

PROTOCOL
Pesten / Pestgedrag

SG De Rietlanden

(versie sept 2017)

INHOUDSOPGAVE

Vooraf	2	
Pesten wordt actief bestreden	3	
Voorwaarden	3	
De vijfsporenaanpak	3	
Stappenplan bij pesten / pestgedrag	4	
Verantwoordelijkheden bij pesten	5	
De ouders	5	
De mentor	5	
De teamleider	5	
De schoolleider	5	
Wat doet De Rietlanden tegen pest/pestgedrag?	6	
Schoolniveau	6	
Klas- en individueel niveau	7	
Cyberpesten	7	
Maatregelen schoolleiding bij geen gedragsverandering bij pester	8	
Schorsing	8	
Schoolverwijdering	8	
De rol van de vertrouwenspersoon en/of het Ondersteunings Team	8	
Leerlingbemiddeling	8	
Bijlagen		
Bijlage I	Algemene Informatie om pesten beter te herkennen	9
Bijlage II	Leidraad voor een gesprek met de leerling die pest	12
Bijlage III	Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	12
Bijlage IV	Voorbeeld van een pestcontract	13

Vooraf

Pesten dat wij vermoeden of opmerken en signalen die ons daarover bereiken nemen we op De Rietlanden serieus

Regel 1 van de afspraken (huisregels) Van De Rietlanden luidt: “Op De Rietlanden behandelen we elkaar met respect in woord en daad.” De regel drukt uit dat we willen dat de school een veilige omgeving biedt voor iedereen. In zo’n veilige omgeving wordt bepaald gedrag niet getolereerd en is er zeker geen plaats voor pesten. Pesten is absoluut verboden en op iedere vorm van pesten wordt gereageerd.

En als de regel dan toch wordt overtreden? Als iemand zich niet aan deze regel houdt? Daarover gaat dit document. Want wanneer we pesten opmerken of op pesten worden geattendeerd, wil de school een actieve rol spelen. Moet een actieve rol spelen!

Uiteraard is het onderwerp niet eendimensionaal. Wat de een pesten vindt, vindt de ander een plagerijtje. Of een grap. Die grenzen tussen pesten, plagen, uitdagen en grappen uithalen is vaak een dunne. Wat wij echter niet willen, is een leerling van ons zich de dupe voelt omdat wij niet hebben willen zien dat een grap of plagerij door die leerling als kwetsend werd ervaren.. Dat kan alleen als we het thema erkennen, er aandacht aan besteden, bespreekbaar maken en tot onderwerp van gesprek maken zodra we twijfel voelen over intenties of er opmerkzaam op gemaakt worden dat er bij anderen twijfel bestaat over intenties.

Als iedereen de regel “Op De Rietlanden behandelen we elkaar met respect in woord en daad” vanzelfsprekend vindt, dan zal ook iedere leerling en medewerker ergens een luisterend oor vinden, of dat nou de eigen mentor is, een van de docenten, de medewerker in het opvanglokaal, de conciërge of de teamleider.

Dit document heeft als doel om allen die betrokken zijn bij De Rietlanden te informeren over wat de school doet om een zo veilig mogelijk schoolklimaat te scheppen en dit te beschermen. Daarnaast bevat het teksten die een hulpmiddel kunnen zijn om pesten te herkennen, bespreekbaar te maken en te bestrijden. Deze teksten zijn terug te vinden in de bijlagen van dit document. Voor deze teksten is soms gebruik gemaakt van het pestprotocol van het Don Bosco College in Volendam en O.R.S. Lek en Linge en van www.pestweb.nl. Immers, waarom zouden we zelf het wiel uitvinden. De aanpak van pesten op De Rietlanden heeft echter wel een authentiek bij de school passend karakter. Dat kan ook niet anders: elke school is anders. Ook dat is in dit document terug te vinden.

Pestbeleid is niet statisch. Afhankelijk van ontwikkelingen binnen de school, zal ook het handelen rond pesten zich verder ontwikkelen. Dat betekent dat dit protocol van tijd tot tijd aangepast zal moeten worden.

Pesten wordt actief bestreden

Met dit protocol verklaart de school dat pestgedrag dat de school waarneemt of waar de school mee wordt geconfronteerd, niet geaccepteerd wordt en dat zij dit volgens een vooraf bepaalde handelwijze zal aanpakken. De ouders verklaren zich met die aanpak akkoord, verklaren zich bereid aan die aanpak mee te werken en de school te informeren wanneer zij signalen opvangen van pesten van of door een leerling van De Rietlanden.

Een dergelijke afspraak kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan. Die voorwaarden zijn de volgende.

Voorwaarden

1. Pesten wordt onacceptabel geacht door alle direct betrokken partijen: de schoolleiding, docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. De betrokken partijen zijn bereid tot samenwerking om de problemen rond pesten aan te pakken.
2. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat om pesten tegen te gaan.
3. De schoolorganisatie is alert op pesten en haar medewerkers nemen duidelijk stelling tegen pesten.
4. De schoolorganisatie ontplooit preventieve (les)activiteiten.
5. Ouders en leerlingen hebben ook een verantwoordelijkheid om pesten tegen te gaan: bij het signaleren, doorgeven, voorkomen en bestrijden.

De vijfsporenaanpak

De school gaat daarom uit van een aanpak die gebaseerd is op vijf pijlers.

1 De school erkent haar algemene verantwoordelijkheid

- De school zorgt ervoor dat allen in de school (de directie, de mentoren, de docenten, de ondersteuners) voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten.
- De school werkt aan een beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is.

2 De school biedt steun aan de jongere die gepest wordt

- Het probleem wordt serieus genomen.
- Er wordt uitgezocht wat er precies is gebeurd.
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen.
- Het aanbieden van hulp door de vertrouwenspersoon

3 De school besteedt aandacht aan de jongere die pest

- Het confronteren van de pester met zijn gedrag en de gevolgen hiervan voor de gepeste.
- De achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen.
- Het aanbieden van hulp door de vertrouwenspersoon en/of het Zorg Adviesteam.

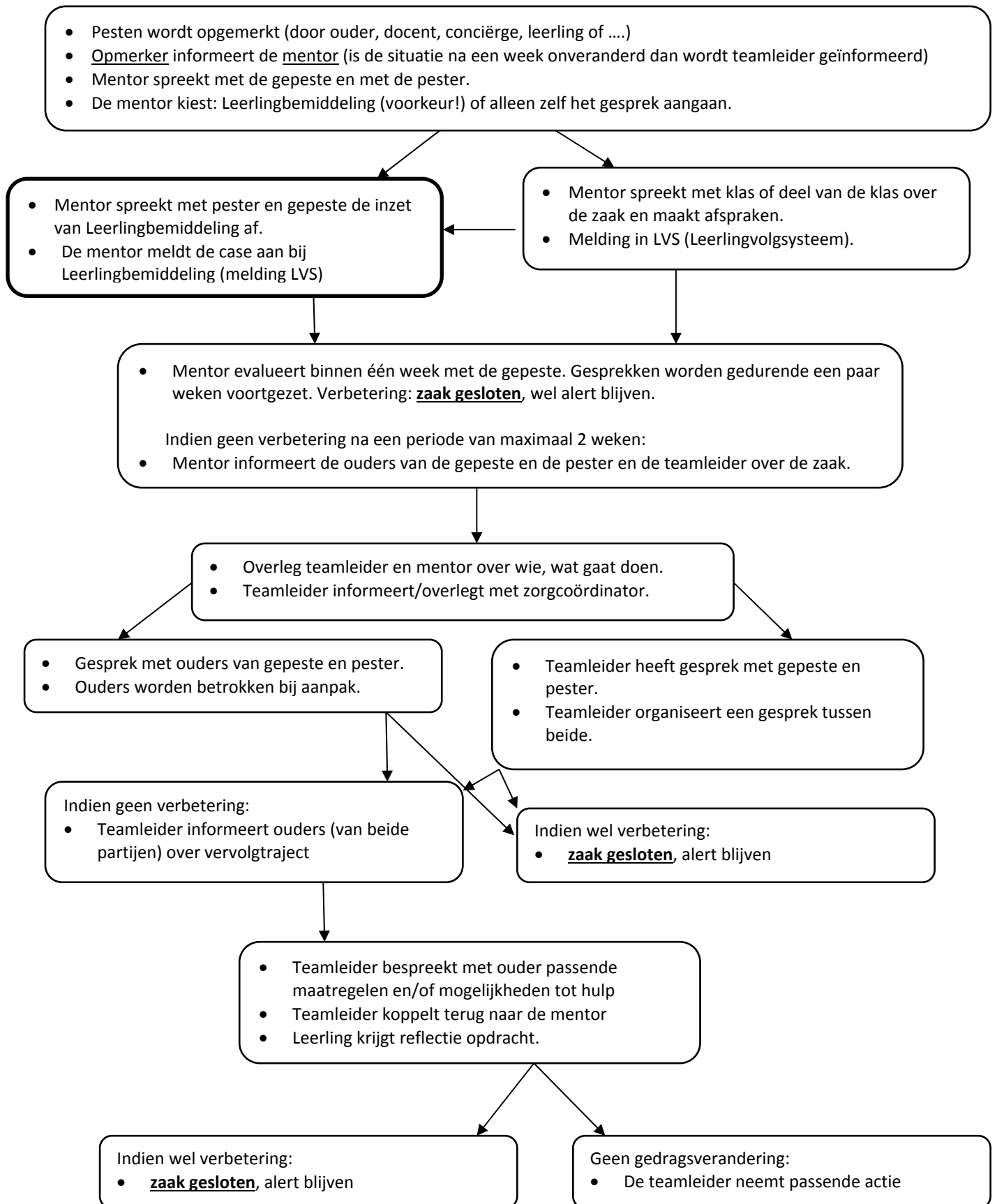
4 De school betreft de meelopers / zwijgende meerderheid bij het probleem

- De mentor bespreekt met de klas het pesten en wijst op de rol van alle leerlingen hierin.
- Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie.

5 De school biedt steun aan de ouders

- Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen.
- De school werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken.
- De school geeft adviezen aan de ouders in het omgaan met hun gepeste of pestende kind.
- De school verwijst de ouders zo nodig naar deskundige hulpverleners.

Stappenplan bij pesten / pestgedrag



Verantwoordelijkheden bij pesten

a) De ouders

- Wanneer ouders merken dat hun kind gepest wordt óf zelf andere kinderen pest melden zij dit bij de mentor. Is de situatie na een week niet veranderd, dan nemen ze contact op met de teamleider.

b) De mentor

- Wanneer het pesten in de klas plaatsvindt, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester (apart). Op basis van dit gesprek besluit de mentor wat het vervolgtraject is. Een leidraad voor deze gesprekken, en tips voor gesprekken met meerdere leerlingen over pesten, staan in bijlage 2 en 3. In eerste instantie wordt gestuurd op doorverwijzing naar Leerlingbemiddeling. Daar moeten beide partijen mee instemmen.
- Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
- De mentor bespreekt in dit gesprek ook dat, indien het pesten zich herhaalt, de teamleider en de ouders van pester en gepeste worden geïnformeerd. De mentor legt het gesprek en de gemaakte afspraken vast in het leerlingvolgsysteem bij pester en gepeste.
- Als de klas veel mee heeft gekregen van het pesten, praat de mentor met de klas. Zo kan de groeps sfeer hersteld worden. Bovendien is het belangrijk om te benadrukken dat ook de rest van de klas een verantwoordelijkheid heeft. Als de klas niks van het pesten heeft meegekregen, en het speelt zich alleen tussen de twee leerlingen af, dan hoeft het niet met de hele klas besproken te worden.
- Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor (zoals eerder aangekondigd) het gedrag aan beide ouders en aan de teamleider. De mentor overhandigt de teamleider het verslag met daarin de gebeurtenissen en de gemaakte afspraken.
- Als het pesten het klassenverband overstijgt (het gebeurt bijvoorbeeld ook in de gangen, op het plein, of via internet), overleggen de betrokken mentoren met elkaar.

c) De teamleider

- De teamleider en de mentor overleggen over wie welke taak op zich neemt bij hardnekkig pestgedrag. Desgewenst schakelen zij de zorgcoördinator, orthopedagoge en/of vertrouwenspersoon in voor advies of ondersteuning.
- De teamleider heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart, of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
- In het contact met de pester is het doel: confronteren, mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen, helderheid geven over het vervolgtraject (het betrekken van ouders, het nemen van passende maatregelen) bij herhaling van pesten.
- In het contact met de gepeste wordt er gekeken of hij/zij sociaal gedrag vertoont waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters. De teamleider adviseert zo nodig, zowel aan de pester als aan de gepeste, hulp op vrijwillige basis door de vertrouwenspersoon c.q. jeugdmaatschappelijk werk. Dit gebeurt in overleg met de zorgcoördinator en evt. met ondersteuning van de orthopedagoog.
- De teamleider stelt de betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject, zoals hierna omschreven bij c) en d).
- De teamleider bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders. En koppelt informatie terug naar de mentor.

d) De schoolleiding (Alleen ingeschakeld in uiterste gevallen)

- Als het pesten niet stopt neemt de betrokken teamleider of schoolleiding actie.

- Na schorsing, gesprek met ouders en geboden hulp/training kan het volharden in pestgedrag leiden tot een verwijderingsprocedure.

Wat doet De Rietlanden tegen pesten/pestgedrag?

De school werkt aan sociale veiligheid, binnen en buiten de lessen. Dit komt naar voren op drie niveaus. Schoolniveau, klas- en individueel niveau.

Schoolniveau:

Preventief:

- Scheiding van onderbouw en bovenbouw in de pauze wordt nagestreefd. Hiermee wordt voor de kleinere onderbouw leerlingen een overzichtelijke ruimte gecreëerd.
- Lessen voor onderbouw leerlingen vinden zoveel mogelijk plaats in het onderbouwgedeelte van de school.
- Pauze surveillance door docenten, in pauzes lopen docenten binnen en buiten, hebben daarbij een toezichthoudende rol. Daarnaast signaleren zij ook. Door het rondlopen is een docent ook makkelijk aanspreekbaar door leerlingen, laagdrempelig in geval van een probleem.
- Iedere ondersteunende medewerker heeft een signalerende rol, de conciërges echter in het bijzonder. De deur van zijn loge staat over het algemeen open en een leerling kan er zijn verhaal kwijt.
- In de warme overdracht met de basisschool en het vervolgonderwijs wordt nagegaan of pesten of gepest worden een rol heeft gespeeld in de schoolloopbaan van de leerling.
- De Rietlanden organiseert per schooljaar verschillende ouderavonden, aan de start van het schooljaar maar ook gedurende het schooljaar samen met de Ouderraad. Hierin komt de gezamenlijke verantwoordelijkheid van ouders en school tot uiting om pesten tegen te gaan en aan te pakken.
- De school heeft ongeveer 2 keer per trimester georganiseerd dat het mogelijk is om mentoren te spreken en 1 keer per trimester met vakdocenten.
- Door de aanwezigheid van het opvanglokaal kunnen leerlingen laagdrempelig melding maken van probleempjes en ruzies. In een vroeg stadium kunnen deze dan opgepakt worden.
- Leerlingen en medewerkers horen op de hoogte te zijn van de aanwezigheid en functie van de vertrouwenspersoon op De Rietlanden. Deze vertrouwenspersoon is makkelijk toegankelijk voor leerlingen, rechtstreeks of via mentor of andere medewerkers.
- In geval van mogelijke problemen zijn er korte contactlijnen tussen ouders, mentoren, docenten en teamleiders c.q. schoolleiding. Er wordt snel gereageerd op telefoontjes, e-mails en andere signalen van ouders.
- Op schoolniveau worden activiteiten georganiseerd die buiten klasniveau het gevoel van saamhorigheid en het kennen van elkaar vergroten, talentgroepen, sporttoernooien, de sportklas, mountainbikegroep en natuurlijk de schoolfeesten.

Curatief

- Leerlingbemiddeling. in geval van ruzie, pesten, meningsverschillen worden getrainde medeleerlingen ingeschakeld die helpen de ruzie of het pestprobleem om te lossen. Leerlingen worden daarmee mede verantwoordelijk gemaakt voor oplossingen.
- Als de ouders toestemmen is het mogelijk om een zaak in te brengen in het Zorg Advies Team. Doel hiervan is een casus in een breder verband te bespreken om te komen tot oplossingen.
- Disciplinerende maatregelen. Indien noodzakelijk treedt naast de gewone medewerker de teamleider en/of schoolleider op om sancties uit te laten voeren. Dit kan gaan van nablijven, strafwerkschrijven tot schorsing en zelf tot verwijdering van school.

Klas en individueel niveau:

Preventief:

- Naast vaklessen hebben we mentorlessen. De mentor geeft de leerlingen ook gewone vaklessen en ziet de leerlingen bijna elke lesdag.
- Zorgdragen voor een goede sociaal emotionele ontwikkeling van de leerlingen middels de mentorlesmethode leefstijl, daarbij aandacht voor groepsprocessen, omgaan met verschillen, omgaan met groepsdruk en respect.
- Voor het eerste leerjaar is er een speciaal introductie programma.
- Bij de start van ieder schooljaar is er aandacht voor de groepsvorming in de klas, het gesprek over schoolregels en klassenregels.
- Er vindt voorlichting en gesprekken plaats over seksuele diversiteit, bijvoorbeeld de voorlichting van het COC die regulier in het derde leerjaar plaatsvindt.
- Het in het algemeen vergroten van het gevoel van competentie bij leerlingen, succeservaringen zorgen voor zelfverzekerder leerlingen. Hiermee ondervang je deels de onderliggende oorzaken van pestgedrag.
- Bij leerlingen met een indicatie en/of een extra ondersteuningsbehoefte is er in het bijzonder aandacht voor pesten door hun eigen begeleiders.
- De mentor en vakdocenten hebben oog voor signalen van pesten en/of gepest worden. Tijdens leerlingbesprekingen wordt hierover gesproken.
- Er worden activiteiten georganiseerd die het gevoel van saamhorigheid in de klas vergroten, bijvoorbeeld een klassenavond.

Curatief:

- Het betrekken van de klas bij het probleem door bespreekbaar te maken in de (mentor)les en de rollen van leerlingen hierbij te benoemen.
- Het al dan niet low-profile organiseren van steun (Friending) voor de gepeste leerling.
- Vergroten van het zelfvertrouwen van de gepeste door training, bijvoorbeeld: sociale vaardigheidstraining, budo-training.
- Bewustwording van eigen gedrag van pester en omgaan met groepsdruk door budo-training.
- Ouders van betrokken leerlingen worden op de hoogte gesteld en zo mogelijk betrokken bij het komen tot een oplossing.
- Ook hier als laatste de mogelijkheid van disciplinerende maatregelen. Indien noodzakelijk treedt naast de gewone medewerker de teamleider en/of schoolleider op om sancties uit te laten voeren. Dit kan gaan van nablijven, strafwerkschrijven tot schorsing en zelf tot verwijdering van school.

Cyberpesten

Een aparte problematiek vormt het cyberpesten of digitaal pesten. Cyberpesten is pesten via het internet en via de mobiele telefoon. Cyberpesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de ouders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

Binnen De Rietlanden werken we met een protocol 'ICT-gebruik.' In de computerlokalen hangen de regels omtrent Netiquette.

Bij de mentorlessen en tijdens de ICT-lessen wordt aandacht besteed aan de juiste omgangsvormen binnen sociale media en welke voorzorgen leerlingen kunnen/moeten treffen om cyberpesten te voorkomen.

Naast de eerder genoemde acties bij het gewone pesten wordt met de leerling besproken wat deze zelf ook kan doen in het geval van cyberpesten.

Het gaat dan om:

- het bewaren van berichten,
- het blokkeren van afzenders.

In ieder geval wordt met ouders contact opgenomen,. Er wordt op de mogelijkheid van aangifte gewezen en doorverwijzing wordt besproken. Waar mogelijk wordt gebruik gemaakt van eigen mogelijkheden: de ICT-infrastructuur van de school biedt mogelijkheden om zo nodig intern daders te achterhalen.

Maatregelen schoolleiding bij geen gedragsverandering bij pester

Schorsing

Wanneer ook het verplichte pestproject geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een schorsing van één of meerdere dagen. Daarna krijgt de pestende leerling een lange schorsing.

Schoolverwijdering

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag liggen er geen perspectieven meer tot verandering. De school kan en wil geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen. Er rest de school niets anders dan schoolverwijdering.

De rol van de vertrouwenspersoon en/of het Ondersteuningsteam.

Vertrouwenspersoon / ondersteuningsteam heeft de volgende rol:

- a. Zij ondersteunt waar nodig mentoren en coördinatoren tijdens de verschillende fasen in het proces
- b. Zij biedt op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
- c. Zij biedt een sociaal-emotionele training aan voor het eerste en tweede leerjaar.
- d. Zij kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
- e. Zij biedt kleinere trainingen aan bij specifieke hulpvragen, zoals bijvoorbeeld een assertiviteitstraining (hooguit vier keer).
- f. Zij vraagt regelmatig aandacht voor de problematiek via de nieuwsbrief aan de ouders en via de schoolkrant.

Leerlingbemiddeling

Wat zijn waarde heeft bewezen is bij conflicten de bemiddeling van leerlingen in te zetten. Deze zogeheten 'Leerlingbemiddeling is een goede en leerzame manier gebleken om met conflicten om te gaan. Het omgaan met conflicten is een belangrijk onderdeel van de sociaalemotionele ontwikkeling van de leerling. Op De Rietlanden in Lelystad vinden wij sociaalemotionele ontwikkeling erg belangrijk en daarom zetten wij ook hoog in als het gaat om een prettige en sociale schoolcultuur. Om dit te bereiken zetten wij diverse middelen in zoals de mentorles, Leefstijl, groepsvormende activiteiten en onder nog vele andere ook leerlingbemiddeling.

Bij leerlingbemiddeling (of peer-mediation) bemiddelen leerlingen tussen conflicten van medeleerlingen van een klas lager. Het voordeel hiervan is dat de belevingswereld van de bemiddelaars ongeveer dezelfde is als die van de ruziemakers. Bovendien worden de bemiddelaars opgeleid om absoluut geen partij te kiezen en om enkel ruimte te bieden om tot een oplossing te komen. Bemiddelaars verzinnen geen oplossingen, ze geven alleen de gelegenheid om er in alle redelijkheid uit te komen.

In schooljaar 2009/2010 is op De Rietlanden met leerlingbemiddeling begonnen en al snel bleek dat het een schot in de roos was. Niet alleen leerden de opgeleide bemiddelaars in de praktijk hun gespreksvaardigheden en bemiddelingstrucs te gebruiken, ook werden vrijwel alle conflicten naar tevredenheid van beide partijen opgelost. Dit was boven verwachting. De ook opgeleide coaches hielden in het begin nog een oogje in het zeil, maar al snel bleek dat de bemiddelaars heel goed in staat waren om het gesprek zelf te voeren. De coaches bleven dan enkel voor het napraten met de bemiddelaars.

Bijlage I

Algemene Informatie om pesten beter te herkennen

Wat is pesten?

Pesten is het systematisch vernederen en intimideren van een persoon die niet (meer) in staat is zichzelf te verdedigen, met als gevolg dat die persoon buiten de groep wordt gedreven. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend.

Pesten is meestal iets van een groep. Binnen die groep heeft iedereen een rol: er zijn 'pesters', 'meelopers', 'stillen', 'stiekemerds', 'buitenstaanders', 'gepesten' en 'helpers'. Het pesten gebeurt vaak meer dan een keer, soms houdt het weken of maanden aan. Het gepeste kind heeft verdriet en pijn. Het pesten maakt hem angstig en bang. Hij weet niet hoe het pestgedrag te stoppen en doet geen beroep op volwassenen om hem te helpen. Redenen hiervoor kunnen schaamte zijn of de angst dat het pesten nog erger zal worden. Soms lijkt het probleem onoplosbaar voor het kind of heeft het kind het idee dat hij klikt. Het pesten gebeurt meestal zo dat volwassenen het niet merken.

Mogelijke verschijningsvormen van pesten op een school (waardoor de omgeving alert zou moeten worden):

- Een leerling wordt nooit gekozen bij gym
- Een bepaalde leerling mag nooit meedoen
- Niemand wil naast een bepaalde leerling zitten
- Er wordt niet naar een leerling geluisterd
- Een leerling wordt belachelijk gemaakt
- Iemand wordt steeds geduwd, geslagen, geschopt en aangeraakt
- Er worden grapjes gemaakt ten koste van iemand
- Bepaalde leerlingen worden uitgescholden en/of uitgelachen
- Van een bepaalde leerling worden spullen kapot gemaakt of afgepakt
- Er wordt geroddeld over steeds dezelfde leerling
- Een leerling wordt opgewacht of achtervolgd
- Een leerling/groepje wordt gediscrimineerd
- Een leerling wordt bedreigd

Wat is plagen en wat is pesten?

Pesten is beschadigend en levert verliezers op. Plagen is groeibevorderend en zorgt ervoor dat iedereen wint. Plagen is stoeien, je zoekt elkaars grenzen op: de ene keer wint de een, de andere keer de ander. Stoeien en plagen leiden ertoe dat mensen hun grenzen leren ontdekken, aangeven en verdedigen. Met stoeien maak je vrienden: het is een uiting van vriendschap; er ligt vertrouwen aan ten grondslag. Bij pesten ontbreken al die elementen: er is sprake van ongelijkheid, angst, wantrouwen en pijn.

Welke kinderen hebben kans om gepest te worden?

Kinderen die afwijken van de norm: hoge cijfers halen, 'verkeerde' kleding dragen, tot een andere cultuur behoren, stotteren enz.

minder weerbaar zijn: niet assertief, voorzichtig, teruggetrokken, angstig.

weinig zelfvertrouwen hebben, soms hebben zij ook een negatief zelfbeeld.

sociaal-onhandig gedrag vertonen, zij zeggen vaak de verkeerde dingen op het verkeerde moment (tegen de verkeerde persoon).

Signalen voor leerkrachten:

Hoe herken je kinderen die mogelijk gepest worden?

- Zij staan vaak alleen
- Zij worden als laatste gekozen
- Zij blijven dicht bij de leerkracht
- Zij worden gezien als klikkers (heilig boontje)
- Zij lijken angstig en onzeker
- Zij kunnen op den duur slechtere cijfers halen
- Zij gaan volgzzaam gedrag vertonen

Hoe wordt er gepest?

Met woorden:	vernederen, belachelijk maken schelden dreigen met bijnamen aanspreken gemene briefjes, mailtjes, sms-jes schrijven
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 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.

De ouders van leerlingen die gepest worden, hebben er soms moeite mee, dat hun kind aan zichzelf zou moeten werken. Hun kind wordt gepest en dat moet gewoon stoppen. Dat klopt, het pesten moet stoppen. Echter een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op school; het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

Welke kinderen pesten?

Kinderen die pesten zijn vaak de sterkeren in de groep. Ze zijn of lijken populair. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken.

Kinderen die pesten krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden en je hoort bij een groep. Doorgaans voelen kinderen die pesten zich niet schuldig, want het slachtoffer vraagt er volgens hen om gepest te worden

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie
- 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 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. 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)

Probeer deze oorzaken in een gesprek boven tafel te krijgen. Het pestgedrag wat ze nu vertonen, levert vaak veel op: hooggeplaatst worden in de hiërarchie, een zekere positie.

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 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 aanpakken van pesten

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de school. De grote vraag is hoe dat het beste kan en vooral ook hoe je dat als team het beste kan aanpakken. Op De Rietlanden werken we volgens het stappenplan van het pestprotocol zoals dat in dit document omschreven staat.

Cyberpesten

Cyberpesten is pesten via internet of telefoon. Ook nu gaat het om uitschelden, belachelijk maken en buiten sluiten.

Vormen van cyberpesten:

- Beledigen via sms, mail of chat:
je kunt elkaar vervelende boodschappen sturen. Dit gebeurt vaak anoniem of onder een verzonden naam.
- Misleiden via internet of mobieltje:
een ander kan zich voordoen als iemand anders, door bijvoorbeeld een nepprofiel aan te maken in een chatprogramma. Omdat je elkaar niet ziet, geloof je al snel dat degene aan de andere kant echt degene is die hij zegt dat hij is. Je kunt ook in een sms verbergen wie je echt bent.
- Bedreigen via internet of mobieltje:
omdat je kunt verbergen wie je echt bent in het contact via internet of mobieltje, kun je iemand gemakkelijk bedreigen.
- Roddelen via internet:
in het contact via internet kan gemakkelijk geroddeld worden. Bijvoorbeeld via mail of chat. Degene over wie geroddeld wordt, wordt gewoon niet uitgenodigd voor het gesprek.
- Inbreken in iemands mailbox of chatprogramma:
door achter iemands wachtwoord te komen, kun je in zijn mailbox komen of je in een chatprogramma voordoen als die persoon. Je kunt dan uit naam van die persoon vervelende berichtjes rondsturen naar zijn contactpersonen.
- Foto's van mobieltjes en webcam op internet plaatsen:
met een mobieltje en een webcam kun je ongemerkt foto's maken. Deze foto's kunnen heel persoonlijk zijn. Vaak worden deze foto's nog bewerkt om iemand belachelijk te maken. Vervolgens worden ze op internet geplaatst. Foto's die op internet verschijnen, zijn heel moeilijk te verwijderen, omdat ze overal weer kunnen opduiken.
- Bezemen:
jongens plaatsen filmpjes van meisjes op Youtube, met smerige teksten, waarbij ze bij voorbeeld voor hoer uitgemaakt worden, soms met adresgegevens erbij.
- Virussen sturen:
door virussen naar iemands computer te sturen, zorg je ervoor dat die computer crasht.

Bijlage II

Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem
 - Door wie wordt je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
 - Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
 - Hoe vaak wordt je gepest?
 - Hoe lang speelt het pesten al?
 - Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
 - Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
 - Zijn er jongeren die jou wel eens proberen te helpen?
 - Wat wil je dat er nu gebeurt, wat wil je bereiken?
-
- 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. Let daarbij op de volgende aspecten:
 - Hoe communiceert de leerling met anderen?
 - Welke lichaamstaal speelt een rol?
 - Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
 - Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Ergens is er iets in zichzelf dat de pester gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan want niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.

Bijlage III

Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Het doel van dit gesprek is drieledig:

- de leerling confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan (waarvan tevens de vraag deel uitmaakt: werd/word je zelf wel eens gepest)
- Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
- Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt

Confronteren

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde.

Confronteren is

- probleemgericht en richt zich op gedrag dat waar te nemen is. Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht, bijvoorbeeld: je hebt cola in de tas van Piet laten lopen. Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent! Zodra we gaan interpreteren reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met kritiseren.
- relatiegericht. Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt maar met behoud van de relatie, bijvoorbeeld. Ik vind dat je heel erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt. **Zeg nooit: Je bent heel gemeen.** Je wilt duidelijk verder met de jongere. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.
- specifiek blijven. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
- veranderingsgericht. Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

Achterliggende oorzaken

Nadat het probleem benoemt is, richt jij je op het waarom? Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Etc.

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

Biedt zo nodig hulp aan van de counselor (op vrijwillige basis)

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie richtlijnen pesten).

Bijlage IV

Voorbeeld van een contract “veilig in school”

Contract “veilig in school”

Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in school.

Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:

1. Ik accepteer de ander zoals hij is en ik discrimineer niet
2. Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen
3. Ik blijf van de spullen van een ander af
4. Als er ruzie is speel ik niet voor eigen rechter
5. Ik bedreig niemand, ook niet met woorden
6. Ik neem geen wapens of drugs mee naar school
7. Ik gebruik geen geweld
8. Als iemand mij hindert vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
9. Als dat niet helpt, vraag ik een docent om hulp