#### **Maris Belgisch Park**

Locatiedirecteur de heer G. Wesselo

Teamleider vwo bovenbouw de heer drs. J. Rousseeuw,

Teamleider vwo onderbouw mevrouw E. Borsboom

Teamleider havo bovenbouw de heer P. Paalvast

Teamleider havo onderbouw mevrouw R. Akeroyd

**Maris Houtrust** Locatiedirecteur mevrouw B.F.M. van Engelen

Teamleider bovenbouw de heer Y. Wulf

Teamleider onderbouw mevrouw F. van Zeijl

**Maris Bohemen**

Locatiedirecteur mevrouw N. de Jong  
Teamleider bovenbouw tl 4 mevrouw C. Geurts  
Teamleider bovenbouw M&L, PIE, E&O mevrouw C. Geurts  
Teamleider bovenbouw tl 3 de heer J. Snijhorst  
Teamleider bovenbouw SDV de heer J. Snijhorst  
Teamleider onderbouw mevrouw A. Gerbranda  
Teamleider onderbouw de heer S. Ruinard

**Maris Statenkwartier**

Locatiedirecteur mevrouw E. Vinken  
Teamleider bovenbouw mevrouw N. Bosboom  
Teamleider onderbouw de heer K. Siepelinga

**Maris Kijkduin**

Locatiedirecteur de heer B. de Haan  
Teamleider bovenbouw de heer F. Niederer  
Teamleider onderbouw de heer J. Rootert

**Maris Waldeck**

Locatiedirecteur mevrouw N. de Jong  
Teamleider bovenbouw de heer J. Visser  
Teamleider onderbouw mevrouw M. van Eijk

1. De mentor speelt een belangrijke rol in het tot stand brengen van een veilig klassenklimaat vanaf de eerste kennismaking. In de introductieweek is er een uitgebreid programma waarin de kinderen elkaar leren kennen. De nadruk ligt op het goed leren omgaan met elkaar. Er wordt aandacht besteed aan de vaardigheid van het luisteren naar elkaar en het samenwerken, duidelijk zijn, het geven en ontvangen van feedback.

## Bijlage 1: Mentorles Preventieve aanpak

### Opstellen pestcontract klassikaal

Door het formuleren van bewustwordingsvragen krijgt de klas duidelijkheid over hoe met elkaar om te gaan. Vragen zoals: “Kennen jullie omgangsregels waar iedereen bereid is zich aan te houden?” De leerlingen schrijven de omgangsregel op een groot vel papier dat uiteindelijk wordt ondertekend door de hele klas en opgehangen in het lokaal.

Kern van deze regels is het begrip ‘respect’, dat inhoudt dat je aan iemand hoge waarde toekent en er als zodanig mee omgaat.

Suggesties:

- Luister naar elkaar;
- Laat elkaar uitspreken;
- Accepteer de ander zoals hij/zij is;
- Gebruik geen geweld;
- Blijf van elkaars spullen af;
- Los ruzies met elkaar op;
- Meld pesten. 2. De klas brainstormt over wat plagen en wat pesten zijn. Na het brainstormen wordt het verschil tussen plagen en pesten verduidelijkt aan de hand van het gestelde onder ‘Plagen’ en ‘Pesten’.

Pesten = Gemeen, lelijk doen.

Pesten = Als iemand niet doorheeft dat de ander er last van heeft. Pesten = Niet toegeven dat jij het deed.

Plagen = Humor.

Plagen = Allebei vinden het leuk. Plagen

= Grappig op een leuke manier.

## Bijlage 2: Gespreksvoering

### Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

#### Feiten:

Klopt het dat je wordt gepest? (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?

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.

### Leidraad voor een gesprek met de pester

#### 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 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.

## Bijlage 3: Tips voor leerlingen

### Tips voor gebruik van internet:

1. Bedenk dat niet alles waar is wat je op internet tegenkomt.
2. Gebruik een apart Hotmail of Gmail adres om jezelf te registreren op websites.
3. Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
4. Gebruik altijd een bijnaam op de chat.
5. Zorg dat je je wachtwoorden niet doorgeeft aan anderen en zorg dat ze niet gemakkelijk te raden zijn. Als anderen wel binnen zijn gekomen, neem dan contact op met de beheerder van de site.
6. Als je een vervelend gevoel hebt over iets wat je hebt gezien of meegemaakt, vertel het dan aan iemand die je vertrouwt.
7. Blijf zelf respectvol tegen anderen, scheld niet terug.
8. Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
9. Verwijder onbekenden uit je contactlijst.
10. Bel, mail of chat niet zomaar met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders het weten.
11. Verstuur geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
12. Let op je privacy instellingen. Geef online geen persoonlijke informatie vrij.
13. Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. Let vooral op bij foto's en filmpjes van jezelf. Als je een foto of filmpje op internet zet, kunnen die gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kunnen ze jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden.
14. Wees zeer voorzichtig met het gebruik van je webcam. Jouw beelden kunnen worden verspreid over de hele wereld via internet.
15. Denk goed na voordat je uit de kleren gaat.
16. Wil je toch een foto of filmpje maken zorg er dan voor dat je gezicht, tatoeages of ander duidelijke kenmerken buiten beeld blijven.

### Tips tegen (online) pesten:

1. Neem iemand in vertrouwen en vraag om hulp. Bijv. je ouders, je mentor.
2. Blijf rustig en reageer niet als de pesters je uitdagen.
3. Verzamel bewijsstukken, maak foto's of schermafbeeldingen.
4. Praat erover: laat de pesters weten dat je het niet leuk vindt en vraag hen te stoppen.
5. Hoe sneller je reageert, hoe beter. De kans op verspreiding van beeldmateriaal wordt dan kleiner.
6. Neem contact op met de politie als de pesters niet stoppen.
7. Verwijder materiaal pas na overleg met de politie, het kan belangrijk bewijsmateriaal bevatten.
8. Vertel het **ALTIJD** aan je ouders/ verzorgers wanneer het niet goed voelt.
9. Denk zelf altijd goed na voordat je besluit online iets te liken of te delen
10. Bij stalking kun je aangifte doen bij de politie. Stalking is het stelselmatig lastigvallen van een persoon, door die persoon te achtervolgen, steeds op hinderlijke wijze contact op te nemen, en soms ook te bedreigen.

1. **Spijt!** De film Spijt! is een tienerfilm van Dave Schram (Shooting Star Filmcompany) en gaat over de manier waarop een klas omgaat met een klasgenoot die wordt gepest. De film is gebaseerd op de gelijknamige bestseller uit 1996 van Carry Slee waarvan meer dan 750.000 exemplaren zijn verkocht.
2. **Cyberbully** (op de F-schijf)
3. **De Pesttest!** 10 korte vragen met op het eind een resultaat. Dit resultaat zou je als mentor kunnen bespreken in de mentorlessen. Via: <http://www.mindyourownlife.nl/je-gevoel/pest-test>

## Ondersteuningsmateriaal

### Preventief:

#### Pester:

1. Pester: De Jutters: Sociaal moraal training. <https://www.dejutters.com/behandelingen/sociaal-moraal-training> 1. Slachtoffers kunnen terecht bij: [www.helpwanted.nl](http://www.helpwanted.nl) en [www.meldknop.nl](http://www.meldknop.nl)
2. Pestcoach: <http://www.posicom.nl/>
3. Wanneer er sprake is van stalking: [www.slachtofferhulp.nl](http://www.slachtofferhulp.nl) T: 0900-0101
4. [www.pestenislaf.nl](http://www.pestenislaf.nl)

### Gepeste:

#### Handige Websites:

<https://kinderconsument.wordpress.com/tegen-pesten>  
<http://www.pestweb.nl>  
<http://www.onuitwisbaar.nu>  
<http://www.mediawijsheid.nl>  
[www.digitaalpesten.nl](http://www.digitaalpesten.nl)  
[www.aandachtvoorpesten.nl](http://www.aandachtvoorpesten.nl)  
[www.sense.info](http://www.sense.info)

## Literatuur

### Ondersteunende literatuur voor dit protocol:

Meer, B. van der, e.a. (1990) *Handleiding vertrouwensgroep kindermishandeling en seksueel misbruik* Schiedam: Segers. ISBN 978 90 70188 597

Meer, B. van der (1993) *Machtsmisbruik op school*. Schiedam: Segers ISBN 978 90 70188 651

Samenwerkingsverband Zuid-Holland West (2015). Verkregen via:

[http://www.swvzhw.nl/uimages/protocol\\_pestening%20stg%20openbaar%20voortgezet%20onderwijs%20hoogeveen.pdf](http://www.swvzhw.nl/uimages/protocol_pestening%20stg%20openbaar%20voortgezet%20onderwijs%20hoogeveen.pdf) op 13 april 2015.

Samenwerkingsverband Zuid-Holland West (2015). Verkregen via:

[http://www.swvzhw.nl/uimages/protocol\\_pestening%20beekdal%20lyceum.pdf](http://www.swvzhw.nl/uimages/protocol_pestening%20beekdal%20lyceum.pdf) op 13 april 2015.

Samenwerkingsverband Zuid-Holland West (2015). Verkregen via:

[http://www.swvzhw.nl/uimages/protocol\\_pestening\\_don%20bosco%20college%20volendam.pdf](http://www.swvzhw.nl/uimages/protocol_pestening_don%20bosco%20college%20volendam.pdf) op 13 april 2015.

Stichting de kinderconsument (2015), *Jeugd in het multimedia tijdperk*. Verkregen via:

<https://kinderconsument.wordpress.com/tegen-pestening/> op 13 april 2015.

Gemeente Den Haag (2014), *Beleid: schorsen of van school*. Verkregen via:

[sturen.http://www.denhaag.nl/home/bedrijven-en-instellingen/to/Leerlingen-schorsen-of-van-school-sturen.htm](http://www.denhaag.nl/home/bedrijven-en-instellingen/to/Leerlingen-schorsen-of-van-school-sturen.htm) op 29 april 2015.