

Pestprotocol Graaf Huyn College

1. Inleiding.

Pesten is van alle tijden en komt voor in alle lagen van onze maatschappij, ook in het voortgezet onderwijs. Leerlingen en personeel kunnen direct en indirect in aanraking komen met pestgedrag.

In dit pestprotocol willen we leerlingen, personeel en ouders duidelijk maken wat pesten is, hoe je het kunt voorkomen en hoe men het beste handelt indien er pestgedrag wordt geconstateerd. De informatie die in dit protocol beschreven staat, wordt al jaren toegepast op onze school. Het allerbelangrijkste echter blijft het herkennen en signaleren van pestgedrag. Indien dit namelijk niet goed verloopt, blijft de leerling of betrokkene alleen met zijn of haar probleem. Dit willen we dankzij dit document trachten te voorkomen zodat we de nodige ondersteuning en hulp kunnen aanbieden bij elk nieuw en oud pestgeval.

Uiteraard is het van belang een veilig schoolklimaat te creëren waarin de leerlingen, personeel en ouders zich thuis voelen. Vertrouwen hebben in elkaar is erg belangrijk. We beseffen ook dat elk pestgeval een eigen karakter heeft. Hoe we als school handelen in elk afzonderlijk geval kan dus anders zijn, maar steeds met het belang van de gepeste(n) en de pester(s) voorop, want ook die laatste groep heeft ondersteuning en advies nodig.

Een grote uitdaging tegenwoordig ligt er in het cyberpesten. Hiermee worden wij als school de laatste jaren vaker mee geconfronteerd. In dit pestprotocol willen we hier ook de nodige aandacht aan schenken.

2. Pesten.

2.1 Wat is pesten?

Pesten staat vaak omschreven als het systematische en langdurig uitoefenen van psychologisch of fysiek geweld door één of meerdere personen ten opzichte van één persoon, die niet (langer) in staat is zichzelf te verdedigen. Het is echter wel van belang om pesten en plagen van elkaar te onderscheiden. Onder plagen verstaan we het gedrag tussen leerlingen die aan elkaar gewaagd zijn en meestal 1 tegen 1 iets ondernemen. Plagen is echter niet gemeen, maar is voor beide partijen grappig bedoeld. Het gevaar schuilt er wel in dat plagen te lang blijft aanhouden en maar van één kant komt. Dan is kan het plagen veranderen in pesten. Hoe kan je nu weten of plagen pesten geworden is? Dat bepaalt de ontvanger. De zender kan het niet kwetsend bedoeld hebben, maar dan nog bepaalt de ontvanger.

Pesten is grensoverschrijdend plagen en is beschadigend. Pestgedrag kan zich op openlijk wijze manifesteren maar kan ook onzichtbare vormen aannemen zoals bijv. iemand buitensluiten of bewust negeren, de zgn. relationele agressie. Beide vormen van pesten worden als bedreigend ervaren.

In onze schoolcultuur geven wij vorm aan belangrijke uitgangspunten in de visie op het omgaan met elkaar:

1. leerlingen werken samen, lossen op en ondersteunen;
2. luisteren naar elkaar;
3. mogen fouten maken;
4. leren van conflicten;
5. herstellen schade.

Vertaald naar pestgedrag betekent dat dat ongewenst gedrag moet worden afgewezen en soms zelfs rigoureuus gestopt maar dat een leerling meer is dan gedrag alleen en een leerling als persoon nooit afgewezen wordt.

2.2 Verschillende vormen van pesten.

Pesten is niet alleen iemand uitschelden of fysiek pijn doen. Er bestaan verschillende vormen van pesten. De meest voorkomende vormen zijn:

Verbaal: Dit is de meest voorkomende vorm van pesten. Verbaal pesten kun je onopvallend doen. Op deze manier is de kans kleiner dat iemand het opmerkt. Bij het

verbaal pesten scheldt, vernedert of bedreigt men de gepeste.

Vaak gaat de gepeste een minderwaardigheidsgevoel krijgen omdat de gepeste de schuld bij zichzelf zoekt.

Non-verbaal: Men zal hier de gepeste lichamelijk pijn doen. Dit kan gaan van schoppen, slaan, duwen, etc. tot het gebruik van wapens.

Achtervolging: Deze zijn dikwijls op voorhand afgesproken. Men wacht met een grote groep iemand op en gaan dan die persoon pesten of intimideren. Wanneer een kind soms achtervolgd wordt, zijn ze vaak bang om op openbare plaatsen of

met de fiets naar school te komen. Ze verwachten namelijk dat de pesters hen opnieuw staan op te wachten.

Uitsluiting oftewel iemand negeren: De gepeste wordt overal buitengesloten. De pesters doen alsof de gepeste lucht is. Het slachtoffer staat steeds alleen, krijgt geen aansluiting en heeft geen vrienden en vriendinnen. Het kind vereenzaamt en krijgt uiteindelijk een minderwaardigheidsgevoel. Hierdoor wordt hij of zij bang om (nieuwe) sociale contacten te leggen.

Stelen of vernielen van bezittingen:

Het gepeste kind is vaak spullen kwijt zoals pennen, gommen, geodriehoek, ... Vaak gebeurt het stelen stiekem. Op deze manier wilt men het kind van streek maken. Het stelen en vernielen is meestal te wijten aan jaloezie van de pestkop.

Afpersing: De gepeste wordt gedwongen om iets te doen tegen zijn of haar zin. Ze moeten bijvoorbeeld geld afgeven, klusjes doen, taken maken, eten en drinken meebrengen, ...

2.3 Oorzaken van pesten.

Pesten kan verschillende oorzaken hebben. Vaak worden mensen gepest omdat ze 'anders' zijn, omdat ze makkelijk bereikbaar zijn of omdat ze zich moeilijk tot niet weten te verdedigen. Er is ook een kans dat de gepeste al eerder het slachtoffer was waardoor men zich kwetsbaar opstelt. Het 'anders' zijn is gebaseerd op persoonlijkheden. Een bril dragen bijvoorbeeld kan al een aanleiding zijn om over te gaan tot pesten.

Pesten kan ook ontstaan uit een groepsdynamiek. De groep kiest een slachtoffer en voelt zich versterkt door elkaar. De gepeste staat alleen en wordt gezien als een gemeenschappelijke vijand. De gepeste voldoet niet aan de heersende groepsnorm. Dit kan gaan over andere hobby's, taalgebruik (dialect of ABN), thuissituatie, etc.

Pesten kan ook voorkomen uit frustraties. De pester verveelt zich, vraagt aandacht, is jaloers, etc. Belangrijk is dat de pester grenzen en regels aangeboden krijgt zodat hij leert rekening te houden met anderen.

Een kind dat gepest wordt, praat hier niet altijd over. Redenen hiervoor kunnen zijn:

- angst dat het pesten nog erger wordt
- ze denken dat praten het probleem niet zal oplossen
- het probleem lijkt niet op te lossen
- schaamte

* De pester

Heel vaak zijn dit de sterkeren van de groep. Ze profileren zich als populair, maar zijn het niet. Door hun stoere gedrag dwingen ze dit af. Anderen denken dat een pester zich nergens iets van aantrekt, maar dit is meestal niet waar. Vaak zijn ze immers onzeker en verstoppen dit achter hun stoere gedrag. Andere kinderen kiezen de kant van de pester om zo zelf minder risico te lopen om gepest te worden. De pester voelt zich onschuldig want de gepeste vraagt er namelijk zelf om.

Waarom pest iemand een klasgenoot of een andere leerling van de school? Dit kan verschillende (diepere) redenen hebben.

- een problematische thuissituatie
- een gevoel van anonimiteit. Hij/zij wordt door het pesten opeens belangrijk.
- een machtsstrijd in de klas
- een slechte sfeer in de klas
- het moeten spelen van een rol die niet bij ze past
- een gevoel van incompetentie door slechte cijfers of een te laag onderwijsniveau
- te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid

2.4 Gevolgen van pesten.

* De gepeste

Pesten kan uiteenlopende gevolgen hebben. De schoolresultaten kunnen verslechteren, de gepesten voelen zich schuldig en denken dat zijzelf de oorzaak zijn van alle problemen. Ze geloven de pesters, waardoor hun zelfbeeld daalt. De slachtoffers worden ook niet opgenomen in de groep. De sociale vaardigheden worden aangetast waardoor hij / zij een negatief zelfbeeld krijgt. Dat kan zich blijven voortslepen in hun verdere leven. Ze hebben problemen met sociale relaties, faalangst, eenzaamheid, angst voor nieuwe en onbekende situaties. Uit onderzoeken is gebleken dat de gepeste soms te maken krijgt met enkele psychische problemen. De slachtoffers hebben een verhoogd risico op depressie, zelfmoordneigingen en eenzaamheid. Ook klachten als hoofdpijn, buikpijn, bedplassen en slaapproblemen kunnen voorkomen.

Het pesten zorgt ook voor negatieve gevolgen in de klas. De sfeer voelt bedrukt en onveilig aan. De leerlingen wantrouwen elkaar. De middengroep kan zich schuldig voelen omdat ze sympathie hebben voor de gepeste of omdat ze mee 'moeten' pesten.

- 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, nachtmerries 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

3. Het pestprotocol.

Het pestprotocol is het uitgangspunt voor onze school, de leerlingen en de ouders om het pesten te voorkomen, herkennen en aan te pakken. Pesten wordt in geen enkel geval toegelaten en als school volgen we een vooraf vaste handelwijze om het pesten op te lossen.

3.1 Preventie.

Pesten zal minder voorkomen wanneer groepsleden zich betrokken voelen en er sprake is van een positieve groepsdynamiek. Hier ligt een primaire taak van de mentor. Het stimuleren van de ontwikkeling van zijn mentorklas (teambuilding), met allerlei verschillende typen leerlingen, tot een positieve groep. Dit is een doorlopend beïnvloedbaar groepsproces. Naarmate assertiviteit, kwetsbaarheid en zorgzaamheid aanwezig is binnen de groep is er sprake van een veilige omgeving. Het creëren van onderling begrip, verantwoordelijkheid en respect voor ieders eigenheid zijn cruciale processen. Daarnaast zal de mentor aandacht besteden aan pesten in het algemeen. Mentoren worden indien nodig geschoold om dit onderwerp op een verantwoorde wijze onder de aandacht van leerlingen te brengen en om op juiste wijze te handelen indien in de mentorklas sprake is van (cyber)pesten en/of andere vormen van agressie. Belangrijk is dat dit een vast onderdeel in het jaarprogramma is en er richtlijnen binnen de school gehanteerd worden hoe men moet omgaan met pestgedrag. Het is belangrijk dat leerlingen (de gepeste en omstanders) weten wat ze moeten doen in geval van pesten.

Voor ouders van leerlingen uit het tweede en derde leerjaar wordt ieder jaar een thema-avond georganiseerd. Om een zo groot mogelijk publiek te bereiken wordt deze thema-avond bij voorkeur aan een andere gelegenheid (bijv. kennismaking) gekoppeld.

In de lessen informatiekunde en/of studielessen wordt specifiek aandacht besteed aan cyberpesten. Dit onderwerp zal deel uitmaken van het bredere thema 'mediawijsheid' dat binnen het curriculum onder de aandacht van alle leerlingen gebracht wordt.

3.2 Het pesten herkennen.

Het melden van een pestprobleem kan op verschillende wijzen:

- de leerling meldt zelf dat hij/zij gepest wordt;
- de mentor komt door gesprekken met anderen achter het pestprobleem (melding door derden);
- de mentor krijgt andere signalen waardoor hij/zij denkt dat er mogelijk sprake is van pesten. Deze signalen kunnen zijn: opvallende gedragsverandering, vreemde reacties op opmerkingen, vaker ziek zijn, slechter maken van proefwerken of overhoringen, slecht/niet maken van huiswerk, etc.

Als pesten wordt gemeld, door wie dan ook, is er actie vereist. In dit proces kan de mentor altijd gebruik maken van de expertise van interne/externe zorgverleners. De school heeft een actieve rol en een verantwoordelijkheid als bij één of meerdere leerlingen door ruzies of pesterijen het gevoel van veiligheid op school in het geding is. Dit geldt ook in situaties waarbij de oorsprong buiten school ligt.

Direct na een melding van pestgedrag gaat de mentor in gesprek met het slachtoffer. Doel van dit gesprek is om zo veel mogelijk informatie over het pestgedrag te krijgen. Wat wordt er gedaan? Wanneer wordt er iets gedaan? Wie heeft daarin welke rol? In dit gesprek geeft de mentor aan dat hij ook in gesprek gaat met de andere betrokkenen om hun versie van het gebeuren te horen. De mentor past het principe van hoor en wederhoor toe zonder hierin een schuldige aan te wijzen. Alle betrokkenen hebben hun aandeel in het probleem. De mentor gaat met alle betrokkenen op zoek naar oplossingen, belangrijk is hierbij aandacht te schenken aan de gezamenlijke verantwoordelijkheid.

Behalve met het slachtoffer en de daders is het vaak ook verhelderend om in gesprek te gaan met de andere personen. In een groepssituatie hebben we vaak te maken met verschillende rollen zoals pesters, meelopers, helden en slachtoffers. Vaak zien we deze als klasgenoten die niet rechtstreeks iets met het gedrag te maken hebben. Zo 'n gesprek kan een groepsgesprek of een individueel gesprek zijn, geheel afhankelijk van de situatie. Belangrijk in dit gesprek is te melden dat iedereen erbij hoort en wanneer mensen aangesproken worden op gedrag, zij dit mogen afwijzen, maar nooit de persoon in kwestie afwijzen.

Als een mentor pesterijen constateert, wordt dit besproken met de teamleider, coördinator leerlingenzorg of zorgcoördinator. Deze kunnen in een vervolg op de situatie mogelijk een actieve rol vervullen of andere professionals erbij betrekken. Indien er sprake is van pestgedrag dat ook buiten de school optreedt of vooral via sociale media, zoals Facebook, Snapchat, Instagram, etc. plaatsvindt zal ook expliciet bekeken worden welke rol de schoolagent hierin kan spelen ter ondersteuning.

3.3 Werken aan herstel.

In een gesprek geeft het slachtoffer aan wat hij/zij nodig heeft om zich weer veilig te voelen. Het kan gaan om het veranderen van het gedrag in de groep, maar er wordt ook gekeken of het slachtoffer zijn of haar gedrag op eigen kracht of met externe hulp kan bijstellen.

Wanneer duidelijk is wat er nodig is om het probleem op te lossen, worden er afspraken gemaakt. Met de dader/veroorzaker wordt de bereidheid om aangerichte schade (in meest brede zin van het woord) te herstellen onder de loep genomen. De dader zal dan moeten doen wat nodig is om de schade te herstellen. Ook met het slachtoffer, en indien nodig met de hele klas, worden afspraken gemaakt.

De mentor neemt contact op met de betrokken ouders/verzorgers van beide partijen. Zij hebben een steunende en corrigerende rol voor het slachtoffer en de dader.

De mentor evalueert, na een vooraf afgesproken periode, de gemaakte afspraken met alle betrokkenen. Hij gaat bij het slachtoffer, de dader, de klas en ouders na of de situatie verbeterd is. Als dat zo is, blijft het groepsproces een aandachtspunt voor de mentor. Als de situatie nog niet naar wens is, zullen er nieuwe acties nodig zijn en

ingezet worden.

Als blijkt dat de problemen zo groot zijn dat ze mentor of laag overstijgend zijn, dan wordt er een beroep gedaan op de interne zorgverleners en/of het Zorg Advies Team.

Bespreekpunten voor beleidsgroep;

1. invoering mediation onder leerlingen
2. concretiseren positieve groepsvorming
3. jaarplanning mentoraat/leerweg/laag gericht op preventie/info-overdracht pestgedrag

3.4 Het vijfstappenplan tegen pesten.

Stappen die gevolgd kunnen worden bij pestgedrag:

1. Signaleren van het probleem

Analyse maken van het probleem door gesprekken te voeren met:

Slachtoffer

- Wat is er gebeurd?
- Wat dacht je toen het gebeurde?
- Hoe denk je er nu over?
- Wat is het ergste voor je?
- Wat heb je nodig om geholpen te worden of te herstellen?

Pester

- Wat is er gebeurd?
- Wat dacht je toen het gebeurde?
- Hoe denk je er nu over?
- Wie hebben er welke schade door jouw gedrag opgelopen?
- Wat kun je doen om gedrag te veranderen, wat moet er gebeuren om te herstellen?
- Wie kan je daarbij helpen?

Ouders/Omstanders

- Inzetten op de gewenste situatie, wat is er nodig bij hulpbronnen.
- Welke vaardigheden zijn daarvoor nodig?
- Wie ziet of merkt evt. veranderingen en hoe dan?

2. Overleg na analyse met collega, teamleider, zorgcoördinator, interne hulpverlener.

3. Plan van aanpak, dit kan gericht zijn op:

- Niet straffen maar herstellen van aangerichte schade.
- Straffen als aantoonbaar schoolregels overtreden zijn. Strafmaatregelen kunnen dan genomen worden (als er sprake is van o.a. mishandeling, vernieling van

andermans

eigendom of ernstige bedreiging).

- Aangifte bij politie.
- Peer mediation (= vorm van conflictbemiddeling tussen leeftijdsgenoten).

- Opstellen contract of non-contract (afpraak die leerling met zichzelf maakt).
- Inzethulpverlening.

4. Beslissing nemen en hulp op gang brengen, periode vaststellen.

5. Evalueren van de aanpak met alle betrokkenen, zo nodig de aanpak bijstellen.

6. Nazorg, leerling goed blijven volgen, indien nodig weer ingrijpen.

4. Cyberpesten.

4.1 Wat is cyberpesten?

Cyberpesten of digitaal pesten is een manier van pesten waarbij de pesters gebruik maken van digitale middelen zoals het internet of hun mobiele telefoon om iemand te kwetsen. Dit kan door kwetsende foto's of beelden toe te zenden of kwetsende zaken over iemand verspreiden via verschillende sociale media. Op deze manier probeert de pester macht uit te oefenen over de gepeste.

Er zijn uiteraard een aantal gelijkenissen tussen cyberpesten en 'gewoon' pesten zoals:

- Beide vormen van pesten zijn kwetsend en schadelijk.
- De pester oefent macht uit op de gepeste.
- Het pesten gebeurt systematisch.
- Het pesten kan langdurige psychologische en emotionele gevolgen hebben voor de gepeste.

Toch zijn er ook een aantal duidelijk verschillen:

- Cyberpesten is intensiever omdat het pesten niet ophoudt als het slachtoffer thuis is.
- De pester kan anoniem pesten.
- De pester heeft een technische superioriteit over de gepeste.
- De geplaatste berichten kunnen ook door anderen (niet klasgenoten) gelezen en gezien worden.
- De berichten kunnen voor altijd zichtbaar blijven op het internet.
- Cyberpesten wordt door de dader onderschat omdat de gevolgen ervan niet rechtstreeks zichtbaar zijn.

4.2 Wat te doen bij cyberpesten?

Cyberpesten en klassiek pesten gaan vaak samen. Als een leerling op school gepest wordt, gaat dit vaak verder na school via de digitale weg. De aanpak van cyberpesten dient samen te gebeuren. Een eerlijke, duidelijk communicatie tussen school, leerlingen en ouders over deze problematiek is erg belangrijk.

Als leerkracht is het belangrijk leerlingen te sensibiliseren op het gebied van pesten online (en offline). Wacht niet af tot er pesterijen opduiken om iets te ondernemen. Een constructieve houding voor dit onderwerp door dit vooraf bespreekbaar te

maken is noodzakelijk. Zo leer je leerlingen respect te hebben voor zichzelf en elkaar en voor de mogelijke gevolgen van (cyber)pesten.

Stimuleer de leerlingen in de klas of in groepjes om zich online netjes te gedragen.

Maak bespreekbaar met hen welke mogelijkheden het internet biedt en hoe daarmee om te gaan. Help de leerlingen in te zien wat de gevolgen voor zowel de pester als de gepeste kan zijn door cyberpesten. Belangrijk is dat de jongeren inzien dat haatmails, foto gebruiken of doorsturen zonder toestemming, zich voor iemand anders uitgeven, racisme, radicalisering enz. daden zijn die bij wet verboden zijn en dus nare gevolgen kan hebben voor de pester of zijn/haar ouders.

Als er zich wat voordoet, ga dan niet meteen op zoek naar die schuldige, maar schenk aandacht op het welzijn en welbevinden van de leerlingen. Samen in gesprek gaan om zo een oplossing te vinden tegen het pesten is belangrijk. Als de pester bekend is, spreek hem/haar en de ouders erop aan, zodat de problemen aangekaart en opgelost kunnen worden.