



**Anti-
pestprotocol**

een fijne, veilige
en uitdagende
schooltijd





Voorwoord

Norbertus wil dat haar leerlingen terugkijken op een fijne, veilige en uitdagende schooltijd, waarbij de leerlingen de vaardigheid ontwikkelen om zich te ontplooiën in een veranderende wereld en de mogelijkheid krijgen om het beste uit zichzelf te halen. Een leerling hoort zich veilig te voelen op school, zodat de leerling zich kan en durft te ontwikkelen. Een veilig schoolklimaat is hier een belangrijke voorwaarde voor. Een veilig schoolklimaat wordt belemmerd door pestgedrag. Door het team van de school te informeren over pesten en richtlijnen te geven bij geconstateerd pestgedrag kan het veilige schoolklimaat gewaarborgd worden. Dit pestprotocol geeft inzicht in wat de school wil doen om een zo veilig mogelijk schoolklimaat te scheppen om de leerlingen een fijne schooltijd te bieden.



Inhoud

1	Pesten	4
1.1	Wat is pesten?.....	4
1.2	Hoe kan er gepest worden?	4
1.3	Gevolgen van pesten.....	5
1.4	De gepeste leerling	5
1.5	De pester	5
1.6	De meelopers	6
1.7	Het aanpakken van pesten.....	6
2	De aanpak	7
2.1	Vijfsporenaanpak	7
2.2	Preventieve maatregelen.....	8
2.3	Rollen	8
	Mentoren	8
	Docenten en onderwijsondersteunend personeel	9
	Leerjaarcoördinatoren	9
	Ouders	9
3	De ondersteuning	10
3.1	Binnen de school.....	10
3.2	Buiten de school.....	10
	Bijlage 1: Leidraad voor gesprek met pestende en gepeste leerling.....	11



1 Pesten

1.1 Wat is pesten?

Pesten is een ongelijke strijd, er is sprake van een zondebok, pesten is agressief en pesten is schadelijk. Volgens het Nederlands Jeugd Instituut (2015) is pesten een stelselmatige vorm van agressie waarbij één of meerdere personen proberen een andere persoon fysiek, verbaal of psychologisch schade toe te brengen. Wat voor de één een vorm van ongewenst gedrag is, hoeft dat voor de ander niet te zijn. Wat voor de één ervaren wordt als een grapje of plagerijtje, kan door de ander als enorm vervelend of kwetsend ervaren worden. Er wordt een onderscheid gemaakt tussen plagen en pesten:

- Plagen kan omschreven worden als onschuldig en gebeurt niet systematisch. Bij plagen is er sprake van incidenten en van een 'gelijke' machtsverhouding. Er is geen winnaar of verliezer en het slachtoffer van de plagerijtjes is in staat om zichzelf te verdedigen. Daarnaast loopt het slachtoffer geen (blijvende) psychische en/of fysieke schade op.
- Bij pesten wordt de leerling systematisch bedreigd en bang gemaakt, waardoor deze leerling zich op school niet meer veilig voelt.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. Het veilige schoolklimaat wordt door de pesters onveilig gemaakt. Dit heeft negatieve gevolgen voor iedereen. Het is van belang dat pesten serieus genomen wordt. Docenten en onderwijsondersteunend personeel (samen met de ouders en de leerlingen zelf) hebben een taak bij het tegengaan van pesten. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en dit moet laagdrempelig zijn. De volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben.

1.2 Hoe kan er gepest worden?

Pesten kan de volgende vormen aannemen:

Vormen van pesten	Toelichting
Met woorden	Vernederen, belachelijk maken, schelden, dreigen, met bijnamen aanspreken, gemene briefjes, digitaal pesten (cyberpesten)
Lichamelijk	Trekken aan kleding, duwen en sjoeren, schoppen en slaan, krabben en aan haren trekken, wapens gebruiken
Achtervolgen	Opjagen en achterna lopen, in de val laten lopen, klem zetten of rijden, opsluiten
Uitsluiting	Doodzwijgen en negeren, uitsluiten van feestjes, uitsluiten bij groepsopdrachten
Stelen en vernielen	Afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen, kliederen op boeken, banden lek prikken, fiets beschadigen
Afpersen	Dwingen om geld of spullen of te geven, het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen



Cyberpesten verschilt van traditioneel pesten (NCJ, 2014). Het is vaak anoniem en de cyberpesters zien de emotionele reactie van het slachtoffer niet. Anonieme cyberpesters zijn moeilijk te identificeren en daardoor is de kans op straf kleiner, waardoor er mogelijk meer en heftiger gepest wordt. Dit cyberpesten kan de hele dag doorgaan, ook bij het slachtoffer thuis. Cyberpesten staat niet op zichzelf. Slachtoffers van cyberpesten zijn bijna altijd in de klas ook slachtoffer op een traditionele manier (NCJ, 2014).

Pesten kan gezien worden als een groepsproces (NCJ, 2014). Veel kinderen zijn niet actief betrokken bij pesten, maar zijn wel getuige van pestgedrag en hun reactie daarop is bepalend voor wat er gebeurt. Ze handelen zodanig, dat pesten in stand wordt gehouden en niet wordt ontmoedigd.

Beschermende factoren zijn het hebben van vrienden, warmte binnen het gezin en een positieve thuissituatie. Deze elementen kunnen een beschermende werking hebben tegen de negatieve emotionele gevolgen bij kinderen die worden gepest (NCJ, 2014).

1.3 Gevolgen van pesten

De volgende aspecten van gepest worden zijn bekend:

- internaliserende problemen (zoals depressie, angst en teruggetrokkenheid)
- psychosomatische klachten (zoals hoofdpijn, buikpijn, rugpijn, slechte eetlust en slaapproblemen)
- suïcidale gedachten en suïcidepogingen
- een lager zelfvertrouwen
- minder plezier op school, vaker afwezig en minder goede schoolprestaties

1.4 De gepeste leerling

De ene leerling loopt meer kans om gepest worden dan de andere leerling. De gepeste leerling is vaak fysiek zwakker dan gemiddeld, heeft een negatief zelfbeeld, ziet zichzelf als waardeloos. Dit maakt de leerling kwetsbaar. Een leerling die gepest wordt, praat er thuis of op school niet altijd over.

Redenen hiervoor kunnen zijn:

- De angst dat de ouders met de school of met de pester(s) gaan praten.
- Het idee dat het toch niet helpt, dat het probleem onoplosbaar lijkt.
- Het idee dat het kind niet mag klikken.
- Schaamte.

1.5 De pester

Pesters zijn fysiek en verbaal sterker dan hun slachtoffers (groepsgenoten) en zien hen als waardeloos. De pesters neigen ertoe agressief te reageren in veel verschillende situaties en hebben vaker een positieve houding ten opzichte van geweld. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag te laten zien. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken.

Een pester is meestal niet alleen. Hij krijgt vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig, want het slachtoffer zou er om vragen om gepest te worden.



Pesten kan een aantal oorzaken hebben:

- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken.
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om macht in de klas.
- Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school; iemand is autoritair en laat op een onprettige wijze blijken dat hij de baas is. Dergelijke spanningen kunnen op een zondebok worden afgereageerd.
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau).
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid) of juist een te sterk gevoel voor autonomie.
- Een problematische thuissituatie, negatief voorbeeldgedrag van ouders/verzorgers.
- Een negatief zelfbeeld, weinig eigenwaarde.

1.6 De meelopers

Meelopers zijn omstanders die incidenteel actief of passief meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te liften met de pester. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen.

De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen. Het is belangrijk deze leerlingen tot helpers te maken.

1.7 Het aanpakken van pesten

Pesten kan grote gevolgen hebben voor de gepeste leerling (onzekerheid, faalangst, depressie, zelfdoding) en voor de pester (problemen met sociale relaties, positief tegenover het gebruik van geweld, heeft grotere kans in het criminele circuit terecht te komen). Pesten is daarom onacceptabel en vraagt om een duidelijke krachtige reactie vanuit de school.



2 De aanpak

2.1 Vijfsporenaanpak

Bij het voorkomen en terugdringen van pestgedrag is een schoolbrede aanpak van belang. Deze schoolbrede aanpak combineert interventies op school-, klassikaal en individueel niveau. Norbertus werkt volgens de vijfsporenaanpak. Dit houdt in:

1. De algemene verantwoordelijkheid van de school
 - Norbertus zorgt dat de medewerkers voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten;
 - Norbertus werkt aan een goed beleid rondom pesten, waarin pesten bespreekbaar wordt en de veiligheid van leerlingen binnen de school optimaal is;
 - Alle medewerkers van Norbertus hebben een voorbeeldfunctie in het signaleren en tegengaan van pestgedrag op school.
2. Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt
 - Het pestprobleem wordt altijd serieus genomen;
 - De mentor zoekt uit wat er precies is gebeurd en waar de oorzaak van het pestgedrag ligt;
 - De mentor gaat in gesprek met de leerling die gepest wordt en bespreekt mogelijke oplossingen. De mentor en leerling kunnen bij dit gesprek de leerjaarcoördinator en/of anti-pestcoördinator betrekken;
 - Norbertus biedt hulp aan iedere leerling die het slachtoffer is van pestgedrag. Deze hulp wordt in eerste instantie geboden door de mentor. Indien nodig kan er contact opgenomen worden met leerjaarcoördinator en/of anti-pestcoördinator. Het zorgteam wordt te allen tijde op de hoogte gesteld en feiten worden in het leerlingvolgsysteem genoteerd.
3. Het bieden van steun aan de pester
 - De pester wordt geconfronteerd met zijn gedrag. Het is belangrijk dat de pester inziet wat de gevolgen zijn van zijn gedrag. Gesprek op basis van hoor en wederhoor;
 - Norbertus probeert achter de oorzaak van het pesten te komen en het empathisch vermogen van de pester te vergroten;
 - Norbertus biedt hulp aan de pester. De pester kan verplicht worden om ondersteuning te accepteren van het zorgteam.
De pester het pestgedrag laten ervaren, bijvoorbeeld in de vorm van buitensluiten, is niet effectief! Het verliezen van privileges en bespreken met de ouders én de mentor is effectiever.
4. Het betrekken van de middengroep bij het pesten
 - De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen hierin. Het is belangrijk dat er gesproken wordt over de oorzaak en over mogelijke oplossingen die de situatie op school en in de klas kunnen verbeteren;
 - De mentor komt in de toekomst steeds terug op de gemaakte afspraken.



5. Het bieden van steun aan de ouders

- Norbertus neemt ouders die zich zorgen maken over pesten altijd serieus;
- Norbertus werkt samen met ouders bij de aanpak van pestgedrag;
- Norbertus geeft de ouders adviezen voor de omgang met hun gepeste of pestende kind;
- Wanneer Norbertus het nodig acht om deskundige hulpverlening in te schakelen, worden ouders doorverwezen in overleg met de Jeugdprofessional van WegWijs.

Na het individueel spreken van de gepeste leerling en de pester(s) wordt altijd geprobeerd een gezamenlijk herstelgesprek te voeren zodat met elkaar besproken kan worden wat er nodig is om de situatie te verbeteren, welke verantwoordelijkheden een ieder heeft en wat het vervolgtraject zal zijn, indien het probleem zich herhaalt.

Voor zowel de gepeste als pestende leerling kan het bijdragen om de leerling begeleiding te geven of een (sociale vaardigheids-)training te laten volgen.

2.2 Preventieve maatregelen

Preventieve maatregelen zijn:

- Het anti-pestprotocol wordt aan het begin van het schooljaar tijdens de mentorlessen besproken. Er is aandacht voor het verschil tussen pesten en plagen. Er wordt ook duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden. Het melden van pestgedrag wordt niet omschreven als klikken of verraden, het wordt omschreven als het bieden van hulp of vragen om hulp. In de klas kan het effectief zijn een gezamenlijk klassencontract op te stellen. In dit klassencontract met de mentor afspraken met de leerlingen omtrent de gewenste regels binnen en buiten de klas. De mentor bespreekt ook met de leerlingen wat er gebeurt als iemand zich niet aan het klassencontract houdt. De mentor ziet er op toe dat de afspraken worden nageleefd.
- Tijdens de week tegen pesten informeert de anti-pestcoördinator het mentorenteam over het thema en de daarbij behorende activiteiten, zodat deze mentor in deze week extra aandacht kan besteden aan dit onderwerp.

Méér dan een project: Alleen het volgen of uitvoeren van een anti-pestproject is onvoldoende! Daarom stelt Norbertus het onderwerp regelmatig aan de orde. Telkens in andere bewoording (buitensluiten, anders-zijn, aanvaarden van verschillen, verhuizen, vrienden, veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in een groep) en ook met gebruikmaking van verschillende werkvormen (spreekbeurten, rollenspellen, klassencontract, lesopdrachten, kringgesprekken, groepsopdrachten). Hiervoor is tijdens de mentorlessen aandacht.

2.3 Rollen

Mentoren

De mentor speelt op Norbertus een hele belangrijke rol in het tot stand brengen van een veilig klassenklimaat vanaf de allereerste kennismaking. In de eerste schoolweken besteedt de mentor aandacht aan het goed leren met elkaar omgaan. De mentor zorgt voor een veilige en pedagogische omgeving in de klas. De mentor leert de leerlingen een goede VO-leerling te zijn en hoe de leerlingen ervoor kunnen zorgen dat ze een leuke klas zijn.



Pesten zal minder voorkomen wanneer groepsleden zich bij elkaar betrokken voelen en er sprake is van een positieve groepsdynamiek. Hier ligt een primaire taak van de mentor. Daarnaast zal de mentor aandacht besteden aan pesten in het algemeen.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel

Het voorbeeldgedrag van de docent in de les en van de medewerkers van de school is belangrijk. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar acceptatie van verschillen wordt aangemoedigd, waar ruzies niet met geweld worden opgelost, maar uitgesproken, waar leerlingen gerespecteerd worden in hun eigenheid, waar agressief gedrag niet wordt geaccepteerd en waar docenten, onderwijsondersteunend personeel, leerjaarcoördinatoren en schoolleiding duidelijk stelling nemen tegen dergelijke gedragingen. De docenten en het onderwijsondersteunend personeel van Norbertus zijn zich bewust van hun rol en doen er alles aan om het goede voorbeeld te geven aan hun leerling en een veilige sfeer te creëren in de klas en in de school.

Leerjaarcoördinatoren

Samen met de mentoren en docenten zorgen de leerjaarcoördinatoren voor een veilig (leer-)klimaat binnen de school. Wanneer pestgedrag naar voren komt, wordt er gebruik gemaakt van het principe hoor en wederhoor. Norbertus is ervan overtuigd dat pestgedrag altijd met elkaar opgelost moet worden, maar ook dat vanwege de grootte diversiteit van de leerling populatie de aanpak per jaar, per niveau en per situatie mag verschillen.

In iedere situatie wordt in overleg met betrokkenen een plan van aanpak afgesproken, dat betekent dat we altijd met elkaar in gesprek gaan. De leerjaarcoördinator zorgt met de mentor ervoor dat afspraken nagekomen worden.

Ouders

Soms durven kinderen die gepest worden dit niet tegen hun ouders te zeggen. Het gaat om de angst dat hun ouders naar school gaan, het aan de mentor vertellen en dat deze het verkeerd aanpakt. Ze schamen zich vaak dat hen dit overkomt. In sommige gevallen denken ze dat ze het gedrag van de pester zelf hebben uitgelokt en het dus verdienen gepest te worden.

Norbertus vraagt van de ouders van gepeste leerlingen om toch contact op te nemen met de school in geval van pesten. Want als school niet weet dat er iets speelt, kunnen we hier geen acties op ondernemen. Indien ouders thuis merken dat hun kind pest, verwacht de school ook dat de ouders contact opnemen met de mentor.

Wanneer er op school gesprekken plaatsvinden vanwege peestsituaties, worden de ouders van de gepeste leerlingen en de pester hiervan op de hoogte gebracht.



3 De ondersteuning

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

3.1 Binnen de school

Norbertus ziet de mentor als het eerste aanspreekpunt van de leerlingen. Zij staan dichtbij de leerlingen en zien de leerlingen minimaal één keer per week.

Daarnaast werkt Norbertus met een anti-pestcoördinator. De anti-pestcoördinator ondersteunt in situaties van ongewenst gedrag zoals pesten, discriminatie, agressie, seksuele intimidatie en geweld. Zij is voor de leerlingen en de mentoren bereikbaar.

3.2 Buiten de school

Voor extra ondersteuning voor leerlingen, heeft Norbertus samenwerkingsafspraken met o.a. de jeugdprofessional van de gemeente Roosendaal. Leerlingen die op sociaal- emotioneel gebied gespecialiseerde begeleiding nodig hebben, kunnen doorverwezen worden naar haar óf andere instanties vallend onder de jeugdwet.



Bijlage 1: Leidraad voor gesprek met pestende en gepeste leerling

Praten met de gepeste leerling – vragen naar de feiten

- (H)Erkenning van het probleem: Klopt het dat je gepest wordt?
- Door wie word je gepest?
- Waar word je gepest?
- Hoe word je gepest? Wie zijn daarbij betrokken?
- 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 andere leerlingen die jou wel eens proberen te helpen?
- Wat werkt?
- Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?

Praten met de gepeste leerling – de aanpak

Bespreek samen met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil werken om de situatie te verbeteren. Houd rekening met de volgende aspecten: hoe communiceert de leerling met anderen, welke lichaamstaal speelt een rol, hoe gaat de leerling om met zijn/haar gevoelens en worden deze kenbaar gemaakt, bezit de leerling genoeg vaardigheden?

Maak afspraken over wat de leerling van de school nodig heeft om de situatie te verbeteren.

Praten met de pestende leerling – drie delen

1. De leerling confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan;
2. Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen;
3. Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt;

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde!

Confronteren is:

- Probleemgericht en richt zich op gedrag wat waar te nemen (feiten!).
- Relatiegericht. Je bent duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt. Belangrijk is om vanuit de ik-vorm te praten. Bijvoorbeeld: Ik vind dat je heel erg gemeen tegen haar deed en ik zou het fijn vinden als je daarmee ophoudt. NIET: Je bent gemeen. Dit is kritiek!
- Specifiek blijven. Woorden als altijd, vaak en meestal vermijden.
- Veranderingsgericht. Na het vaststellen van de feiten kan er gekeken worden naar hoe het anders kan.

Achterliggende oorzaken

Nadat het probleem benoemd is, kan de waarom vraag gesteld worden. Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander?

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

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt!