



Utrecht

Anti-Pestprotocol

Vastgesteld: Januari 2016

Geactualiseerd: Juli 2018

Inhoudsopgave:

1. Visie
2. Theorie
3. Aanpak
4. Stroomdiagram actie bij pesten
5. Achtergrondinformatie

Bijlages

- Bijlage 1 - Ouders
- Bijlage 2 – Digitaal pesten
- Bijlage 3 – De steungroepaanpak van pesten
- Bijlage 4 – Materiaal

1. Visie

Leren en je veilig voelen op school. Dat hoort bij elkaar!

Dit is één van de uitgangspunten van de leerlingbegeleiding op de Passie Utrecht.

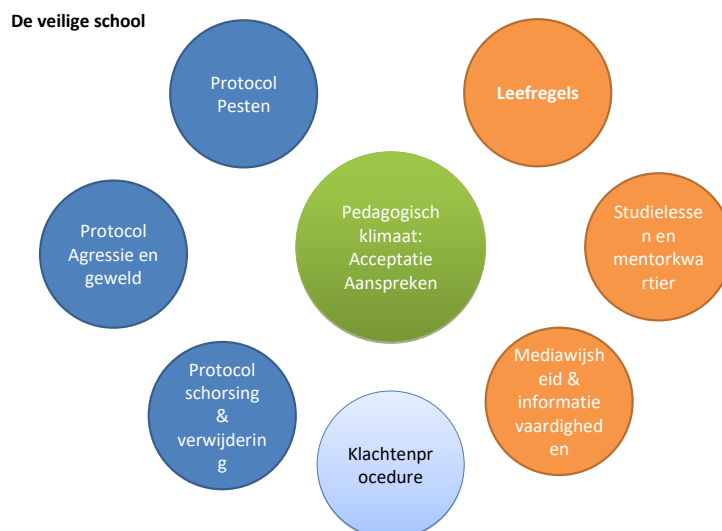
We willen een veilige leeromgeving bieden waar we leerlingen vormen en opleiden tot studenten die Christus hebben leren kennen. Tot jongeren die hun plaats in een vervolgstudie of in de maatschappij kunnen innemen als levende brief van Christus.

We spreken hiermee heel duidelijk uit dat we al onze leerlingen een veilig pedagogisch klimaat willen bieden waarin zij zich harmonieus kunnen ontwikkelen en waarin goede leerprestaties mogelijk zijn. Docenten, onderwijsondersteunend personeel, sectorleiders en schoolleiding bevorderen deze ontwikkeling door het scheppen van een open en prettige werksfeer in de klas en daarbuiten. Door deze geledingen binnen de school overzichtelijk en herkenbaar te maken, draagt de organisatie van de school bij aan het gevoel van veiligheid.

Het moet zo voor iedere leerling mogelijk worden om te ervaren dat hij of zij kan zijn wie hij of zij is. Er is ruimte voor iedereen om zichzelf te zijn, zolang dat niet betekent dat de afgesproken regels overtreden worden of dat iemands persoonlijke grenzen overschreden worden. Pesten betekent immers dat persoonlijke grenzen overschreden worden en dat past niet in een prettig en veilig klimaat voor iedereen.

Het pestprotocol is geschreven voor de medewerkers van de school en is ook in te zien door ouders en leerlingen. Het pestprotocol laat zien hoe de school omgaat met pesten. Het maakt onderdeel uit van de protocollen die binnen de leerlingbegeleiding gehanteerd worden. Het pestprotocol is tegelijkertijd ook onderdeel van het schoolveiligheidsplan en daarmee verbonden met onderwerpen als schorsing en verwijdering van leerlingen en ongewenst gedrag.

Het hoofddoel van het protocol is het voorkomen en bestrijden van pesten door alle betrokkenen duidelijkheid te geven over een ieders rol. Daarnaast heeft het een informatieve en verwijzende functie. Het protocol beschrijft wat we onder pesten verstaan, hoe pesten voorkomen kan worden en hoe we pesten aanpakken. Voor dit protocol is gebruik gemaakt van het landelijke protocol Pesten.



Op de Passie gaan we uit van respect voor ieders persoonlijkheid, gevoelens, mogelijkheden en verantwoordelijkheden in de school.

In bovenstaand model is te zien hoe een veilige school wordt gerealiseerd. Een veilige school wordt op de Passie nagestreefd door middel van een pedagogisch klimaat. Hierbij staan twee begrippen centraal: acceptatie en aanspreken. We accepteren elkaar zoals we zijn, maar dit houdt ook in dat we elkaar aanspreken op gedrag indien dit nodig is. Binnen dit pedagogische klimaat spelen de factoren een rol die in het model terug te zien zijn.

We willen op school op een goede manier met elkaar omgaan. Daarom hebben we als school een aantal leefregels opgesteld. De grootste leefregel vinden we terug in de Bijbel: heb God lief boven alles en je naaste als jezelf en acht een ander belangrijker dan jezelf.

Binnen dit model is een contextuele benadering van belang. Hierbij staat de leerling in relatie tot de omgeving. Als leerling sta je in relatie tot de mensen op je heen. Dit zijn de medeleerlingen, docenten en ouders. Het is belangrijk om de context van de leerling mee te nemen wanneer het gaat over het functioneren van de leerling. In *bijlage 1* is informatie te vinden voor ouders van gepeste kinderen.

Door middel van dit pestprotocol wordt er meegewerkt aan het creëren van 'de veilige school'.

2. Theorie

2.1 Plagen of pesten

Wat de één ervaart als ongewenst gedrag, hoeft dat voor een ander niet te zijn. Wat voor de één een grapje of een plagerijtje is, kan door de ander als enorm vervelend of kwetsend ervaren worden. Wat misschien niet persoonlijk bedoeld is, kan iemand direct raken. Het wordt een probleem als je er samen niet meer uitkomt.

Plagen

We spreken over plagen wanneer leerlingen min of meer aan elkaar gewaagd zijn. Het vertoonde gedrag is onschuldig en nodigt uit tot een reactie met eenzelfde karakter. Het gaat dan om een spel, dat door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren. Plagen is niet systematisch en heeft geen nadelige gevolgen voor degene die het ondergaat.

Er is sprake van een pedagogische waarde: door elkaar eens uit te dagen, leren kinderen heel goed om met allerlei conflicten om te gaan. Dat is een vaardigheid die hen later in hun leven van pas komt bij conflicthantering.

Pesten

'Pesten is het systematisch uitoefenen van psychische en/of fysieke mishandeling door een of meerdere personen op een persoon die niet in staat is zichzelf te verdedigen. Bij pesten is de macht ongelijk verdeeld. Pesten heeft negatieve effecten voor het slachtoffer. Deze mag niet voor zichzelf opkomen noch zichzelf verweren. Doet hij dit wel, dan kan dat reden voor de pester zijn het slachtoffer nog harder aan te pakken.' (Pestdeskundige Bob van der Meer, maker van www.pestten.net).

We spreken over pesten als iemand het gedrag van een ander ervaart als ongewenst. Degene die het ondergaat, bepaalt dus of er sprake is van pesten.

Het specifieke van pesten ligt in het bedreigende en vooral systematische karakter van bepaald gedrag. We spreken van pestgedrag als het regelmatig gebeurt, waardoor de leerling zich niet langer veilig voelt in de school. Bij pesten wordt een slachtoffer uitgezocht om de baas over te spelen. Er is sprake van een machtsongelijkheid. De gepeste is niet meer in staat voor zichzelf op te komen en ondervindt duidelijk nadelige gevolgen.

Pesten:

- Ongewenst
- Psychische en/of fysieke mishandeling
- Regelmatig terugkerend
- Systematisch en bedreigend
- Macht ongelijk verdeeld
- Negatieve effecten voor het slachtoffer

2.2 Voorbeelden van specifiek pestgedrag

Pesten kan diverse vormen aannemen. Hieronder volgen vijf categorieën met bijhorende voorbeelden.

Verbaal

Schelden, dreigen, belachelijk maken, uitlachen of een bijnaam geven op basis van lichaamskenmerken of handicap, (etnische) afkomst, geloof of seksuele voorkeur of naar aanleiding van een verkeerd antwoord in de klas; ongewenste sms'jes sturen; via mail of chatprogramma's opmerkingen verspreiden (*bijlage 2: digitaal pesten*); het gebruiken van mobiele telefoons of websites met de bedoeling iemand zwart te maken door het verzenden van opmerkingen en/of foto's of filmpjes.

Fysiek

Trekken, duwen, spugen, schoppen, slaan, laten struikelen, krabben, bijten, aan de haren trekken; seksuele intimidatie.

Intimidatie

Een leerling achterna blijven lopen of ergens opwachten, iemand in de val laten lopen, de doorgang versperren of klem zetten tussen de fietsen; dwingen om bezit af te geven of geld of andere zaken mee naar school te nemen.

Isolatie

Uitsluiten door een klasgenoot voortdurend duidelijk maken dat hij of zij niet gewenst is; doodzwijgen.

Stelen of vernielen van bezittingen

Afpakken, beschadigen en kapotmaken van persoonlijke spullen.

2.3 Een nieuwe vorm van pesten: cyberpesten

Tegenwoordig speelt media een grote rol in de samenleving. Hierdoor is een nieuwe vorm van pesten mogelijk geworden. Deze nieuwe vorm van pesten wordt ook wel cyberpesten, online pesten of digitaal pesten genoemd. Kort gezegd is cyberpesten: pesten waarbij gebruik gemaakt wordt van elektronische middelen. Cyberpesten heeft net als pesten grote gevolgen voor het slachtoffer. Het heeft een negatieve impact op het mentaal welzijn en sociaal functioneren van slachtoffers. Een belangrijke eigenschap van cyberpesten is het ontbreken van non-verbale feedback, waardoor het verschil tussen een geintje en intentioneel pestgedrag moeilijker is vast te stellen.

De meest voorkomende middelen van digitaal pesten zijn:

- Anonieme mailtjes
- Schelden of dreigen via mediacommunicatie
- Plaatsen op internet van foto's of privégegevens van een ander

De Amerikaanse onderzoekster Nancy Willard van de site Cyberbully.org verdeelt het cyberpesten in de volgende categorieën:

- Flaming: online gevechten middels elektronische scheldberichten die over en weer worden gestuurd bijvoorbeeld in een chat.
- Harassment: het herhaaldelijk sturen van scheldberichten, in e-mail of chat.
- Dissing: het online kwaadaardig roddelen over iemand om hem of haar reputatie en goede naam te beschadigen.
- Outing: het openbaar maken van privéfoto's of filmpjes van iemand. Dat kan via het doorsturen met een mobieltje, maar ook door het maken van een website over deze persoon.
- Tickery: uitlokken dat iemand privé-informatie geeft om dit vervolgens online te zetten of aan anderen te versturen.
- Exclusion: het isoleren van iemand van de groep door bijvoorbeeld in een gezamenlijke chat niet tegen iemand te chatten.
- Cyberstalking: het herhaaldelijk en veelvuldig lastig vallen van iemand. Bijvoorbeeld door wanneer iemand online komt en wil chatten, hem of haar meteen lastig te vallen of door iemand elke dag tientallen scheldmails of – sms'jes te sturen.

3. Aanpak

3.1 Preventief beleid

Er zijn duidelijke leefregels in de school die worden besproken met elke klas. Aan de hand van leerlingengegevens kan een sociogram gemaakt worden en er wordt op een gestructureerde manier gewerkt aan het groepsvormingsproces via lessen over pesten en werken aan vertrouwensband. Daarnaast heeft het hele team een monitorfunctie.

De mentor

De mentor speelt een belangrijke rol in het tot stand brengen van een veilig klassenklimaat vanaf de allereerste kennismaking in juni.

In de introductieweek in augustus/september is er een kennismakingsprogramma waarin de leerlingen van de brugklas 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, het samenwerken, het geven en ontvangen van feedback.

Door middel van het formuleren van positief gestelde vragen geeft de klas duidelijkheid over hoe ze met elkaar om willen gaan. Vragen zoals 'Hoe ziet een leuke klas eruit?' of 'Hoe wil je zelf behandeld worden?' De leerlingen formuleren zelf hoe ze met elkaar om willen gaan en schrijven de omgangregels op in hun mentorschriftje. De regels kunnen ook op een groot vel papier geschreven worden dat wordt ondertekend door de hele klas en opgehangen in het lokaal.

Acceptatie begint bij *respect!* Het uitgangspunt van het leefkader van onze school is: *'Wij hebben de Here God lief boven alles. We achten de ander uitnemender dan onszelf. We laten dat zien door ons hart, ziel, verstand en kracht in te zetten voor God en onze naaste.'*

De omgangregels worden positief geformuleerd, bijvoorbeeld:

- we luisteren naar elkaar
- we laten elkaar uitspreken
- we blijven van elkaar af
- we blijven van elkaars spullen af
- we sluiten niemand buiten
- we lossen ruzies op door met elkaar te praten
- als we vertellen dat iemand gepest wordt, is dat geen klikken
- iedereen kan zichzelf zijn
- iedereen laat duidelijk blijken dat hij /zij iets niet wilt
- als iemand duidelijk maakt dat hij / zij iets niet wilt, stoppen we
- we houden ons aan de regels

De klas bespreekt wat het verschil is tussen plagen en pesten en spreekt af dat degene die het ondergaat bepaalt of het om plagen of pesten gaat. Uiteraard worden er ook consequenties afgesproken wanneer een klasgenoot zich niet aan de zelfopgelegde omgangregels houdt.

Na de introductie wordt in de wekelijkse studielessen in klas 1 en 2 verder aandacht besteed aan het sociale klimaat door middel van o.a. klassengesprekken, gezamenlijke opdrachten, leefstijllessen (zie studieprogramma omgangslessen). In de mentorlessen (eveneens wekelijks) is er ruimte voor individuele gesprekken met de mentor. Het is van belang om aandacht te besteden aan de omgang met elkaar via sociale media. Hierbij wordt de privacy van elkaar in acht genomen (*bijlage 2: digitaal pesten*).

In klassen waar er een verschillende groepen samenkomen, zoals vaak in havo 4, is het wenselijk om het samenwerkingsproces apart aandacht te geven. Bij voorkeur in een introductieprogramma.

Materiaal

Aanwezig materiaal dat gebruikt kan worden:

- Pesttest voor de klas (*bijlage 4*)
- Boeken uit de mediatheek

Tijdens één van de eerste klassenlessen aan het begin van het schooljaar (in onder én bovenbouw) worden de klassenregels en leefregels nog een keer besproken zodat ze voor iedereen weer duidelijk zijn. Ook kunnen leerlingen die gepest zijn of bovenbouw-leerlingen die als tutor fungeren, uitgenodigd worden om over hun ervaringen te vertellen.

3.2 Curatief beleid

De steungroepaanpak

Positief en oplossingsgericht

De steungroepaanpak (*bijlage 3*) is een snelle, praktische manier om het pesten te stoppen. Het is een oplossingsgerichte aanpak, die aansluit bij de mogelijkheden van leerlingen en die het positieve gedrag stimuleert. Het probleem wordt niet bij de individuele leerling neergelegd. Pesten is een probleem dat de hele groep aangaat. Ook andere leerlingen lijden eronder, want de sfeer in de groep wordt onveilig en onaangenaam. Leerlingen doen mee met de pester of houden zich afzijdig om niet óók het slachtoffer te worden. De sfeer in de groep wordt dan steeds meer gekenmerkt door competitie, negatieve feedback en angst.

De steungroepaanpak heet naar de groep leerlingen die gevormd wordt. Deze groep gaat zich verantwoordelijk voelen, en probeert de gepeste leerling te steunen. Ze bedenkt concrete acties om een leerling weer mee te laten doen, opdat het zich weer prettig en veilig voelt op school. Het resultaat is dikwijls groot. Het ongewenste gedrag neemt zienderogen af en het gepeste gedrag is vaak meteen over. In principe is de mentor eigenaar van het proces (casemanager). In ernstige gevallen kan dit worden overgenomen door de coördinator leerlingbegeleiding van de betreffende afdeling, de sectorleider, schoolpsycholoog of directeur.

Er zijn enkele situaties waarin de steungroepaanpak niet kan worden toegepast. Bijvoorbeeld als de leerling na uitleg nog steeds niet wil dat er anderen bij betrokken worden. Er zijn ook andere situaties waarin de steungroepaanpak niet passend is, zoals wanneer er sprake is van seksuele intimiderend gedrag, strafbaar gedrag of cyberpesten.

Stappenplan

Stap 1 – Feiten

Nadat er gemeld is dat er sprake is van pesten gaat de mentor na wat er op school bekend is over de betrokken leerling en pester(s). Alle gegevens worden geanalyseerd. Dit gebeurt door de mentor in samenwerking met de coördinator leerlingbegeleiding en/of de schoolpsychologe.

Stap 2 – Beleving

Na stap 1 moet er antwoord gegeven kunnen worden op de volgende vragen:

- Wat zijn de oorzaken van het pestgedrag?
- Wat was de aanleiding?
- Hoe ernstig/frequent/langdurig was/is het pestgedrag?
- Welke problemen spelen een rol bij het slachtoffer en de dader?

- Welk standpunt neemt de mentor (samen met evt. andere betrokkenen) in over de zaak?

Met deze gegevens wordt contact opgenomen met de ouders van betrokken slachtoffer en dader(s). In eerste instantie om ouders op de hoogte te brengen van het probleem, maar ook om eventueel aanvullende informatie te verkrijgen en suggesties voor een plan van aanpak. Dit gebeurt uiterlijk op de vijfde dag na de melding.

Stap 3 – Interactie

De steungroepaanpak valt uiteen in tenminste vier gesprekken. Onderstaand een richtlijn voor deze gesprekken.

Gesprek 1

a. Na overleg met degene die het pesten heeft gemeld, inventariseert de mentor samen met het slachtoffer:

- Wie erbij betrokken zijn;
- Wat er precies gebeurd is;
- Waar en op welke tijdstippen het gebeurd is;
- Hoe lang het pestgedrag gaande is;
- Welke aanleidingen er zijn voor het pestgedrag;
- Of het slachtoffer eerder gepest is;
- Wat het op emotioneel niveau doet met de betrokkene.

Dit gesprek is neutraal, empathisch, zonder te oordelen. Gebruik het eigen beeld van het ‘slachtoffer’ (van de situatie) om omstanders, pesters en vrienden te identificeren. Concentreer je op het soort gebeurtenissen dat plaatsvindt. Het slachtoffer mag praten over wat hij/zij denkt dat nuttig is om te vertellen. Stel geen vragen waaruit veroordeling blijkt. Geen vragen zoals: ‘Wat deed je dan waardoor hij dat (pesten) deed?’.

b. Hierna geeft de mentor uitleg aan het slachtoffer over de steungroepaanpak. Bij deze aanpak worden pesters niet gestraft. Integendeel, ze worden tezamen met vrienden van het slachtoffer en een aantal neutrale leerlingen betrokken bij een constructieve oplossing van het probleem. Meestal bestaat de steungroep uit twee vrienden, twee neutrale leerlingen en twee pesters. Voorbeeldvragen om de steungroep te identificeren zijn: ‘Wie zijn de meest bedreigende personen?’ (pesters), ‘Wie staan erbij en kijken ernaar?’ (omstanders), ‘Wie zijn voor jou nu al ondersteunend?’ (vrienden) of als die er niet zijn: ‘Wie zie je als vrienden en mogelijke vrienden?’.

c. De mentor geeft bij het slachtoffer aan dat hij eerst een gesprek gaat voeren met de leerlingen die, in overleg, betrokken worden bij de aanpak van het ongewenste gedrag. Ook maakt hij een vervolgspraak met het slachtoffer. Voorbeeldvraag: ‘Over een week hebben we een nieuwe afspraak: vertel me dan wat er veranderd is, oke?’.

Gesprek 2

a. Het slachtoffer is bij dit gesprek niet aanwezig. Het gesprek wordt gevoerd met pesters (twee of drie leerlingen), omstanders (neutraal ten opzichte van het pestgedrag; twee leerlingen) en vrienden van het slachtoffer (twee of drie leerlingen).

b. Vooraf stelt de mentor de groep gerust. Zorg dat geen van de kinderen gelabeld wordt vanwege de selectie voor deze groep, het feit dat ze in een gemengde groep zitten maakt dat makkelijker. De mentor vraagt hen vanuit een neutrale positie om hun gezamenlijke hulp: “Er zit in jullie klas een leerling die ongelukkig is. Kunnen jullie me helpen? Jullie zijn daartoe het beste in staat.” In deze fase mag absoluut niet het woord ‘pesten’ of ‘pester’ gebruikt worden. Stel de leerlingen gerust door middel van bijvoorbeeld de volgende opmerkingen: ‘Jullie zitten hier niet vanwege iets wat je misdaan

hebt of zo, maar we hebben jullie hulp nodig!', 'Jullie zijn gekozen, omdat elk van jullie in staat is om ons te helpen'. De naam van de pester wordt niet direct door de mentor genoemd, maar eerst wordt er gekeken of het uit de leerlingen zelf komt. Wanneer pesters zich verontschuldigen en een reden geven voor hun gedrag, kan de mentor op een positieve manier ingaan op deze informatie: 'Handig dat je dit zegt, ik kan het hier met het slachtoffer over hebben'. Pestgedrag kan namelijk voortkomen uit gedrag van het slachtoffer wat eenvoudig gewijzigd kan worden.

c. De mentor is empathisch en vraagt aan de leerlingen of zij wel eens ongelukkig zijn. Hij heeft het daarbij nog niet over de gevoelens van het slachtoffer. Een voorbeeldvraag: 'Was jij wel eens ongelukkig?'. Vervolgens concludeert hij dat het slachtoffer zich ook vaak zo moet voelen en benadrukt hij dat niemand op school ongelukkig mag zijn.

d. De mentor gaat niet in op ontkenningen van pestgedrag en wijst op wat de leerlingen gezamenlijk gaan doen om het slachtoffer te helpen. Je blijft weg van het onderwerp 'daders'. De leerlingen kennen het slachtoffer het best en weten waarom en wanneer het slachtoffer ongelukkig is. Ook weten zij wat daaraan te doen is. De mentor wacht op oplossingen die de leerlingen zélf aandragen en spreekt zijn waardering uit over het enkele feit dat de leerlingen meedenken over de oplossing van het probleem. Het doet er niet toe wat de leerlingen suggereren, het gaat om het in gang zetten van het proces. Vervolgens legt de mentor het realiseren van de oplossingen bij de leerlingen. Zij moeten het doen! Voorbeeldvragen: 'Is er iets wat jij zou kunnen doen? Een klein dingetje?', 'Dat maakt vast verschil voor X als ze zo gaan doen!'.

e. De mentor draagt nadrukkelijk de verantwoordelijkheid van de aanpak over aan de leerlingen. Zij worden eigenaren van het plan. Dit maakt de steungroepaanpak zo effectief.

f. Er worden geen beloftes gedaan of opdrachten meegegeven. Wel maakt de mentor een vervolgspraak met de leerlingen om na te gaan of hun aanpak geslaagd is.

Uiteraard gaat deze bijeenkomst soms beter, soms minder goed, maar merkwaardig genoeg maakt het voor de effectiviteit van de ingreep niets uit, als die overdracht van het eigenaarschap maar heeft plaatsgevonden.

Gesprek 3

a. De mentor voert na ongeveer twee weken een vervolgsprek met het slachtoffer. Daarin worden de volgende vragen aan de orde gesteld: 'Hoe staan de zaken nu?', 'Hoe kun je meer vrienden krijgen en zelf iets aan je situatie veranderen?'. De mentor kan de motieven die de pesters voor hun gedrag gegeven hebben bespreekbaar maken, indien dit relevant is ter verbetering van de situatie.

b. Het is belangrijk dat de mentor voor elk succes een compliment geeft.

c. Wanneer het slachtoffer dat wil, kan de mentor een vervolgspraak maken. Dit is echter niet noodzakelijk.

Gesprek 3 en 4 vinden rond dezelfde tijd plaats.

Gesprek 4

a. In dit gesprek bekijkt de mentor met de steungroep hoe het gesteld is met hun plannen ter verbetering van de situatie. Ook hier vraagt de mentor naar de stand van zaken. Bovendien vraagt hij de leerlingen of het slachtoffer zich naar hun mening gelukkiger is en zich beter voelt.

b. Wanneer de leerlingen aangeven dat het slachtoffer zich inderdaad gelukkiger voelt en de situatie in dat opzicht verbeterd is, vraagt de mentor hen naar hún bijdrage in die ontwikkeling. Hij geeft aan dat dit het resultaat is van hun inspanningen en complimenteert hen voor iedere poging en elk succes.

Voorbeeldvragen:

- Wat heb jij gedaan om daarbij (het gelukkiger worden) te helpen?
- Hoe kun je dat merken?
- Hoe kun je dat weten?
- Hoe deed je dat?
- Hoe lukte dat?

c. De mentor grijpt onder geen beding terug op de in het vorige gesprek besproken suggesties. Dit gesprek is namelijk resultaatgericht.

d. De mentor spreekt zijn goedkeuring uit en bedankt de leerlingen voor hun inzet. Ook stimuleert hij hen om hun aanpak van de situatie voort te zetten.

e. Indien de mentor dit nodig acht, maakt hij een vervolgspraak met de leerlingen ten behoeve van de steungroepaanpak.

Gesprek 5 – Erkenning

a. De mentor vraagt de leerlingen van de steungroep aanwezig te zijn bij een afrondend gesprek. Tijdens dit gesprek geeft hij de leerlingen een beloning voor hun inzet in de vorm van een traktatie, een certificaat of iets dergelijks.

b. De mentor informeert de ouders van het slachtoffer en leerlingen die deelgenomen hebben in de steungroepaanpak over de situatie en het resultaat van de aanpak.

Evaluatie

a. De mentor informeert indien nodig het docententeam over de resultaten van de steungroepaanpak.

b. Het is belangrijk dat de mentor met enige regelmaat peilt bij het slachtoffer en de daders of het pesten werkelijk is opgehouden. Dit kan in een individueel gesprek. Hoe dan ook: wanneer het pesten nog niet geheel is gestopt, dient (een deel van) het traject opnieuw doorlopen te worden met dezelfde steungroep of met een groep in andere samenstelling. Het plan van aanpak zal bijgesteld moeten worden.

De gesprekken hierboven zijn richtlijnen, indien er meerdere gesprekken nodig zijn is dit mogelijk.

Rapportage

Van alle gesprekken dient door de mentor een verslag te worden gemaakt en opgeslagen te worden in magister. Ook moet dit gecommuniceerd worden aan de coördinator leerlingbegeleiding. Van alle stappen dient een korte melding te worden gemaakt in het dossier (dus: elk (telefoon)gesprek en iedere handeling). Alle rapportages/brieven etc. dienen voorzien te zijn van datum en wie de actie heeft afgehandeld. Dit geldt ook voor alle nog te volgen stappen in de andere fasen.

Na elk gesprek is het nuttig met de ouders te overleggen over hoe zij de veranderingen zien. Dit bestendigt en/of verbetert de (eerder door de problemen misschien verstoorde) verstandhouding met de school aanmerkelijk.

In ernstige gevallen of wanneer het pesten niet stopt, kan het nodig zijn om verdere stappen te ondernemen. Mogelijke stappen zijn hierbij (tijdelijke) schorsing of in uiterste gevallen aangifte bij de politie. Er kan een wijkagent betrokken worden bij bedreigende situaties.

Wat is strafbaar?

- Belediging (art 266 en 271 SR)
- Belaging (stalking art 285 br SR)
- Bedreiging (art 285 SR)
- Computervredebreuk
- Laster en smaad (art 261 262 268 SR)
- Uitlokking minderjarige ontuchtige handelingen (art 248 SR)

3.3 Cyberpesten

In *bijlage 2* wordt er ingegaan op de volgende twee vragen:

- Wat kun je doen om digitaal pesten te voorkomen?
- Wat kun je tegen digitaal pesten doen?

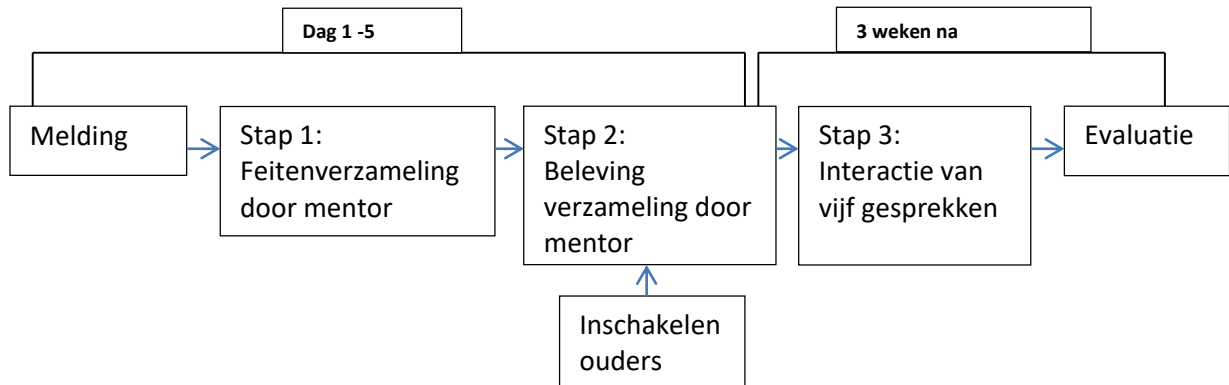
De volgende punten zijn aangegeven om digitaal pesten tegen te gaan:

- Niet altijd persoonlijk opvatten
- Negeer pestmails, sms of chat
- Krijg je pestmails blokkeer dan de afzender
- Praat erover
- Bewaar de bewijzen
- Benader contactpersoon op school
- Aangifte doen bij de politie
- Wees zuinig op je wachtwoorden.

De steungroepaanpak kan ook ingezet worden wanneer er sprake is van cyberpesten. Het is alleen lastiger tegen te gaan, omdat het vaak ongemerkt plaats vindt. De steungroep zal dus andere manieren moeten bedenken om ervoor te zorgen de gepeste geen last meer zal hebben van cyberpesten. Met de juiste begeleiding en overdracht van verantwoordelijkheid aan de steungroep is het een manier om cyberpesten aan te pakken.

Daarnaast kan het goed zijn om individuele gesprekken met de gepeste te voeren door bijvoorbeeld de mentor, coördinator leerlingbegeleiding of schoolpsychologe.

4. Stroomdiagram actie bij pesten



Stap 3 – Interactie tussen gepeste-mentor en groep-mentor



5. Achtergrond informatie

Er zijn allerlei instanties die zich bezighouden met pesten en andere vormen van ongewenst gedrag, zowel in de vorm van voorlichting en preventie als in de vorm van hulpverlening.

5.1 Instanties

Binnen de school

Een veilige leer- en werkomgeving is één van de belangrijkste voorwaarden om tot leren en ontwikkelen te komen. In het Schoolveiligheidsplan is beschreven hoe we de school(omgeving) zo veilig en prettig mogelijk maken. Dat geldt voor het gebouw en de omgeving van de school. Maar ook de sociale veiligheid en in het bijzonder het thema van dit protocol. Het signaleren van en aanpakken van pestgedrag is hierbij een belangrijk thema. Tijdens de eerste schoolweken van het jaar worden onze leerlingen geïnformeerd over dit thema door de sectorleider onderbouw.

De leerlingbegeleiding op De Passie wordt per sector vormgegeven en geleid door de coördinatoren leerlingbegeleiding in nauwe samenwerking met de betreffende sectorleider.

De interne vertrouwenspersonen zijn aanspreekpunt in situaties van ongewenst gedrag zoals pesten, discriminatie, agressie, seksuele intimidatie en geweld. Zij moeten worden ingeschakeld als de leerling het gevoel heeft dat hij niet op de juiste wijze geholpen wordt door de mentor, sectorleider of schoolleiding, of als de leerling het gevoel heeft dat hij niemand anders meer kunt vertrouwen.

De interne vertrouwenspersoon kan de leerling/ouder in contact brengen met de externe vertrouwenspersoon, maar de leerling/ouder kan ook zelf contact opnemen met de externe vertrouwenspersoon. De school heeft een klachtenprocedure.

De directeur is anti-pest coördinator en in bredere zin coördinator veiligheid.

De interne vertrouwenspersonen zijn:

- dhr. A. Helder
e-mail: ahelder@passie.net
- mevr. E.C. Jansen
e-mail: ejansen@passie.net
- mevr. C. van der Poel
e-mail: cvanderpoel@passie.net

De externe vertrouwenspersoon is:

- Dhr. Henk Grit, werkzaam bij Christelijke Hogeschool Viaa in Zwolle
tel.: 038-4255542 (tijdens kantooruren bereikbaar)
gsm: 06-24321661
email: hgrit@viaa.nl

Buiten de school

Vereniging voor Openbaar Onderwijs (VOO)

Landelijke vereniging van ouders. Geeft informatie en advies aan alle betrokkenen in het onderwijs, ook op het gebied van pesten en veiligheid.

Postbus 60182

1320 AE Almere

tel.: 036-5331500
fax: 036-5340464
website : www.voo.nl

Algemeen Pedagogisch Studiecentrum (APS)

Beheert een aantal van de in het pestprotocol genoemde websites en verzorgt publicaties op het gebied van pesten.

Postbus 85475
3508 AL Utrecht
Tel.: 030-2856600

Stichting Eleos (hoofdkantoor)

Printerweg 21-35
3821 AP Nieuwegein
tel.: 088 - 8921213
www.eleos.nl
welkom@eleos.nl

Kindertelefoon

Elke dag bereikbaar van 13.00 tot 20.00 uur
tel.: 0800-0432
www.kindertelefoon.nl

Hulplijn Pestweb

Elke schooldag bereikbaar van 13.00 tot 15.00 uur
tel.: 030-2856617
www.pestweb.nl

Altrecht – een overzicht is te vinden op de website:

www.altrecht.nl
tel.: 030-2308585

Anti-pestbureau Posicom

Heemraadweg 309
1382 GX Weesp
tel.: 06-55142613
www.posicom.nl

Stichting Veilig Onderwijs

Postbus 31
3600 AA Maarssen
tel.: 0346 - 550655
www.stichtingveiligonderwijs.nl

5.2 Publicaties

- Meer, B. van der, *De zondebok in de klas*. Deze publicatie kan via het emailadres: b.vandermeer@home.nl worden aangevraagd.

- Meer, B. van der, *Pesten op school. Overzicht van artikelen*. Utrecht: Algemeen Pedagogisch Studiecentrum (APS), 1999. ISBN 90 6607 304 7. De publicatie is schriftelijk te bestellen bij het APS o.v.v. bestelnummer: 601.003. Het postadres is: APS, Postbus 85475, 3508 AL Utrecht.
- Meer, B. van der, *Kinderen en pesten, wat volwassenen ervan moeten weten en eraan kunnen doen*. Utrecht/Antwerpen: Kosmos-Z&K-uitgevers, 2002, 3e volledig herziene druk. ISBN: 90 21 53 62 50. In dit boek vindt men een concrete antwoorden op de vragen die ouders tijdens ouderavonden het meest stelden.
- Meer, B. van der, *Pesten bij kinderen, adviezen aan volwassenen*. Driebergen: OUDERS & COO, 1996, 2e druk. ISBN 90 75 760 01 9. In deze publicatie is achtergrondinformatie voor ouders over pesten op school opgenomen, waarna concrete adviezen worden gegeven aan de ouders van de pester, het gepeste kind en die van de rest van de klas
- Meer, B. van der, *Pesten op school, lessuggesties voor leerkrachten*. Assen: Van Gorcum, 2002, tweede druk. ISBN 90 232 3239 9.
- Meer, B. van der, *Lees- en voorleesboeken over pesten*. Utrecht: APS, Afd. VODA, 1999, ISBN 90 6607 3055.
- Mooij, T. *Pesten in het onderwijs*. Nijmegen: Instituut voor Toegepaste Sociale Wetenschappen (ITS), 1992.
- Mooij, T. *Leerlinggeweld in het voortgezet onderwijs*. Nijmegen: Instituut voor Toegepaste Sociale Wetenschappen (ITS), 1994.
- Fekkes, M. *Bullying among elementary school children*. Promotie Universiteit Leiden 28 juni 2005. Fekkes onderzocht of antipestbeleid op (basis)scholen helpt.

De volgende jeugdboeken zijn in de mediatheek beschikbaar:

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| - Dreadlocks & lippenstift | Maren Stoffels |
| - Getekend | Mario Demesmaeker |
| - Helse afdaling | Karel Verleyen |
| - Hoe overleef ik de brugklas? | Francine Ommen |
| - Kappen | Carry Slee |
| - Mes op de Keel | Gonneke Huizing |
| - Offline | Caja Cazemier |
| - Het lekkere van pesten | Edward van de Vendel/Julian van Dalen |
| - Be strong, geef pesters geen kans | Nic Vujicic |
| - Judas | Helen Vreeswijk |
| - Oog om oog | Buddy Tegenbosch (2015) |
| - Geen keus | Hans Mijnders |
| - Marieke Dijkers | What's @ppening |
| - | |

Verder zijn er enkele Engelse boekjes beschikbaar

Andere boeken over pesten:

- | | |
|-------------------|--|
| - Peter Pohl: | We noemen hem Anna (1993) |
| - Aidan Chambers: | Tirannen (1987) |
| - Evert Hartman: | Oorlog zonder vrienden (1979) |
| - Jan de Zanger: | Hadden we er maar wat van gezegd! (1990) |
| - Carry Slee | Spijt! (1996) |

Enkele voorbeelden van films met als thema pesten

- Bluebird (2004); regisseur: Mijke de Jong
- Spijt (2013); regisseur: Dave Schram

5.3 Websites

- Algemene zoekpagina's
www.pesten.startpagina.nl
www.pesten.startkabel.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, richt zich op Nederland en Vlaanderen. Opggericht door Bob van der Meer.
- Cyberpesten / veilig internetgebruik / veilige school
www.stoppesten.nu: Met veel informatie en handleidingen over bijvoorbeeld het opslaan van bewijs van cyberpesten, over hoe om te gaan met andere vormen van (cyber)pesten.
www.digibewust.nl: Een informatieve site van het Ministerie van Economische Zaken, die u als consument of zakelijke gebruiker informeert over het veilig gebruik van internet.
www.schoolenveiligheid.nl: Stichting School en Veiligheid verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid en adviseert schoolleiders, leraren/docenten, mentoren, leerlingbegeleiders, vertrouwenspersonen, onderwijsondersteunend personeel, et cetera. Daarnaast is Stichting School en Veiligheid expertisecentrum op het gebied van het bestrijden en voorkomen van (homo)seksuele intimidatie en seksueel misbruik in het onderwijs. Aansluitend op het werkgebied van vertrouwenspersonen kunt u bij School en Veiligheid ook terecht voor informatie over: pesten, agressie, geweld, discriminatie en racisme.
www.kennisnet.nl/: Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT-coördinatoren .
www.kinderconsument.nl: De site van de kinderconsument. Deze geven o.a. informatie op ouderavonden en workshops over veilig internet gebruik
- Informatie over de Rots en Water training:
www.rotsenwater.nl
- Meld online seksueel misbruik:
www.helpwanted.nl
- Meldpunt cybercrime:
www.misdaadanoniem.nl
- Sociogram met de klas maken:
www.sociogram.nl

Bijlages

Bijlage 1 Ouders

Informatie voor ouders van *gepeste* kinderen

Wat kunnen signalen zijn van pesten?

- Niet meer naar school willen
- Niets meer over school vertellen
- Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of niet meer bij anderen gevraagd worden
- Slechtere resultaten op school dan vroeger
- Vaak dingen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen
- Vaak hoofdpijn of buikpijn hebben
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen
- Niet willen gaan slapen; vaker wakker worden of nachtmerries hebben; bedplassen
- De verjaardag niet willen vieren
- Niet buiten willen spelen
- Niet alleen een boodschap durven doen
- Niet meer naar een club willen / durven gaan
- Bepaalde kleren niet meer aan willen
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn
- Zelf blessures creëren om niet naar school te hoeven

Wat ouders / verzorgers zelf kunnen doen:

- Neem uw kind serieus en zeg dat u met anderen gaat proberen het pesten te stoppen.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de mentor bespreken
- Praat erover met uw kind of vraag uw kind op te schrijven wat het heeft meegemaakt
- Probeer uw kind uit te leggen waarom kinderen pesten
- Samen praten over pesten kan ook via een boek of een videoband over het onderwerp
- Vertel dat volwassenen vaak niets doen, omdat ze niet zien dat er gepest wordt of omdat ze niet weten hoe het probleem moet worden opgelost
- Waarschuw uw kind dat het pesten niet meteen ophoudt als er beter op wordt gelet. Pesten is soms een gewoonte geworden, die moeilijk af te leren is
- Houd het onderwerp bespreekbaar, informeer regelmatig hoe het gaat
- Als u er van uw kind met niemand over mag praten, steun dan uw kind, geef achtergrondinformatie en maak duidelijk dat de school het zorgvuldig zal aanpakken. Voordat u dit belooft, is het raadzaam te vragen wat de school doet
- Beloon uw kind en help het zijn / haar zelfrespect terug te krijgen
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een (team) sport
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind. Doe dat niet met een negatieve insteek, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld: "Wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?"
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind
- Als uw kind echt lijdt onder het pesten en dat ten koste gaat van het zelfvertrouwen, kan hulp van een deskundige nodig zijn. Dit kan individueel of mogelijk in een sociale vaardigheidstraining
- Houd het niet stil, maar onderneem actie!

Informatie voor ouders van pestende kinderen

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt de kans een pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak van pesten te komen.
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed aandacht aan uw kind.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Bekijk samen met uw kind een video band over pesten
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind. Geef adviezen over andere manieren om met elkaar om te gaan.
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Ook zijn er mogelijkheden om uw kind aan een sociale vaardigheidstraining te laten meedoen. Informatie hierover is op te vragen bij de mentor, de sectorleider, de coördinator leerlingbegeleiding, bij de buurtteam in uw gemeente en bij Stichting Chris en Voorkom (info@chrisvoorkom.nl).

Bijlage 2 Digitaal pesten

Wat kun je doen om digitaal pesten te voorkomen?

- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt.
- Gebruik een apart e-mailadres om jezelf te registreren op websites. Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam als je chat.
- Als je je vervelend voelt door iets dat je hebt gezien, vertel dat dan aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf altijd vriendelijk en eerlijk en scheld niet (terug).
- Verwijder onbekende mensen uit je MSN contactlijst.
- Ga weg uit de chat als er iets vervelends gebeurt.
- Bel of mail niet zomaar met jongeren die je van internet kent, en spreek niet met ze af zonder dat je ouders dat weten.
- Verstuur geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van het chatten kent.
Dus: geen e-mailadressen, gewone adressen, namen (ook niet van school), telefoonnummers, wachtwoorden enz. geven.
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, ook als jij hem al weggehaald hebt. Foto's kunnen ook bewerkt worden zonder dat jij dat weet of wilt. Houd daar rekening mee.
- Wees voorzichtig met het gebruik van je webcam.
Gebruik geen webcam bij personen die je niet kent of vertrouwt. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan andere personen te laten zien. Ze kunnen ook voor andere doeleinden gebruikt worden dan waarvoor jij ze gemaakt hebt.

Wat kun je tegen digitaal pesten doen?

- Niet altijd persoonlijk opvatten.
Als het pesten komt van mensen die je niet kent, vat scheldpartijen of beledigingen dan niet persoonlijk op. Vaak maken mensen negatieve opmerkingen uit verveling.
De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijk gaan schelden.
- Negeer pestmails, sms of chat.
Je kunt het beste niet reageren op haatmailtjes of andere digitale pesterij.
Verwijder de e-mail zonder hem te openen. Onderdruk je nieuwsgierigheid!
Het negeren is effectief in de beginfase van pesten, dus als de pester nog niet zolang aan het pesten is. Pestkoppen willen vaak aandacht. Als je niet reageert, gaan pesters op zoek naar iemand anders om te pesten. Dat geldt ook voor chatrooms. Als daar vervelende opmerkingen worden gemaakt, stop dan met chatten, verlaat die chatroom.
- Krijg je pestmails, blokkeer dan de afzender.
Als het gaat om smsjes op de mobiele telefoon, dan heb je op sommige mobiele telefoons de mogelijkheid om bepaalde nummers te blokkeren. Dit werkt alleen als vanaf een andere telefoon met nummer vermelding het bericht wordt verzonden, waarmee de dader zich bloot geeft. Wanneer hij of zij echter de telefoon van iemand anders gebruikt, is weliswaar de telefoon, maar niet de dader te achterhalen. Er is dan weer sprake van anonimiteit. Het nummer kan vervolgens wel worden geblokkeerd. Wanneer andere methoden niet helpen, kan uiteindelijk alleen de sms-functie worden uitgeschakeld. In het ergste geval moet een nieuw (eventueel geheim) nummer worden aangevraagd.

- Praat erover.
Erover praten met je vrienden, je ouders of een leraar die je vertrouwt is belangrijk, zeker als het pesten al een tijdje duurt en je je er door bedreigd voelt. Liefst met iemand die veel van computers en internet weet en die niet doorvertelt dat je gepest wordt.
- Bewaar de bewijzen.
Als de pesterijen al in een verder gevorderd stadium zijn en er via de sms, chat of mail bedreigingen worden geuit, bewaar deze dan. Hoe vervelend de mailtjes ook zijn, gooi ze niet weg. Maak een printje van de pestmail of sla de berichten op. Het zijn bewijzen die tegen de pester gebruikt kunnen worden. Uit het IP adres van de e-mail kan soms afgeleid worden van welke computer de e-mail verzonden is.
Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail, smsjes e.d. aankan nemen. Daar heeft men ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie het verstuurt. Bel de helpdesk op.
- Je kunt naar de contactpersoon op school gaan die speciaal is aangesteld om je te helpen bij vormen van ongewenst gedrag. Zij kan je vertellen wat je nog meer kunt doen om het vervelende gedrag te stoppen. Zij kan je ook helpen als het vervelende gedrag misschien al gestopt is maar je er nog steeds last van hebt.
- Aangifte doen bij de politie.
In bepaalde gevallen kun je naar de politie om aangifte te doen.
Pesten kan zo hardnekkig zijn dat het pesten 'stalken' wordt genoemd. Dit is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen: www.pestenislaf.nl
Voel je niet schuldig als er iets vervelends gebeurt. Het is niet jouw schuld.
- Wees zuinig op je wachtwoorden.
Zorg dat je je wachtwoorden en inlognamen niet doorgeeft aan anderen of dat ze makkelijk te raden zijn. Zo kunnen anderen niet bij je website of e-mail. Als dit wel gebeurd is, neem dan contact op met de beheerder van de site.

Wat te doen bij cyberpesten?

We kunnen natuurlijk een heleboel vertellen over cyberpesten, maar wat kun je nu eigenlijk het beste doen als je met cyberpesten te maken krijgt? Directeur Bamber Delver van de Kinderconsument geeft zeven tips.

1 Als je wordt uitgescholden door chatters, reageer dan niet. Ga zeker niet terugpesten, want dan wordt het alleen maar erger.

2 Kijk wie het eigenlijk is die je pest. Als het een bekende is, spreek die-

gene dan aan als je hem of haar in levende lijve ziet (dus niet via internet, zie tip 1) en het liefst samen met een vriendje of vriendinnetje. Als het een onbekende is, kun je diegene door de chatbox laten blokkeren; meteen doen!

3 Heb je te maken met cyberpesten, probeer het dan nooit alleen op te knappen! Praat erover met mensen die je vertrouwt. Vooral met je ouders en met iemand op school. Vaak zijn cyberpesters en kinderen die op internet gepest worden namelijk dezelfde als degenen die ook op school pesten en gepest worden.

4 Als een volwassene (bijvoorbeeld je vader of moeder) er iets tegen wil doen, vraag dan of diegene dat met jou wil overleggen. Je zit er vast niet op te wachten dat je vader boos naar school stapt bijvoorbeeld.



5 Voeg niet zomaar iedereen aan je msn-lijst toe, maar kies bekenden. Je hebt immers ook geen driehonderd vrienden, die je allemaal op je verjaardag zou uitnodigen. Bovendien: hoe meer mensen op je msn-lijst, hoe groter de kans op pesterijen.

6 Je hoeft niet met iedereen te praten, dus je hoeft tijdens het msn-en niet altijd te reageren. Als er driehonderd kinderen op het schoolplein zouden staan, zou je ook alleen maar met die paar echte vrienden gaan praten. Laat je nooit onder druk zetten, maar ga op je gevoel af.

7 Word zelf geen pester! Je hebt door te pesten misschien het gevoel dat je meer bent dan anderen en dat je je onzekerheid kunt verbergen. Maar een pester staat juist vaak alleen, zonder vriendjes. Iemand die niet pest kan vriendjes maken.

Bijlage 3 De steungroepaanpak van pesten

“We letten erop, zeggen ze ...”

De steungroepaanpak van pesten

Dirk van der Wulp Bij de Les, jaargang 1, nummer 2, oktober 2005, blz. 24.

Afgelopen schooljaar heb ik een ernstig geval van pesten meegemaakt in een van de brugklassen. De eerste berichten kwamen rond Sinterklaas. Brams moeder schreef de mentor in wanhoop een uitgebreide e-mail met beschrijvingen van pestvoorvallen: "Een opeenstapeling van vervelende pesterijen. Ik wordt hier een beetje moedeloos van. Bram wil ook absoluut niet dat we dit jou laten weten." Later werd duidelijk waarom Bram dat niet wilde. Hij had al heel veel vervelende ervaringen achter de rug. Het probleem bestond al vanaf groep 3 van de basisschool. Daarbij had Bram ervaren dat als leerkrachten of ouders zich ermee gingen bemoeien alles nog erger werd. In Bram zijn woorden: "De meesters gingen dan de pesters erop aanspreken en die ontkenden dan alles en dan gebeurde er niks. En dan gingen ze me daar weer mee pesten." Daarom ook wilde Bram dus beslist niet naar de counselor. Pas toen ik hem gerustgesteld had dat ik zonder zijn instemming niets in de klas en met de pesters zou bepraten wilde hij wel een keertje met me praten. Maar ook dat kreeg de vorm van 'alles gaat nu goed, een gesprek is niet meer nodig'.

Ook fysiek geweld

Pas enige weken later raakten we echt in gesprek. Er waren weer vervelende dingen gebeurd, zijn moeder had opnieuw contact met de school opgenomen en hijzelf vond ook dat het eigenlijk niet zo door kon gaan. Tegelijk was hij nog steeds doodsbenuwd dat alleen al praten nieuwe problemen op zou leveren. Dat bleek ook te kloppen, want toen zijn klasgenoten een keer toch doorkregen dat hij met de counselor ging praten, bleven ze hem nog dagenlang doorzagen over wat hij bij mij moest. "Ze blijven dan 3000 keer hetzelfde vragen." Zijn moeder schreef over die periode onder andere: "Het blijft niet alleen bij verbaal geweld, er wordt ook geschopt, gestompt en geslagen." Omdat Bram absoluut niet wilde dat er met de pesters gesproken zou worden, ben ik eerst alleen met hem aan de slag gegaan om hem meer weerbaar te maken. Daarnaast leerde ik hem technieken om makkelijker te kunnen negeren wat ze doen. Dat was wat hem betreft akkoord en dat leek ook hem nuttig. In een aantal gesprekken heb ik hem zo een eindje op weg kunnen helpen en tegelijkertijd een vertrouwensband kunnen opbouwen.

Nieuwe ontwikkelingen

De moeder van een andere leerling hoorde van haar zoon Ronald hoe vervelend het er af en toe in de klas aan toe ging. Hij was ook doodsbang om gepest te gaan worden, als hij iets zou vertellen. Uit zijn verhaal bleek dat nog een andere jongen in de klas zeer ernstig gepest werd. In de kleedkamers bijvoorbeeld werd het licht uitgedaan en vervolgens werd deze jongen, en alleen hij, tegen muren gebeukt, gestompt en geslagen. Dan ging het licht aan en werd genoteerd dat hij voor de vijftigste keer moest huilen en vervolgens werd hij daarmee op triomfantelijke wijze belachelijk gemaakt. Uit de klas kwamen meerdere geluiden van pesterijen, zodoende heeft de mentor met de klas gesproken. Aansluitend heeft hij alle leerlingen gevraagd een e-mail te schrijven met daarin hun antwoord op de vragen: Merk jij dat er gepest wordt in deze klas? Geef voorbeelden en noem ook namen. Hierop hebben veel leerlingen uiteindelijk heel eerlijke antwoorden gegeven wat ons weer meer inzicht gaf in hoe erg het pesten feitelijk bleek te zijn. Omdat we nu zoveel verschillende bronnen hadden gevonden die het pesten bevestigden, hoefde Bram niet meer bang te zijn dat de pesters zouden denken dat zij de bron van eventuele beschuldigingen zouden zijn. Daardoor en omdat ik hem uitgebreid heb uitgelegd wat ik ANDERS wilde gaan doen dan wat hun vroegere meesters deden en waarom deze

benadering vermoedelijk wel zou werken, ging Bram er uiteindelijk mee akkoord dat ik toch met de pesters en het steungroepidee aan het werk ging.

Standaard pestpreventie

Toevallig viel ons standaard pestpreventie programma voor de brugklassen in deze periode. En even toevallig was de mentor van deze klas ziek en heb ik zijn plaats ingenomen in de begeleiding. Zo kon ik precies zien wat er gebeurde. Er was een toneelstuk, daarna live met de leerlingen een discussie zoals ze op televisie gevoerd worden in bijvoorbeeld 'Rondom Tien' en tenslotte een voortreffelijk verwerkingsprogramma in de klassen. Als volwassen toeschouwer denk je dat het zijn effect niet zou kunnen missen. Echter op de vraag van de begeleidster of er in deze klas ook wel eens gepest werd, stak absoluut helemaal niemand zijn vinger op. Nog steeds durfde geen van de leerlingen hardop er iets over te zeggen. En al spoedig kwam de volgende mail van Brams moeder binnen die meldde dat tot haar grote teleurstelling het pesten na het project gewoon op de oude voet verder was gegaan.

Steungroepaanpak

In september 2004 heb ik op het congres van de European Brief Therapy Association in Amsterdam een workshop van Sue Young en Gail Holdorf bijgewoond onder de titel: 'Solutions to bullying in schools'. Ik was daar destijds zeer door geboeid en had me voorgenomen die benadering zodra de gelegenheid zich voordeed uit te proberen op mijn eigen school. Die gelegenheid was er nu dus. In de workshop bespraken Young en Holdorf de methodiek en gaven ze de resultaten van hun werk met de 'supportgroep tegen pesten'. Deze steungroepaanpak tegen pesten wordt in het kader in dit artikel uitgewerkt. Ze zijn beiden van oorsprong lerares en werken nu in Engeland bij The Kingston upon Hull Special Educational Needs Support Service, een soort schoolbegeleidingsdienst, waar alleen de ernstiger pestgevallen aangemeld worden die niet door de school zelf opgelost kunnen worden.

In de praktijk

Met de hete adem van sceptische ouders in mijn nek en een kind dat me het voordeel van de twijfel gaf, ben ik aan de slag gegaan volgens de aanpak zoals in het kader beschreven. Gelukkig waren er ook meerdere collega's die op dat moment meer in me geloofden dan ikzelf. De drie ergste pesters samen met een aantal meelopers en twee 'potentiële vrienden' zijn op zeker moment door de afdelingsleidster uit de klas gehaald en samen in een kamertje gezet. Ik kwam bij deze groep binnen met een grote bus marshmallows voor de gezelligheid. En voor ik het wist hadden ze allemaal nadrukkelijk uitgesproken dat ze natuurlijk geen ongelukkige kinderen in de klas wilden hebben. Ze wilden daar best iets aan doen en al snel waren we aan het brainstormen wat ze dan zouden kunnen doen. Dat liep van: 'meer met hem praten', naar 'er wat van zeggen als er toch nog ...' en verder naar 'minder grapjes maken'. Ik liet ze gaan met een marshmallow en de zin: "Ik ben benieuwd hoe het zal gaan en wat jullie allemaal gaan doen, als je nog iets erbij bedenkt mag je dat ook meteen doen. Wanneer zullen we weer afspreken om erop terug te kijken?" Zij kozen voor over twee weken.

Het resultaat

Veertien dagen later sprak ik met Bram. Vijf minuten was genoeg, hij had niet veel te zeggen, alles was anders, hij had er geen last meer van, het pesten was eigenlijk over. De groep meldde hetzelfde. "Je ziet het aan hem, hij praat meer." Verder wilden ze graag hetzelfde blijven doen als ze deze weken deden: "Meer naast hem gaan zitten, meer tegen hem praten en er wat van zeggen als ..., maar dat gebeurde zowat niet meer." Ze hadden ook wel enige kritiek. Hun inschatting was dat Bram ook zouden moeten veranderen, anders zou het toch weer vervelender worden. Ik heb ze toen gevraagd om tips voor Bram en hen beloofd daarover te gaan praten. Op de vraag of er nog een tweede terugkijkbijeenkomst nodig zou zijn, gaven ze aan nog één keer bij elkaar te willen komen, 'om te kijken of 't goed blijft gaan'. Van de ouders en de mentor kreeg ik eveneens positieve berichten. Kortom, ook in dit lastige geval is het probleem in één keer opgelost. Ik heb dit jaar drie keer in verschillende klassen deze methode toegepast en in alle drie de gevallen heeft het op wonderbaarlijke wijze goed gewerkt.

Pas op !

De steungroepbenadering is gebaseerd op de, in een eerder artikel door mij beschreven, oplossingsgerichte korte therapie/ counseling. Een paar subtiele principes uit deze therapie zijn essentieel voor het welslagen van deze manier van werken. Zorg bijvoorbeeld dat je de steungroep niet weg laat gaan met "We spreken dus af dat ..." Dan blijft de begeleider verantwoordelijk. Gebruik woorden van de strekking: "Ik ben benieuwd hoe jullie Bram de komende tijd gaan helpen met zich lekkerder te voelen." De steungroep is en blijft dan verantwoordelijk voor wat ze doen en hoe ze het doen. Benader ook de pesters neutraal en als hulptroepen voor het oplossen van een probleem: "Bram voelt zich erg ongelukkig in deze klas en dat willen wij niet. We denken dat jullie ons kunnen helpen om te zorgen dat ook Bram zich prettig kan voelen op onze school". Geef veel complimenten voor wat goed gaat en negeer wat in jouw ogen niet goed gaat.

Dirk van der Wulp is schoolcounselor en biologiedocent op het Jac.P.Thijssen College in Castricum en geeft trainingen in de Oplossingsgerichte Korte Counseling. Bij de Digitale School onderhoudt hij de pagina's van de Digischool-counselor.

Informatie

Voor meer informatie: www.digischool.nl, 020- 6233719 of dirkvanderwulp@chello.nl.

Sue Young, *The Support Group Approach to Bullying in Schools, Educational Psychology in Practice Vol 14, No 1*, April 1998.

Dirk van der Wulp, *'Bedankt, ik red me nu wel'*, TvL, jaargang 23, nummer 5, oktober 2000, blz. 10.

Dirk van der Wulp, *Jouw oplossing is niet heilig*, TvL jaargang 25, nummer 4, september 2002, blz. 31.

Dirk van der Wulp, *'Dan word ik helemaal gek!'*, TvL jaargang 26, nummer 5, september 2003, blz. 16.

Dirk van der Wulp, *'Ik zie het allemaal even niet meer zitten,...'*, Dekanoloog nummer 7, september 2003, blz. 2.

Deze artikelen zijn ook te lezen op: www.digischool.nl/llbeg/counsel/Artikelen

Sue Young en Gail Holdof. Artikel over de steungroepaanpak waarin ook resultaten uit onderzoek naar de methode zijn verwerkt:

<http://www.sfe4u.org/Main/SupportGroupBullyingSchools.pdf>

"The approach has been successful in the great majority of cases - to be precise, the bullying stopped completely or the victim no longer felt in need of support." (p.36)

Bijlage 4 Materiaal

Pesttest voor de klas

Oefening 1

Plagen of pesten?

Hieronder vind je woorden of woordgroepjes. Hebben die te maken met plagen of met pesten? Schrijf het antwoord er naast.

- altijd hetzelfde slachtoffer :
- een enkele keer :
- kwellen :
- Met een groepje :
- Voor de grap :
- Met de regelmaat van een klok :
- Mikpunt is soms de een, soms de ander :
- Lastig vallen :

Ooit gepest ?

1. Ben jij ooit gepest ?

- nooit
- regelmatig
- vaak

2. Waar ben je gepest?

3. Hoe vind je de sfeer in de klas?

4. Wordt er in deze klas gepest? Zo ja, wie doen dit?

.....

5. Wat voel je als slachtoffer van pesterijen, denk je? Kleur de bolletjes bij de gevoelens die volgens jou een belangrijke rol spelen.

- | | |
|------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> onzeker | <input type="checkbox"/> bezorgd |
| <input type="checkbox"/> gespannen | <input type="checkbox"/> wanhopig |
| <input type="checkbox"/> treurig | <input type="checkbox"/> eenzaam |
| <input type="checkbox"/> angstig | <input type="checkbox"/> vol zelfmedelijden |
| <input type="checkbox"/> woedend | <input type="checkbox"/> machteloos |
| <input type="checkbox"/> bitter | |

6. Waarom gaat een persoon andere leerlingen pesten, denk je? Kleur het bolletje bij de goede antwoorden.

- Hij (of zij) houdt ervan andere kinderen letterlijk of figuurlijk pijn te doen.
- Hij pest om zelf niet gepest te worden. De aanval is de beste verdediging.
- Hij volgt blindelings de bevelen op van de leider van het groepje.
- Hij voelt zich in feite erg onzeker, maar hoopt door te pesten indruk te wekken sterk en zelfzeker te zijn

Oefening 2

Vul aan:

Bij het pesten kunnen we drie groepen onderscheiden:

- 1.....
- 2.....
- 3.....

Waarom pesten kinderen ?

- Ze willen.....maken. Ze kunnen moeilijk op een positieve manier..... leggen. Ze proberen om zo hun plaats in

Juist of onjuist. Motiveer je antwoord.

- Als je getuige bent van pesterijen reageer je beter niet.

.....omdat.....
.....

- Pesten stopt onmiddellijk als de leraar optreedt.

.....omdat.....
.....

- Bij het zoeken naar oplossingen om het pesten te doen stoppen, worden de ouders beter niet ingeschakeld.

.....omdat.....
.....

- Pesten met woorden is geen echte manier van pesten.

.....omdat.....
.....

- Wie anderen pest is de meest geliefde persoon in de klas.

.....omdat.....
.....

Oefening 3

Markeer de juiste term : pesten of plagen

Nick wordt aan de schoolpoort opgewacht door 5 kinderen van zijn klas. Ze nemen zijn rugzak en gooien alles eruit op straat. De anderen kinderen van zijn klas lachen hem uit. Nick blijft roerloos staan. Gisteren gebeurde net hetzelfde.

Dit is pesten / plagen

Gianni bloost telkens als hij Lize ziet. Zijn vriend Dylan merkt dit en zingt voor Gianni: "Dit is liefde, dit is liefde...". Vervolgens barst hij in het lachen uit.

Dit is pesten / plagen

Bedenk nu zelf een voorbeeldje voor pesten en eentje voor plagen

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Waar of niet waar ?

Pesten is erger dan plagen, want pesten gebeurt met opzet. (.....)

Bij plagen wil men iemand met kwade bedoelingen pijn doen.(.....)

Pesten houdt steeds na een tijdje vanzelf op. (.....)

Wie pest, voelt zich machtiger dan de gepeste.(.....)

Een keer ruziën is niet zo erg als pesten. (.....)

Plagen kan plezierig zijn (.....)

Pesten, dat is steeds één tegen één. (.....)

Een ruzie duurt meestal niet zo lang. (.....)

Het zijn nogal dikwijls dezelfde kinderen die gepest worden. (.....)

De gevolgen van pesten zijn niet zo erg (.....)

Na het plagen blijven vrienden vrienden. (.....)

Wie gepest wordt, hoort dikwijls niet meer bij de groep. (.....)

Soms maken we ruzie, omdat we nog niet goed kunnen discussiëren. (.....)

Kinderen die gepest worden, zijn dikwijls bang. (.....)

Na een ruzie, word je nooit meer goede vrienden (.....)

Wie pest, wil eigenlijk niet echt iemand pijn doen. (.....)

Plagen duurt meestal niet lang (.....)

Ruzie gebeurt meestal tussen een sterk en een zwak kind. (.....)

De pestkoppen op school zijn nogal dikwijls dezelfde kinderen (.....)

Als plagen zich steeds herhaalt tegen hetzelfde kind, dan wordt dat eigenlijk pesten. (.....)

Wie eens geplaagd wordt, hoort er niet meer bij. (.....)