

# PESTPROTOCOL KAMERLINGH ONNES



2021-2022

## INHOUDSOPGAVE

1. INLEIDING .....	2
2. PESTEN.....	3
2.1 WAT IS PESTEN? .....	3
2.2 VORMEN VAN PESTEN.....	3
2.3 DE GEPESTE LEERLING .....	4
2.4 MOGELIJKE SIGNALLEN VAN GEPEST WORDEN (OOK VAN BELANG VOOR OUDERS).....	4
2.5 DE PESTER.....	4
2.6 DE MEELOPERS EN ANDERE LEERLINGEN .....	4
3 PREVENTIEVE AANPAK OM PESTEN TE VOORKOMEN .....	5
3.1 VISIE VAN DE SCHOOL OVER PESTEN EN DE VERANTWOORDELIJKHEDEN.....	5
3.2 PREVENTIEVE (LES)ACTIVITEITEN .....	5
3.3 Pilot 2021 – 2023 GRIPP .....	6
4 HET PESTPROTOCOL .....	7
4.1 VIJFSPORENAANPAK.....	7
§ 4.2 Spoor 1: Algemene verantwoordelijkheid van de school.....	7
§ 4.3 Spoor 2: Bieden van steun aan de gepeste leerling(en).....	7
§ 4.4 Spoor 3: Bieden van steun aan de pester.....	7
§ 4.5 Spoor 4: Betrekken van de klas bij het pestprobleem.....	7
§ 4.6 Spoor 5: Bieden van steun aan ouder(s)/verzorger(s) .....	7
5 HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN .....	8
5.1 FASE ÉÉN: DE MENTOR.....	8
5.2 FASE TWEE; (ZO NODIG) OPSCHALING.....	9
5.3 FASE DRIE: TIME OUT OF DISCIPLINAIRE MAATREGELEN .....	9
6 DIGITAAL PESTEN.....	10
6.1 WAT VALT ER ONDER DIGITAAL PESTEN? .....	10
6.2 HOE WORDT ER GEPEST? .....	10
6.3 HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN CYBERPESTEN .....	10
7 Slotwoord .....	12
Bijlage 1: SIGNAALKAART PESTEN .....	13
Bijlage 2: ANTI-PESTCONTRACT KAMERLINGH ONNES .....	15
Bijlage 3; No Blame methode.....	16
Bijlage 4; Stroomschema .....	17
Literatuurlijst .....	18

## 1. INLEIDING

Het Kamerlingh Onnes is van mening dat onderwijs meer inhoudt dan het overdragen van kennis. De school vindt het belangrijk dat leerlingen zich prettig voelen. Dit is een van de voorwaarden om goed te kunnen presteren. De school dient een veilige omgeving voor de leerling te zijn waar hij/zij zich plezierig voelt en waar iedereen de kans krijgt het maximaal haalbare te bereiken en zich te ontwikkelen tot een bewust en zelfstandig individu. Een veilige school wordt door Stichting School & Veiligheid omschreven als een school waar voortdurend serieus aandacht wordt gegeven aan het realiseren van een veilig schoolklimaat en aan het voorkomen, herkennen en aanpakken van grensoverschrijdend gedrag. Een school die kritisch naar zichzelf blijft kijken, en ervoor zorgt dat elk incident leidt tot verkleining van de kans op nieuw grensoverschrijdend gedrag. In een cultuur waarin zowel leerlingen als medewerkers aan het denken worden gezet over hun houding en handelen en waarin hier open over wordt gepraat.

Een goede sfeer in de klas en op school vinden wij belangrijk. Daarom wordt er tijdens de studielessen aandacht besteed aan groepsvorming, omgaan met elkaar en klassenafspraken. Onderlinge verhoudingen tussen leerlingen kunnen soms verstoord worden door pesten. Het Kamerlingh Onnes vindt pesten onacceptabel en streeft naar een gezamenlijke aanpak bij pestproblemen.

In het pestprotocol van de school vindt u een beschrijving van signalen van pestgedrag, activiteiten om pestgedrag te voorkomen en de aanpak van pesten.

## 2. PESTEN

### 2.1 WAT IS PESTEN?

Pesten is een stelselmatige vorm van agressie waarbij één of meer personen proberen een andere persoon fysieke of psychische schade toe te brengen. Bij pesten is de macht ongelijk verdeeld (Currie et al., 2012; Linderberg et al., 2005). Het Nederlands Jeugdinstituut (NJI) noemt daarnaast dat pesten iets anders is dan plagen, wat vrienden onderling ook wel doen en wat meer incidenteel gebeurt. Pesten heeft gevolgen voor de geestelijke gezondheid en de verdere ontwikkeling van alle betrokkenen.

### 2.2 VORMEN VAN PESTEN

#### **Met woorden:**

- vernederen, belachelijk maken
- schelden
- dreigen
- met bijnamen aanspreken
- gemene briefjes, mailtjes, whatsappjes, sms'jes schrijven

#### **Lichamelijk:**

- Trekken aan kleding, duwen en sjoeren
- Schoppen en slaan
- Krabben en aan haren trekken
- Wapens gebruiken

#### **Achternvolgen:**

- Opjagen en achterna lopen
- In de val laten lopen, klemzetten of -rijden
- Opsluiten

#### **Uitsluiting:**

- Doodzwijgen en negeren
- Uitsluiten van feestjes
- Bij groepsopdrachten

#### **Stelen en vernielen:**

- Afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen
- Kliederen op boeken
- Banden lek prikken, fiets beschadigen

#### **Afpersing:**

- Dwingen om geld of spullen af te geven
- Het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen

Digitaal pesten komt tegenwoordig steeds meer voor door de digitale wereld. In hoofdstuk 7 wordt hier meer informatie over gegeven.

### 2.3 DE GEPESTE LEERLING

Leerlingen worden gepest om uiteenlopende redenen.

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

- schaamte
- angst dat de ouders met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt
- het probleem lijkt onoplosbaar
- het idee dat je niet mag klikken

### 2.4 MOGELIJKE SIGNALLEN VAN GEPEST WORDEN (OOK VAN BELANG VOOR OUDERS)

- 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
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben
- De verjaardag niet willen vieren
- 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 creëren om niet naar school te hoeven

### 2.5 DE PESTER

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Ze proberen groter te lijken door anderen klein te maken.

Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieperliggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet).
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas
- Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school; een docent is autoritair en laat op een onprettige wijze blijken dat hij de baas is.
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau)
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid)

### 2.6 DE MEELOPERS EN ANDERE LEERLINGEN

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat ze 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.

## 3 PREVENTIEVE PESTAANPAK

### 3.1 VISIE VAN DE SCHOOL OVER PESTEN EN DE VERANTWOORDELIJKHEDEN

- De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
- Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. Er dient bereidheid te zijn tot samenwerking om de problemen rond pesten aan te pakken.
- Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
- In het Stappenplan staat een directe aanpak beschreven die gevolgd dient te worden wanneer pesten gesignaleerd of gemeld wordt.
- De school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

### 3.2 PREVENTIEVE (LES)ACTIVITEITEN

Alle onderstaande (les)activiteiten worden ingezet om het pesten te voorkomen.

De **mentor** is een belangrijk aanspreekpunt voor leerlingen en ouders.

1. Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. De mentor laat leerlingen nadenken welke afspraken ze met elkaar willen maken om een goede sfeer in de klas te krijgen of te behouden. Eventueel worden de afspraken ondertekend door alle leerlingen. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het Stappenplan dat gevolgd wordt bij pestincidenten. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.
2. Aan het begin van het schooljaar zijn er introductiedagen. Tijdens deze dagen wordt er gewerkt aan een positieve groepssfeer. Er wordt aandacht besteed aan de groepssfeer in één of meerdere mentorlessen in de rest van het jaar. Onderwerpen die aan bod komen zijn: feedback geven en ontvangen, rollen in de groep, veiligheid, hoe ga je met elkaar om, het oplossen van ruzies en respect voor elkaar(verschillen) tonen. De leerlingen worden zelf verantwoordelijk gesteld voor de sfeer in de klas en het voorkomen van pesten. In een klas waar pesten (voor zover bekend) niet speelt, zorgen dat dat zo blijft door het thema regelmatig te bespreken. Dit kan op verschillende manieren: aan de hand van een verhaal, film, een krantenartikel, een spel, een casus etc. Gezamenlijk bedenken de leerlingen hoe ze zelf kunnen bijdragen aan het oplossen van het probleem en hier wordt op een later moment op terug gekomen. In een gesprek met de hele klas worden nooit specifieke pestincidenten besproken, het gaat dan meer over groepssfeer, eigen verantwoordelijkheid en pesten in het algemeen. Het document 'pesten bespreekbaar maken' kan gebruikt worden als uitgangspunt. Ook kunnen mentoren voor advies, handvatten en ideeën voor groepsopdrachten altijd bij het interne ondersteuningsteam terecht. Wanneer er wel sprake is van pestgedrag zal in veel gevallen de No Blame methode worden ingezet. In bijlage drie staat de No Blame methode uitgeschreven.
3. Het is mogelijk leerlingen een pestcontract te laten ondertekenen. Hiermee zorg je ervoor dat leerlingen zich conformeren aan de gemaakte afspraken. Na ondertekening wordt deze gedeeld met alle betrokkenen zodat iedereen goed op de hoogte is.
4. Theatergroep 'De Steeg' uit Groningen maakt verschillende voorstellingen waarbij het thema 'pesten' terugkomt. De mentor krijgt lesmateriaal om de voorstelling voor en na te bespreken.

Het **docententeam** is belangrijk om de mentor te ondersteunen in een veilige groep.

1. Er kunnen coöperatieve spelen, groepsopdrachten, gesprekken, spellen of andere werkvormen worden ingezet om het onderlinge respect en het groepsgevoel te vergroten.
2. Docenten zijn alert op signalen van pesten. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen bij de mentor. De mentor handelt volgens 'Het Stappenplan' om hulp en overleg in gang te zetten.

De **Pestcoördinator en leerlingcoördinator** worden door de **mentor** betrokken bij de pest situaties.

### 3.3 Pilot 2021 – 2023 GRIPP

Vanaf juni 2021 zullen er vier brugklassen, twee 2 vmbo-tl -klassen en twee 2 havoklassen deelnemen aan een nieuwe methode. Rijksuniversiteit Groningen is sinds 2014 bezig een programma te maken om pesten te voorkomen in het voortgezet onderwijs. Dit programma concentreert zich op de eerste twee leerjaren van het voortgezet onderwijs. Dit project heeft de naam '**G**roepsvorming **I**dentiteit en **P**est**P**reventie', afgekort GRIPP.

In het schooljaar 2021-2022 zullen de tweedejaars groepen een interventiegroep vormen en de eerstejaars een controlegroep. In het schooljaar 2022-2023 draait dit om. De interventiegroep zal een programma van GRIPP volgen. De inhoud van dit programma wordt geïntegreerd door twee trainers. De mentoren van de interventiegroepen zullen drie dagdelen in het jaar een training volgen, krijgen een uitgebreid programma en extra tools om te gebruiken.

Om het programma te monitoren en te evalueren is er een GRIPP-team gevormd op school. De voorzitter en tevens contactpersoon voor het project en het team is Robin Beugelink. De leden van het GRIPP-team zijn mentoren van de interventiegroep, een teamleider en leerlingcoördinatoren van leerjaar 2. Er zal één scholingsdag zijn voor het team.

## 4 HET PESTPROTOCOL

### 4.1 VIJFSPORENAANPAK

De vijfsporenaanpak is een benadering van pesten, gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn: de gepeste leerling, de pester, de ouders, de klasgenoten en de school. De verantwoordelijkheid voor de aanpak van pesten moet door de hele school worden gedragen. Er zal begeleiding worden aangeboden aan de gepeste leerling en de pester. Daarnaast moet ook de klas worden betrokken bij het pestprobleem en moeten ouder(s)/verzorger(s) steun ontvangen (B. van der Meer, 1991).

#### § 4.2 Spoor 1: Algemene verantwoordelijkheid van de school

De school zorgt dat het MT, de mentoren en overig schoolpersoneel voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het voorkomen en aanpakken van pesten. De school werkt aan het beleid rondom pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school optimaal is. De school heeft een inspanningsplicht om het probleem aan te pakken, ze heeft echter geen resultaatsverplichting.

#### § 4.3 Spoor 2: Bieden van steun aan de gepeste leerling(en)

Het is van belang dat het probleem serieus wordt genomen en dat er precies wordt uitgezocht wordt wat er precies gebeurd is. Er wordt, in samenspraak met de jongere, overlegd over mogelijke oplossingen en er wordt hulp aangeboden door de mentor, of indien noodzakelijk door iemand van het ondersteuningsteam. Daarnaast wordt er contact opgenomen met de ouder(s)/verzorger(s) van de betreffende leerling. De mentor of de ondersteuningscoördinator volgt de procedure.

#### § 4.4 Spoor 3: Bieden van steun aan de pester

De pester wordt geconfronteerd met zijn gedrag en de gevolgen hiervan voor de gepeste en de andere leerlingen. Vervolgens wordt er getracht de achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen en wordt er door de mentor of vanuit het ondersteuningsteam hulp aangeboden. Daarnaast wordt contact opgenomen met de ouder(s)/verzorger(s) van de pester. De mentor of de ondersteuningscoördinator volgt de procedure.

#### § 4.5 Spoor 4: Betrekken van de klas bij het pestprobleem

De mentor bespreekt het pestprobleem binnen de klas en benoemt de rol van alle leerlingen hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie. Er wordt regelmatig door de mentor met de klas geëvalueerd. De ouder(s)/verzorger(s) worden indien noodzakelijk (schriftelijk) op de hoogte gebracht over de situatie, afspraken en/of maatregelen.

#### § 4.6 Spoor 5: Bieden van steun aan ouder(s)/verzorger(s)

Het is van belang dat ouder(s)/verzorger(s) die zich zorgen maken over pesten serieus worden genomen. De school werkt samen met ouder(s)/verzorger(s) om het pesten aan te pakken en geeft hierbij adviezen in het omgaan met hun gepeste of pestende kind. Indien nodig kan de school de ouder(s)/verzorger(s) doorverwijzen naar het (VO) WIJ-team / wijkteam.



## 5 HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN

Alle fasen, gesprekken en afspraken worden geregistreerd in het logboek van **Magister**. Op deze manier is voor alle betrokkenen binnen de school een overzicht.

### 5.1 FASE ÉÉN: DE MENTOR

- ✓ **Leerlingen, ouders of medewerkers signaleren pestgedrag en geven dit door aan de mentor.** Alle leerlingen (dus niet alleen de leerling die gepest wordt) hebben het recht en de plicht om peestsituaties te bespreken met de mentor. In bijlage één is een signaalkaart ter ondersteuning voor het personeel.
- ✓ **Mentor** analyseert en verzamelt de signalen.
- ✓ De mentor maakt vanaf nu verslagen over de stappen, afspraken en gebeurtenissen. Notities in Magister.
- ✓ **De mentor** spreekt binnen een week met het **slachtoffer**, eventueel met een **steunende medeleerling**. De mentor doet geen normatieve uitspraken over het gedrag van het slachtoffers en dat van de pester en meelopers. Doel is steun te bieden aan het slachtoffer, gegevens verzamelen en bespreken van oplossingen (o.a. wat kan hij/zij zelf nog doen en hoe wil hij/zij geholpen worden). De mentor vraagt toestemming om in gesprek te gaan met de pester. Er wordt informatie gegeven op welke manier het met de pester besproken zal worden en wat de eventuele vervolgstappen zijn. Er kan afgesproken worden dat er niet wordt genoemd dat het slachtoffer dit heeft gezegd (de mentor kan het in dat geval ook algemeen houden bv. dat iemand het heeft gezien).
- ✓ **De mentor** voert binnen een week na het gesprek met het slachtoffer een **gesprek met pester en mogelijk één of twee meelopers**. Ook meelopers kunnen melden wat er volgens hen gebeurt. Ook dit is een 'gesprek zonder schuldvraag'. Dat wil zeggen dat er alleen gesproken wordt over het mogelijke effect van hun gedrag op het slachtoffer. Doel is om inlevingsvermogen te vergroten, afspraken te maken over het gedrag in de toekomst en het maken van een vervolgspraak. Op het moment dat de peestsituatie zich voordoet in verschillende klassen zal de **leerlingcoördinator** ingezet worden.
- ✓ **De mentor** volgt het nakomen van de afspraken actief. Dit gebeurt door na twee dagen, en na een week, en na een maand een vervolgesprek te voeren met het slachtoffer en met de pester (dit kan een gesprekje van 2 minuten zijn, als het goed loopt). De pester krijgt, als deze zich niet houdt aan de afspraken nog één kans om het eigen gedrag te verbeteren.

## 5.2 FASE TWEE; (ZO NODIG) OPSCHALING

Mocht de mentor de problematiek niet overzien dan is het mogelijk om de pestpreventie coach of leerlingcoördinator in te zetten. Er wordt dan gekeken naar de aanpak van de mentor en effecten die het heeft gehad. De Pestpreventiecoach, mentor en leerlingcoördinator komen gezamenlijk tot een plan. Na goedkeuring van de teamleider zal dit plan in uitvoering gebracht worden. De leerlingcoördinator en teamleider stemmen de zaken met elkaar af.

Er zijn twee richtingen die gekozen kunnen worden bij het maken van een plan. We onderscheiden de directe aanpak en een groepsaanpak. Hieronder wordt beschreven bij welke situaties de twee richtingen onderscheiden kunnen worden.

### **Directe aanpak**

Situatie: het is duidelijk dat de peestsituatie voornamelijk actief is tussen 2 tot 4 personen. De betrokkenen in hun omgeving hebben geen tot dusdanig kleine rol dat zij geen invloed hebben op dit proces.

Stap 1: onafhankelijk met iedere betrokkenen een gesprek hebben.

Stap 2: ouders, docententeam, mentor en zo nodig andere betrokkenen informeren.

Stap 3: de betrokkenen bij elkaar hebben en afspraken maken.

Stap 4: ouders, docententeam, mentor en zo nodig andere betrokkenen informeren. En ieder zijn rol hierin beschrijven.

Stap 5: zo vaak als nodig evalueren en afsluiten als het gedrag een aantal weken is gestopt.

### **No blame methode (voorkeur)**

Waarom voorkeur? Uit onderzoek blijkt dat de pester en het slachtoffer elkaar moeten leren begrijpen en zien. Op het moment dat er iemand straf krijgt wordt het gedrag versterkt en leert men niet van de situatie.

Situatie: het pestgedrag speelt in een groep en er zijn meerdere leerlingen die een rol hebben t.a.v. de situatie. Er is moeilijk te achterhalen wat er speelt of grip te krijgen op de situatie.

Deze methode is in bijlage drie van dit document volledig uitgeschreven.

Het is mogelijk om een anti-pestcontract op te stellen zodat afspraken worden vastgelegd. Het anti-pestcontract zal in een gesprek met ouders en de pester worden besproken en ondertekend. Zie het anti-pestcontract in bijlage 2. Communicatie naar externen en ouder(s)/verzorger(s) verloopt altijd via de teamleider.

## 5.3 FASE DRIE: TIME OUT OF DISCIPLINAIRE MAATREGELEN

Op het moment dat het pesten aanhoudt, zal de pestpreventiecoach samen met de teamleider overgaan op het inzetten van een time out. De pester zal uit de les gehaald worden. Voordat de pester weer mag deelnemen aan de les zal er eerst een gesprek plaatsvinden met de mentor, teamleider en ouders. Op het moment dat na alle inspanningen geen oplossing meer gezien wordt door de school is langdurige schorsing en/of verwijdering mogelijk.

## 6 DIGITAAL PESTEN

Op het Kamerlingh Onnes kijken de leerlingen van de brugklas naar een voorstelling van theaterbedrijf 'De Steeg'. Deze voorstelling heeft als thema 'cyberpesten'. Hiermee worden de leerlingen bewust gemaakt van de risico's en gevolgen van digitaal pesten.

### 6.1 WAT VALT ER ONDER DIGITAAL PESTEN?

Digitaal pesten is het pesten via het internet en via de mobiele telefoon. Digitaal pesten kan nog veel krachtiger zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

### 6.2 HOE WORDT ER GEPEST?

- Pestmail/Whatsapp/sms/Facebook/Snapchat/Instagram (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- Stalking: het stelselmatig lastigvallen van iemand door het blijven sturen van berichten of het dreigen met geweld in chatrooms.
- Het tegenkomen van ongewenst materiaal, zoals: porno en kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- Ongewenst contact met vreemden
- Webcamseks: beelden die ontvangen worden kunnen opgeslagen worden en te zijner tijd misbruikt worden (chantage)
- Hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pestmail.

### 6.3 HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN CYBERPESTEN

#### **Bewaar de berichten**

Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren door een beeldschermafdruk te maken.

#### **Blokkeren van de afzender**

Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pestmail kan blokkeren.

#### **Opsporen van de dader**

School neemt contact op met de ICT-coördinator/systeembeheerder en/of politie. Het is soms mogelijk om door het IP-adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden.

#### **Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester**

Neem contact op met de andere school als er leerlingen van andere scholen bij betrokken zijn. Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen. Zie ook de site [www.mijnkindonline.nl](http://www.mijnkindonline.nl).

#### **Verwijs de ouders zo nodig door**

Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:

- 0800-5010: de onderwijstelefoon (voor ouders over onderwijs)
- 0900-1113111: de vertrouwensinspectie

#### **Adviseer aangifte**

In het geval dat een leerling stelselmatig wordt gepest/bedreigd is er mogelijk sprake van een strafbaar feit en kunnen de ouders aangifte doen bij de politie. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden

ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar de jeugdagent van de school en/of Bureau Slachtofferhulp ([www.slachtofferhulp.nl](http://www.slachtofferhulp.nl), tel: 0800- 6334286) of [meldknop.nl](http://meldknop.nl) (staat ook een verwijsknop op de website van Kamerlingh Onnes).

Blijf in gesprek met de mentor. Eventueel in overleg met de pestpreventiecoach doorverwijzen naar hulpverlening wanneer verdere begeleiding nodig is.

## 7 Slotwoord

Samen staan we sterk, of je nu rector, docent of conciërge bent, samen moeten we het doen. Het begint bij een goed voorbeeld geven en contact onderhouden met de leerlingen. Als we dan iets signaleren waarbij ons interne kompas zegt dat er iets niet klopt, meld dit dan.

Dit document is een basis en maar slechts letters op papier. Laten we zo veel als mogelijk het pesten voorkomen en tegengaan!

Vragen en/of op- en/of aanmerkingen? Dan hoor ik het graag.

*-Robin Beugelink, Pestpreventie coach-*



**STA OP TEGEN  
PESTEN!**

## Signaalkaart pesten: de 6 pest-alerts!



**1** Let op signaalgedragingen



**2** Kijk naar rol-vastheid



**3** Smartphone wordt vriend of vijand



**4** Er is geen schuldgevoel of verzoening



**5** Het is fysiek grensoverschrijdend



**6** Herhaald plagen is pesten

### Tip

**1 Weg met vooroordelen**

Alle leerlingen kunnen slachtoffer zijn van pesten, dus weg met vooroordelen dat alleen de kneusjes gepest worden. Ook de jongen die goed kan sporten of het meisje dat populair is, kan slachtoffer zijn van pesten.

Het standaardprofiel van een slachtoffer of dader bestaat niet!

**2 Neem signalen serieus**

Als leerlingen aangeven dat ze gepest worden of wanneer ouders hiervan melding maken in school, neem deze signalen dan serieus. Ook al heb je het pesten niet kunnen waarnemen, het betekent niet dat er niet gepest wordt. Het is voor leerlingen vaak lastig om toe te geven dat ze gepest worden, dus elk signaal moet serieus genomen worden. Bovendien kan pesten zo subtiel zijn dat slechts weinig leerlingen het waarnemen, daardoor kan het lijken dat het niet voorkomt.

**3 Doe onderzoekjes en testjes**

Leerlingen weten vaak goed wie door wie gepest wordt in de klas. Je kunt kleine onderzoekjes en testjes doen om er achter te komen wat leerlingen weten. Natuurlijk kan het beeld dat leerlingen hebben vertekend zijn, maar het kan goede aanwijzingen bevatten.

Pestgedrag is vaak moeilijk te herkennen. Deze 6 'alerts' kunnen helpen om alert te zijn op pestgedrag. Het betekent overigens niet dat er niet gepest wordt als er op alle alerts negatief wordt geantwoord. Maar zelfs bij één positief antwoord is het tijd voor extra aandacht en misschien wel maatregelen.

Deze kaart is bedoeld om je te helpen om belangrijke signalen niet over het hoofd te zien.

Leerlingen die gepest worden, vertonen soms signaalgedrag. Dit kunnen onschuldige gedragingen zijn die aangeven dat er stress is: duwen, tics, vreemd praten, opeens druk met iets bezig zijn, dromen. Maar het kunnen ook ernstige signalen zijn zoals vaak ziek zijn, buikklasten of zelfbeschadiging. Vaak proberen leerlingen die gepest worden sociale groepen te vermijden waarin ze het risico lopen om gepest te worden. Deze vermijding noemen we vluchtgedrag. Voorbeelden zijn: alléén lunchen, langdurig toiletbezoek, in de gang blijven hangen of snel weg na schooltijd.

### 1 Let op signaalgedragingen

Bij pesten heeft iedereen zijn vaste rol, dit in tegenstelling tot plagen. Als iets een plagerijtje lijkt, kijk dan eens of het altijd dezelfde is die plaagt en altijd dezelfde die moet incasseren. Bij pesten zien we ook altijd meelopers en omstanders. De pester staat meestal niet alleen, de gepeste wel. Wees je ervan bewust dat pesten niet altijd uit grote gedragingen bestaat, soms is het een stemmetje imiteren of iemand nadoen, maar altijd in dezelfde rollen.

### 2 Kijk naar rol-vastheid

Afwijkend gedrag ten aanzien van de telefoon kan een signaal zijn. Als de leerling extreem zijn telefoon afschermend voor anderen of ontwijkend gedrag vertoont als het gaat over activiteiten op internet kan er sprake zijn van cyberbullying. Ook non-verbale signalen (stemmingswisseling) tijdens het gebruik van de telefoon kunnen een waarschuwing zijn.<sup>1)</sup>

### 3 Smartphone wordt vriend of vijand

Leerlingen maken ruzie, dit hoort erbij, maar vaak hebben leerlingen na afloop een schuldgevoel of zoeken ze naar een manier om te verzoenen. Elkaar voor een aantal dagen ontwijken kan ook een manier van verzoening zijn. Bij pesten zien we dat de pester meestal niet wil verzoenen en ook niet begrijpt waarom. Schuldgevoel ontbreekt omdat het slachtoffer het in zijn ogen verdient. Zie je dat leerlingen conflicten hebben, maar geen toenadering zoeken dan is er misschien iets aan de hand.

### 4 Er is geen schuldgevoel of verzoening

Pesten is soms letterlijk fysiek grensoverschrijdend en als iemand te dicht in de buurt komt kan dat bedreigend zijn. Pesters gaan deze grens vaak subtiel over door het slachtoffer even te duwen in het langlopen terwijl ze boeken uitdelen, de weg te blokkeren, onder de tafel met de voeten tegen de stoel te duwen en soms door heel dicht op de ander te staan. Fysiek grensoverschrijdend kan ook op afstand door de ander aan te staren terwijl het slachtoffer alles doet om de blik te ontwijken.

### 5 Het is fysiek grensoverschrijdend

Vaak wordt negatief gedrag afgedaan als een plagerijtje. Als het een herhaling is dan gaat het duidelijk om pesten. Een plagerijtje is leuk als het eenmalig is. Herhaling kan ook voorkomen omdat niet één leerling een geintje uithaalt, maar meerdere leerlingen hetzelfde geintje uithalen met hetzelfde slachtoffer. Heb je een geintje vaker gehoord: stop het!

### 6 Herhaald plagen is pesten



Radboud Universiteit



Voor onze contactgegevens zie: [www.pestkopapenkop.nl](http://www.pestkopapenkop.nl)

Disclaimer: Deze kaart is slechts een hulpmiddel voor scholen en leerkrachten. De makers kunnen niet garanderen dat elke vorm van pesten hierdoor herkend of voorkomen wordt. De intentie is de professionaliteit van de leerkracht te ondersteunen en daarom kunnen de makers niet aansprakelijk gesteld worden voor de gevolgen van het gebruik van deze kaart.

Copyright Apemanagement\* Eijsden en Praktikon, Nijmegen.

Deze kaart mag zonder toestemming gekopieerd en vermenigvuldigd worden mits met bronvermelding. De teksten en plaatjes mogen niet door derden voor commerciële doeleinden gebruikt worden.

<sup>1)</sup> Input voor Cyberbullying ontleent aan [www.cyberbullying.org](http://www.cyberbullying.org).

## Bijlage 2: ANTI-PESTCONTRACT KAMERLINGH ONNES

Ondergetekende, \_\_\_\_\_ in klas

\_\_\_\_\_ van het Kamerlingh Onnes houdt zich aan de onderstaande  
gemaakte afspraken:

### ***Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in school***

Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:

- ❖ Ik accepteer de ander zoals hij/zij is en ik discrimineer niet.
- ❖ Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen.
- ❖ Ik blijf van de spullen van een ander af.
- ❖ Als er ruzie is, speel ik niet voor eigen rechter.
- ❖ Ik bedreig niemand, ook niet met woorden.
- ❖ Ik neem geen wapens of drugs mee naar school.
- ❖ Ik gebruik geen geweld.
- ❖ Als iemand mij lastig valt, vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen.
- ❖ Als iemand niet wil stoppen met het lastigvallen, vraag ik een docent of medewerker van school om hulp.
- ❖ Ik doe niet aan cyberpesten.

Bij het verbreken van het contract wordt dit gemeld aan de mentor of een ander vertrouwd persoon binnen de school en zal er een afspraak worden gemaakt tussen de pester en gepeste leerling. Hiervan zullen ouders op de hoogte worden gesteld en waar nodig worden uitgenodigd bij het gesprek.

*Datum en Plaats* \_\_\_\_\_

Handtekening leerling: \_\_\_\_\_

Handtekening mentor: \_\_\_\_\_

Dit contract zal komen in het dossier van de leerling en er gaat een kopie naar huis.



## Bijlage 3; No Blame methode

De No Blame-Methode ziet pesten als een groepsprobleem, waarbij er bij niemand de schuld wordt gelegd. De gevoelens van de betrokken personen zijn belangrijker als de eigenlijke feiten. Alleen als het slachtoffer akkoord gaat met een straffeloze aanpak, is het zinvol.

Het proces verloopt in 7 stappen:

### 1. Gesprek met het slachtoffer.

- Beschouwende, inlevende reacties.
- GEEN feitelijk bewijsmateriaal verzamelen.
- WEL slachtoffer proces laten begrijpen en toestemming geven voor proces.
- Namen noemen, gevoel beschrijven/tekenen, kans bieden tot contact opnemen.

### 2. Bijeenkomst met de betrokken leerlingen.

→ Groep van 6 à 8 leerlingen: pesters, meelopers, stille getuigen, behulpzame leerlingen.

### 3. Leg het probleem uit.

- Tekst/tekening gebruiken.
- Geen details, feiten of beschuldigingen.

### 4. Deel de verantwoordelijkheid.

- Niemand wordt gestraft.
- Gedeelde verantwoordelijkheid voor gelukkig en veilig gevoel bij het slachtoffer.
- Bijeenkomst is om probleem op te lossen.

### 5. Vraag naar de ideeën van elk groepslid.

- Macht verschoven naar groepsgeheel.
- Ideeën in ik-taal: ik... (Niet opgelegd).
- Niets van de leerkracht.

### 6. Laat het aan hen over.

- Voorstellen uitvoeren.
- Geen schriftelijk verslag! Vertrouwen!

### 7. Spreek hen opnieuw.

- Na ongeveer een week met elk groepslid en slachtoffer apart.

# Zo pakken wij pesten aan!

## Vermoeden van pesten

Je verneemt dat een leerling(en) gepest wordt.

## Informeer de mentor of leerlingcoördinator

## Gesprek leerling

Afhankelijk van dit situatie kan de mentor drie stappen ondernemen.

### Overleg nodig

Afstemmen met leerlingcoördinator welke stappen er ondernomen kunnen worden.

### No blame methode

Er wordt met een groepje leerlingen gekeken hoe de situatie opgelost kan worden.

In Teams staat een stappenplan.

### Directe aanpak

Afspraken maken met de leerlingen die betrokken zijn bij de situatie.

In Teams is een gespreksplan die kan ondersteunen.

## Herhalen en evalueren

Mentor evalueert wekelijks de gemaakte afspraken en controleert of het probleem geholpen is met de interventie.

## Geen effect?

Overleg met leerlingcoördinator, teamleider of pestpreventie coach wat te doen.

### Goed om te weten:

- Werk samen! Zorg ervoor dat lesgevende docenten, ouders en zo nodig OOP op de hoogte is van de situatie en gemaakte afspraken.
- Dossier! Maak notities in Magister zodat we weten of een leerlingen vaker betrokken is bij pestsituaties.
- Straffen zorgt niet voor een betere relatie tussen leerlingen en wordt nauwelijks van geleerd.
- Blijf neutraal en oordeel niet te snel! Wij zijn de professionals.

## Literatuurlijst

Currie, C. et al. (2012) Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey. Kopenhagen: WHO Regional Office for Europe

Kamerlingh Onnes (2016) Zorgbeleidsplan Kamerlingh Onnes.

Lindenberg, S. et al. (2005) Pesten. Over daders, slachtoffers, dader/slachtoffers en niet-betrokken leerlingen. In: Kind en adolescent, Jaargang 26, nr.3 05/09/2005 aug. 2005, pag.305-317.

Meer, B. van der (1991) Pesten op school. Tijdschrift voor Orthopedagogiek, pp 337-347 Houten: Bohn, Stafleu & Van Loghum

Nederlands Jeugdinstituut, Pesten, 5 juli 2016, <http://www.nji.nl/Pesten>

Stichting School & Veiligheid, 5 juli 2016, <https://www.schoolenveiligheid.nl/>