

# PROTOCOL TEGEN PESTEN

Pesten komt helaas op iedere school voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij onder ogen zien en serieus aanpakken: pesten hoort namelijk niet!

## Definitie

Pesten is het systematisch uitoefenen van psychisch, fysiek of seksueel geweld (minimaal eens per week, minimaal een maand en soms jaren durend) door een persoon of groep personen tegen meestal één ander, die niet (meer) in staat is zichzelf te verdedigen.

## Het probleem dat pesten heet

Vooraf tussen de 10 en 14 jaar kunnen kinderen in aanraking komen met het fenomeen pesten. Binnen het voortgezet onderwijs wordt één op de zestien leerlingen gepest.

Signalen van pesterijen zijn ondermeer:

- altijd een bijnaam, nooit de eigen naam van een medeleerling noemen;
- briefjes doorgeven;
- beledigen;
- opmerkingen maken over kleding;
- buiten school opwachten, slaan, schoppen;
- op weg naar huis achternagaan;
- spullen afpakken, verstoppen, vernielen;
- bedreigen;
- schelden en schreeuwen tegen het slachtoffer;
- cadeaus eisen of geld afpersen;
- het slachtoffer voortdurend de schuld van iets geven;
- e-mails of sms-berichten met een beledigende of bedreigende inhoud sturen;
- steeds (mobiel) opbellen;
- seksueel intimideren;
- isoleren (buitensluiten).

Oorzaken van pesten kunnen zijn:

- een problematische thuissituatie;
- zich buitengesloten voelen;
- voortdurend in een niet-passende rol geduwd worden;
- voortdurend competitie met anderen willen aangaan;
- een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt;
- zich minder voelen dan de rest, door onderpresteren of vanwege andere redenen.

Een pestprotocol alleen is niet voldoende om een eind te maken aan het pestprobleem. Daarom wordt het onderwerp regelmatig aan de orde gesteld tijdens onder andere mentoruren, zodat we preventief werken.

### **Hoe gaan wij op Het Casparus College met het probleem pesten om?**

**Allereerst heeft de school een hoofdregel betreffende gedrag geformuleerd:**

**Iedereen maakt het de ander op school mogelijk om:**

**A zich prettig en veilig te voelen en**

**B zijn of haar werk naar behoren te kunnen doen en bovendien....:**

**passen we goed op de spullen van de school, die van onszelf en van anderen.**

Afspraken:

- op school stellen mentoren het pesten regelmatig aan de orde: weerbaarheid en/of pesten zijn onderdeel van het lesprogramma op het Casparus College;
- onderwerpen als veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in een groep, aanpak van ruzies etc. komen aan de orde. Ondermeer in de mentorlessen;
- andere werkvormen zijn naar keuze. We noemen: spreekbeurten, rollenspellen, regels met elkaar afspreken over omgaan met elkaar en groepsopdrachten. In een aantal groepen worden regels afgesproken en ontstaat er een soort "eigen pestprotocol";
- het voorbeeld van de leerkrachten (én thuis de ouders) is van groot belang. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar verschillen worden aanvaard en waar ruzies niet met geweld worden "opgelost", maar uitgesproken. Agressief gedrag (gedrag dat als kwetsend wordt ervaren en dat beschadigt) wordt niet geaccepteerd;
- met wensen van kinderen met betrekking tot plaatsing in een bepaalde groep, wordt zo mogelijk rekening gehouden.

### **Regels die in alle groepen gelden**

Er zijn slechts drie simpele hoofdregels – ze werden al eerder genoemd:

- a) iedereen maakt het de ander op school mogelijk om zich prettig en veilig te voelen;
- b) iedereen zorgt ervoor dat ook de ander het werk op school naar behoren kan doen;
- c) iedereen past goed op de spullen van de school, die van zichzelf en die van anderen.

**Hieruit volgt een aantal belangrijke deelregels:**

1. spreek anderen correct aan, gebruik de juiste naam;
2. laat anderen meedoen;
3. luister goed naar elkaar;
4. laat ieder in zijn waarde oftewel probeer te aanvaarden dat de ander anders is;
5. probeer ruzie rustig uit te praten;
6. help een ander;
7. kom je er samen niet uit, ga dan naar je mentor of een andere medewerker (bijvoorbeeld de vertrouwenspersoon) van de school.

En verder:

1. doe niets bij een ander wat je zelf ook niet prettig vindt;
2. kom niet aan een ander als diegene dat niet wil;
3. kom niet aan andermans spullen, vraag het eerst;
4. probeer goed te luisteren naar elkaar;
5. als je aan een docent of je mentor vertelt dat er iets gebeurt wat jij niet prettig vindt of wat gevaarlijk is voor iemand, dan is dat geen klikken;
6. word je gepest, praat er dan thuis ook over; je moet het niet geheim houden;
7. hoe iemand er uitziet is niet belangrijk, wel hoe iemand met anderen omgaat;
8. nieuwe kinderen zijn welkom bij ons op school, ze hebben het recht om door iedereen goed opgevangen te worden.

Deze regels gelden voor de hele school. Natuurlijk kan een groep hier nog eigen regels aan toevoegen.

De schoolregels worden goed zichtbaar in elk lokaal opgehangen. Regelmatig wordt er aandacht aan besteed.

### **De aanpak van ruzies en pestgedrag in vier stappen**

#### **Stap 1:**

Probeer eerst zelf (samen) de ruzie op te lossen door te praten.

#### **Stap 2:**

Kom je er samen niet uit en blijft de ander jou lastigvallen, ga dan naar je mentor (of eventueel naar de vertrouwenspersoon).

#### **Stap 3:**

De mentor praat met beide (of meer) kinderen en probeert samen met de kinderen de ruzie op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken.

#### **Stap 4:**

Bij herhaaldelijk ruzie/pestgedrag van een leerling neemt de mentor/leerkracht duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek. De fasen van bestraffen treden in werking. (zie: consequenties).

#### **Stap 5:**

Als het pesten verregaand is en de gepeste lichamelijk of geestelijk gevaar oploopt, schroomt de school niet de ouders te adviseren aangifte te doen bij de politie ofwel zelf de politie in te schakelen.

### **Consequenties**

#### **Fase 1:**

- nablijven en een opstel schrijven over pesten/gepest worden;
- gesprek: bewustwording van de pester van wat hij een ander aandoet;
- afspraken maken met de pester over gedragsverandering.

De naleving van deze afspraken komen aan het eind van een dag of week of gedurende een aantal afgesproken momenten in een kort gesprek aan de orde.

Er wordt melding gedaan in de teamvergadering.

#### **Fase 2:**

- een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets zijn uitgelopen. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken;
- met de ouders afspraken maken en deze afspraken regelmatig aan de orde stellen in evaluerende gesprekken.

#### **Fase 3:**

- bij aanhoudend pestgedrag kan via het zorgteam hulp worden ingeschakeld;

#### **Fase 4:**

- werkt de onder fase 3 genoemde hulp niet, dan kan via het zorgteam externe hulpverlening worden ingeschakeld.

#### **Fase 5:**

- bij aanhoudend pestgedrag kan ook gekozen worden voor de mogelijkheid om een leerling in een andere groep te plaatsen. Ook het (tijdelijk) op een andere school plaatsen kan een mogelijkheid zijn

#### **Fase 6:**

- in extreme gevallen kan een pester geschorst en uiteindelijk verwijderd worden;  
(voor deze maatregel verwijzen wij naar het betreffende protocol)

**Begeleiding van een kind dat gepest wordt:**

- medeleven tonen, luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest;
- nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat hij/zij doet voor, na en tijdens het pesten. Opmerking: huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken. De leerling laten inzien dat je ook op een andere manier kunt reageren;
- praten met de ouders (mits de leerling dat wil!);
- praten met de pester(s);
- zoeken en oefenen van een andere reactie;
- het kind laten inzien waarom iemand pest ("een pester zit zelf in de nesten");
- nagaan welke oplossing het kind zelf wil;
- sterke kanten van het kind benadrukken;
- belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders/beter durft op te stellen;
- het gepeste kind niet overbeschermen en teveel in een uitzonderingspositie zetten t.o.v. de rest van de groep, waardoor het pesten zou kunnen toenemen.

#### **Begeleiding van de pester:**

- praten, zoeken naar de reden van het pesten/ruzie maken (baas willen zijn, jaloezie, verveling, zich buitengesloten voelen, problemen thuis, onderpresteren etc.);
- laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor het slachtoffer;
- excuses laten aanbieden;
- in laten zien welke sterke (leuke) kanten het slachtoffer heeft;
- het kind leren niet meteen kwaad te worden, zich leren beheersen en de "stop-eerst-even-nadenken-houding" of een andere manier van gedrag aanleren;
- prijzen/belonen als het kind zich aan de regels houdt en/of een andere/betere manier van reageren toont;
- gesprek met de ouders; elkaar informeren en overleggen; inleven in het kind: hoe komt dit kind tot pesten?;
- zoeken van een sport of club waar het kind kan ervaren dat samenwerking met ander kinderen wel leuk is;
- inschakelen van hulp: sociale vaardigheidstraining, Jeugdzorg, huisarts etc.

#### **Adviezen aan ouders:**

##### **ouders van gepeste kinderen:**

- blijf in gesprek met uw kind;
- als pesten op straat gebeurt en niet op school, kunt u het best contact opnemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken;
- pesten op school kunt u het best direct met de mentor bespreken;
- door het geven van complimentjes kan het zelfrespect van uw kind vergroot worden;
- stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport;
- steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt;

- werk samen met de school, maar houd de grenzen in de gaten, uw grenzen en ook die van school. Het is bijvoorbeeld niet de bedoeling dat u op school komt om eigenhandig een probleem voor uw kind op te lossen. De inbreng van u is het aanleveren van informatie, het geven van suggesties en het ondersteunen van de aanpak door school.

**Ouders van pesters:**

- neem het probleem serieus;
- raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden;
- probeer achter de mogelijke oorzaak te komen;
- maak uw kind gevoelig voor wat het een ander aandoet;
- besteed extra aandacht aan uw kind;
- stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport;
- corrigeer ongewenst gedrag en benoem en beloon het goede gedrag van uw kind;
- maak uw kind duidelijk dat u achter de aanpak van school staat.

**Alle ouders:**

- neem ouders van gepeste kinderen serieus;
- stimuleer uw kind om op een vriendelijke manier met anderen om te gaan;
- corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem en beloon het goede gedrag;
- leer uw kind om voor anderen op te komen;
- leer uw kind om voor zichzelf op te komen op een niet gewelddadige manier.

**Dit pestprotocol heeft als doel:**

dat alle kinderen zich in hun schoolperiode vrij en veilig kunnen voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen;

door regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken;

door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen, worden alle leerlingen in de gelegenheid gesteld om met veel plezier naar school te gaan!