

Anti-pestprotocol

De Passie Utrecht



Colofon

Vastgesteld door: MT op 20 februari 2025
Informatief naar de MR op 17 maart 2025



Inhoud	
1. Visie	5
2. Theorie	6
2.1 Plagen of pesten.....	6
Plagen.....	6
Pesten.....	6
2.2 Voorbeelden van specifiek pestgedrag.....	6
3. Aanpak	7
3.1 Preventief beleid.....	7
3.2 Curatief beleid.....	8
De steungroep aanpak.....	8
4. Achtergrondinformatie	9
4.1 Instanties.....	9
Binnen de school.....	9
Buiten de school.....	9
4.2 Publicaties.....	10
Bijlage 1 - Contactgegevens vertrouwenspersonen	11
Bijlage 2 - Ouders	12
Informatie voor ouders van gepeste kinderen.....	12
Informatie voor ouders van pestende kinderen.....	13
Bijlage 3 - Digitaal pesten	14
Wat kun je doen om digitaal pesten te voorkomen?.....	14
Wat kun je tegen digitaal pesten doen?.....	14
Bijlage 4 - De steungroepaanpak van pesten	16
Stappenplan.....	16
Bijlage 4 - Pesttest voor de klas	21
Oefening 1.....	21
Oefening 2.....	22
Oefening 3.....	23



1. Visie

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

Bovenstaande uitspraak 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 en 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.

Alle personeelsleden op de Passie bevorderen deze ontwikkeling door het scheppen van een open en prettige werksfeer in de klas en daarbuiten. Het moet voor iedere leerling mogelijk zijn 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 dat persoonlijke grenzen overschreden worden en dat past niet in een prettig en veilig klimaat voor iedereen.

Het anti-pestprotocol is geschreven voor de medewerkers van de school en is ook in te zien door ouders en leerlingen. Het anti-pestprotocol laat zien hoe de school omgaat met pesten. Het maakt onderdeel uit van de protocollen die binnen de leerlingenbegeleiding gehanteerd worden. Het anti-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.

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.”



2. Theorie

2.1 Plagen of pesten

Wat de één ervaart als ongewenst gedrag, hoeft dat voor een ander niet te zijn. Het wordt een probleem als je er samen niet meer uitkomt. Er is een wezenlijk verschil tussen plagen en pesten.

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 of kan 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).

Pesten:

- Ongewenst
- Psychische 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 en het kan verbaal of fysiek tot uiting komen. Soms spreken we van intimidatie of isolatie. Ook stelen of vernielen van andermans bezittingen kan onder pesten vallen.

Een specifieke vorm van pesten is het cyberpesten of digitaal pesten. Onder cyberpesten wordt verstaan: pesten waarbij gebruik gemaakt wordt van elektronische middelen. 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.



3. Aanpak

3.1 Preventief beleid

Er zijn duidelijke leefregels in de school die worden besproken met elke klas. Deze zijn te vinden op website [via deze link](#). De mentor speelt een belangrijke rol in het tot stand brengen van een veilig klassenklimaat. Daarnaast heeft het hele team een monitorfunctie.

Aan het begin van periode 2 kan in klas 1 en 2 een sociogram worden afgenomen. Om een goed beeld te krijgen van de groepsdynamiek in de klas, worden de uitkomsten hiervan meegenomen in de groepsbespreking.

In de introductieweek in augustus/september is er voor leerjaar 1 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 en het geven en ontvangen van feedback.

Tijdens dit introductieprogramma worden er ook samen met de klas afspraken gemaakt over hoe ze met elkaar willen omgaan met behulp van vragen zoals 'Hoe ziet een leuke klas eruit?' of 'Hoe wil je zelf behandeld worden?'. De gemaakte afspraken worden op een groot vel papier geschreven en zo mogelijk opgehangen in het mentorlokaal.

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 afspraken 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 afspraken houdt.

Naast deze introductieperiode in jaar 1 wordt er in alle leerjaren door de mentor blijvend aandacht besteed aan de sociale veiligheid. Aan het begin van het jaar wordt gestart met één of meer introductiedagen voor elke groep. Dan worden de klassenregels en leefregels nog een keer besproken, zodat ze voor iedereen weer duidelijk zijn.



3.2 Curatief beleid

De steungroep aanpak

Positief en oplossingsgericht

De steungroep aanpak (bijlage 4) 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 is genoemd 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 vaak 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 steungroep aanpak 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 steungroep aanpak niet passend is, zoals wanneer er sprake is van seksuele intimiderend gedrag, strafbaar gedrag of soms in het geval van cyberpesten.

De steungroep aanpak kan soms wel 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.

In bijlage 3 wordt er ingegaan op de volgende twee vragen: Wat kun je doen om digitaal pesten te voorkomen? Wat kun je tegen digitaal pesten doen?

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



4. Achtergrondinformatie

Er zijn allerlei instanties die zich bezighouden met het voorkomen en bestrijden van pesten en andere vormen van ongewenst gedrag.

4.1 Instanties

Binnen de school

De leerlingbegeleiding

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

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 externe vertrouwenspersonen

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 namen en contactgegevens van de vertrouwenspersonen zijn te vinden in bijlage 1.

Buiten de school

Stichting school en veiligheid

www.schoolenveiligheid.nl

Stichting Chris en Voorkom

www.chris.nl

Kindertelefoon

www.kindertelefoon.nl

Pesten is laf

www.pestenslaf.nl

Hulplijn Pestweb

www.pestweb.nl

Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.

Stichting veilig onderwijs

www.stichtingveiligonderwijs.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, etcetera. 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.

Week tegen het pesten
www.weektegenhetpesten.nl

4.2 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.



Bijlage 1 - Contactgegevens vertrouwenspersonen

De interne vertrouwenspersonen zijn:

- Mevr. E.C. Jansen (ejansen@passie.net)
- Mevr. J. Looijen (jlooijen@passie.net)
- Dhr. M. van den Boogaard (mboogaard@passie.net)

De externe vertrouwenspersonen zijn:

- Dhr. Henk Grit
tel.: 038-4255542 (tijdens kantooruren bereikbaar)
mobiel nummer: 06-24321661
email: hgrit@viaa.nl
- Mevr. M. Harink
tel.: 038-4255542 (tijdens kantooruren bereikbaar)
mobiel nummer: 06-21316144
email: m.harink@viaa.nl



Bijlage 2 - 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 filmpje 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 het buurtteam in uw gemeente en bij Stichting Chris en Voorkom (info@chrisvoorkom.nl).



Bijlage 3 - 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 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 of andere online berichtjes.
- 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 berichtjes op de mobiele telefoon, dan kun je bepaalde nummers blokkeren. Dit werkt alleen als vanaf een andere telefoon met nummer vermelding het bericht wordt verzonden, waarmee de dader zich blootgeeft. 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. 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 erdoor bedreigd voelt.
- Praat erover. Het 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 social media, 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, appjes 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 vertrouwenspersoon op school gaan die speciaal is aangesteld om je te helpen bij vormen van ongewenst gedrag. Hij/zij kan je vertellen wat je nog meer kunt doen om het vervelende gedrag te stoppen. Hij/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.pestenslaf.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.



Bijlage 4 - De steungroepaanpak van pesten

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 steungroep aanpak 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, oké?'

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 vervolggesprek 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 steungroep aanpak.

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.

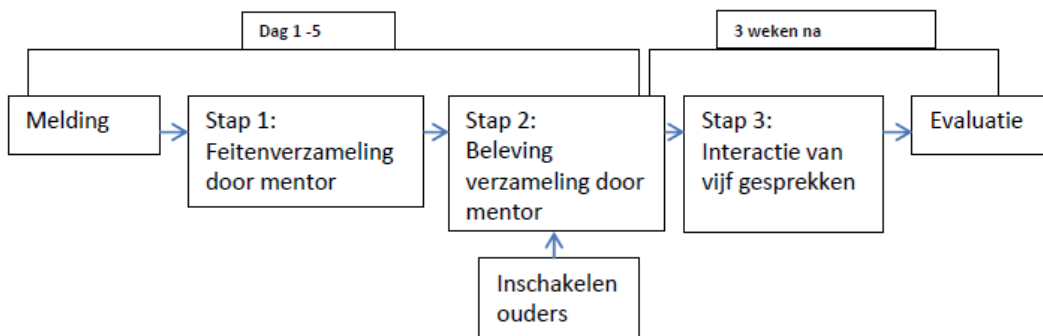


- b. De mentor informeert de ouders van het slachtoffer en leerlingen die deelgenomen hebben in de steungroep aanpak over de situatie en het resultaat van de aanpak.

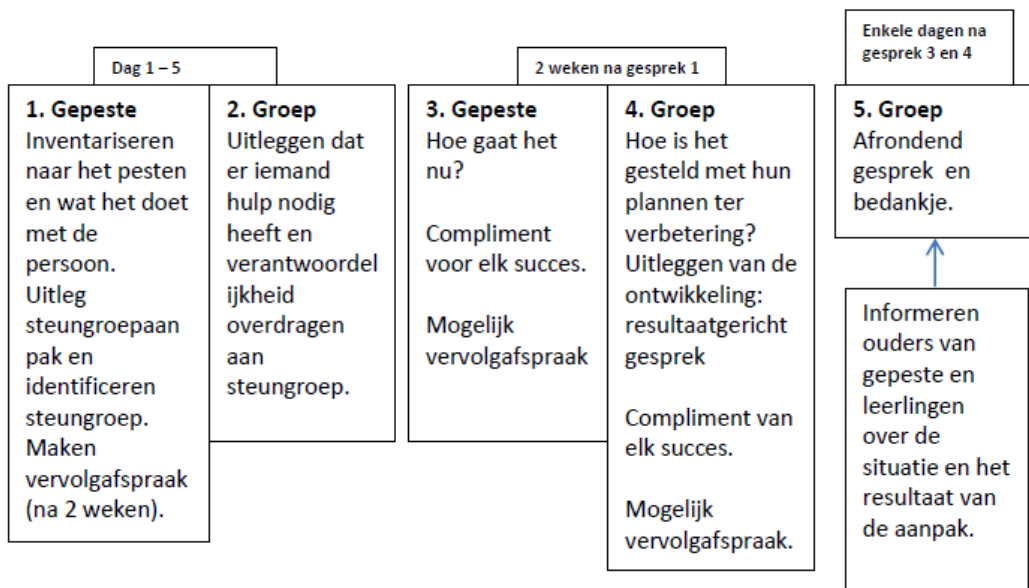
Evaluatie

- a. De mentor informeert indien nodig het docententeam over de resultaten van de Steungroep aanpak.
- 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.

Stroomdiagram actie bij pesten



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





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.

Vervolgstappen

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

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



Bijlage 4 - 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:.....
- Mispunt 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 zelf medelijden |
| <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 manierleggen.
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

Pesten:
.....
.....

Plagen:
.....
.....

Waar of niet waar ?

- | | |
|--|------------------|
| - Pesten is erger dan plagen, want pesten gebeurt met opzet. | waar / niet waar |
| - Bij plagen wil men iemand met kwade bedoelingen pijn doen. | waar / niet waar |
| - Pesten houdt steeds na een tijdje vanzelf op. | waar / niet waar |
| - Wie pest, voelt zich machtiger dan de gepeste. | waar / niet waar |
| - Een keer ruziën is niet zo erg als pesten. | waar / niet waar |
| - Plagen kan plezierig zijn | waar / niet waar |
| - Pesten, dat is steeds één tegen één. | waar / niet waar |
| - Een ruzie duurt meestal niet zo lang. | waar / niet waar |
| - Het zijn nogal vaak dezelfde kinderen die gepest worden. | waar / niet waar |
| - De gevolgen van pesten zijn niet zo erg. | waar / niet waar |
| - Na het plagen blijven vrienden vrienden. | waar / niet waar |
| - Wie gepest wordt, hoort vaak niet meer bij de groep. | waar / niet waar |
| - Soms maak je ruzie, omdat je nog niet goed kan discussiëren. | waar / niet waar |
| - Kinderen die gepest worden, zijn vaak bang. | waar / niet waar |