



VECHTSTEDE COLLEGE

MAVO / HAVO / VWO / TVWO

PESTPROTOCOL

Vechtstede college

INHOUDSOPGAVE

Vooraf	2
Pesten	
Wat is pesten?	3
I De afgesproken aanpak	3
II Veilig pedagogisch klimaat	4
III Preventief optreden	4
Achtergrondinformatie	
Pesten	5
Hoe wordt er gepest?	5
De gepeste leerling	6
Signalen	6
De pestende leerling	7
De meelopers en de andere leerlingen	7
Bijlage 1: voorbeeld van een pestcontract	8
Bijlage 2: aanvulling op de stappen bij een melding van pesten	9
Bijlage 3: referentielijst	14

Vooraf

In dit document lichten we toe wat we op het Vechtstede College (VSC) doen als pesten optreedt. We houden daarbij rekening met het gegeven dat leerlingen die gepest worden dit niet altijd melden. Ze praten hier uit zichzelf niet over, bijvoorbeeld omdat ze bang zijn voor de gevolgen. Als melding en de signalering tekort schieten, blijft de leerling met zijn probleem alleen staan. Pesten kan dan een probleem worden.

Het tevoorschijn komen van het verschijnsel pesten kan zeer uiteenlopend zijn, mede door het gebruik van verschillende definities, meetinstrumenten etc. Schattingen omtrent het optreden van pesten in het Voortgezet Onderwijs lopen uiteen van 2% tot 16-27 % (Analitis et al., 2009; Fekkes et al., 2005; www.psychischegezondheid.nl: brochure pesten bij kinderen en volwassenen december 2010).

De afspraken over ongewenst gedrag – inclusief het pesten - op VSC richten zich op het handhaven van een veilig schoolklimaat op onze school. Ook ouders kunnen een actieve rol spelen bij het tegengaan of stoppen van pesten, met name als cyperpesten vanuit de thuissituatie plaats vindt. In onze optiek delen het VSC en de ouder hier de verantwoordelijkheid.

Nog veel belangrijker dan het maken en vastleggen van afspraken in een protocol vinden wij de actieve handhaving van een prettig – dus veilig- pedagogisch klimaat op onze school. Dat is het doel dat wij voor ogen hebben, niet het protocol op zich. Dat prettige pedagogisch klimaat bewerkstelligen wij doordat collega's de moed hebben om ongewenst gedrag aan de orde te stellen, een luisterend oor bieden, en handelen als dat nodig is. Daar kan dit protocol bij helpen.

Pesten

Wat is pesten?

Tussen pesten en plagen zit een groot verschil. Iedereen plaagt wel eens en wordt wel eens geplaagd. Deze plagerijen zijn niet kwaad bedoeld. Plager en geplaagde zijn ook aan elkaar gewaagd. Bij pesten is dit niet het geval; hierin is geen evenwicht. Daarnaast is pesten (onbewust) kwetsend. Dit kan dan ook lichamelijke en/of psychische klachten veroorzaken en hierdoor iemand voor het leven beschadigen.

Onder pesten verstaan we: *“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 niet voor zichzelf opkomen noch verweren. Doet hij dit wel, dan kan dat reden voor de pester zijn het slachtoffer nog harder aan te pakken.”*

Op het VSC beschouwen we pesten als ongewenst gedrag, waartegen wij optreden. Dat doen wij op de volgende wijze:

- I. VSC beschikt over een afgesproken aanpak en voert deze direct uit wanneer het pesten de kop opsteekt.
- II. VSC is actief in het scheppen van een veilig pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt gewaardeerd.
- III. VSC ontplooit preventieve (les) activiteiten om ongewenst gedrag te voorkomen.

I. De afgesproken aanpak

Op VSC richten wij ons op de vijf partijen die betrokken zijn bij pesten, namelijk; de gepeste leerling, de pestende leerling, de klas in zijn geheel, leerkrachten en ouders. De docent, de mentor, de afdelingsleider en de leerlingbegeleider voeren voor hen de volgende taken uit:

De docent:

1. De docent observeert goed in de klas wat er gebeurt, geeft zo nodig gedrags-aanwijzingen en vraagt door, want vaak zit er meer achter een oppervlakkige eerste waarneming.
2. De docent meldt ongewenst gedrag bij de mentor van de pestende leerling en / of van de gepeste leerling.

De mentor:

1. De mentor kan expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek besteden. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd. Zonodig kan er gebruik gemaakt worden van extra materiaal (kinder kwaliteiten spel, Circle time etc). Dit gesprek met de klas is belangrijk om de groepssfeer in de klas te herstellen en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft.
2. De mentor licht de ouders van gepeste en pestende leerling in.

3. De mentor kan leerlingen vragen om een pestcontract te ondertekenen (zie bijlage 1).

De afdelingsleider (AL):

1. De AL geeft algemene ondersteuning en desgewenst een second opinion.
2. De AL bewaakt de omgangsnormen in de afdeling.
3. De AL schakelt eventueel de leerlingbegeleider in.
4. De AL sluit eventueel een individueel gedragscontract af met de leerling.
5. De AL zorgt voor een adequate afronding.

De leerlingbegeleider (LLB):

1. De LLB ondersteunt waar nodig mentoren en afdelingsleiders tijdens de verschillende fasen in het proces.
2. De LLB biedt op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pestende en de gepeste leerling.
3. De LLB kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.

II. Veilig pedagogisch klimaat

Op het VSC zorgen we voor een veilig pedagogisch klimaat, zodat de leerlingen zich veilig voelen in zowel de klas als op school. Zo passen we een persoonlijke benadering toe en is er aandacht voor normen en waarden. Wij doen dat op VSC door

- benoemen van gedrag: wij brengen in communicatie wat we zien
- waarderen van gedrag: wij vertellen wat we gewenst en ongewenst gedrag vinden
- normeren van gedrag: wij vertellen wat wel en niet aanvaardbaar is
- handhaven van gedrag: wij waarschuwingen en/leggen sancties op om te handhaven

III. Preventief optreden

1. Elke mentor van het eerste jaar bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas tijdens een (of meerdere) begeleidingslessen. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Ook komt cyberpesten aan de orde. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd. Van alle betrokkenen, inclusief gepeste, ouders en ook stille getuigen wordt dit verwacht.
2. In het onderwijsprogramma van het eerste jaar bespreken leerlingen door middel van interactief theater gewenst gedrag en ongewenst gedrag rondom pesten.

Achtergrondinformatie

Pesten

Over de redenen waarom mensen zich agressief gedragen, bestaan allerlei theorieën. Volgens de ene theorie is geweld een onontkoombaar verschijnsel, dat op zijn best op een acceptabele wijze kan worden gekanaliseerd, volgens een andere theorie komt geweld voort uit frustratie en kan dit worden voorkomen door ontevredenheid weg te nemen, de agressie opwekkende omgeving om te vormen en reflectie op het gedrag te stimuleren.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen slachtoffer worden. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen.

Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er greep op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten leerkrachten en anderen niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben echter een taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf) bij het tegengaan van pesten.

Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben.

Voor mentoren betekent het dat ze groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groeps sfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep. Ze maken afspraken met de klas en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden.

Hoe wordt er gepest?

Pesten kan op allerlei manieren, zoals met woorden, lichamelijk, via social media of anders. Hierbij zijn er overall ook verschillen tussen meisjes (met name met woorden) en jongens (met name lichamelijk). Onderstaand is een overzicht van allerlei pestgedragingen opgedeeld in categorieën.

Met woorden:	vernederen, belachelijk maken schelden dreigen met bijnamen aanspreken
Lichamelijk:	trekken aan kleding, duwen, sjoeren schoppen en slaan krabben en aan haren trekken wapens gebruiken
Achternvolgen:	opjagen en achterna lopen in de val laten lopen, opsluiten, klem zetten of rijden

Uitsluiting:	opsluiten 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.
Social media:	(ongevraagd) foto's of filmpjes digitaal plaatsen gemene mailtjes gemene dingen schrijven op facebook en / of hyves hacken en kraken email bommen virussen

De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dat kan met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen te maken hebben. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.

Leerlingen die gepest worden doen vaak andere dingen of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten: ze bespelen een ander instrument, doen een andere sport, zijn heel goed in bepaalde vakken of juist niet.

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 het niet mag klikken

Signalen

Signalen van pesten kunnen zijn (zie www.psychischegezondheid.nl);

- Niet meer naar school, willen of uitvluchten verzinnen
- Niets meer vertellen over school
- Geen klasgenoten mee naar huis nemen
- Slechte prestaties leveren
- Slaapproblemen, nachtmerries
- Concentratieproblemen
- Sombor, futloos of teruggetrokken gedrag
- Lichamelijke klachten, zoals hoofdpijn of buikpijn, moeheid
- Blauwe plekken
- Beschadigde of kwijtgeraakte spullen

De pestende leerling

Pesters zijn vaak de sociaal en fysiek sterkeren in hun groep. Zij zijn of lijken populair maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Soms is het gedrag van de pester een indicatie dat deze zelf niet goed in zijn vel zit. Ze proberen zichzelf groter te maken door een ander juist kleiner te maken. Dit hoeft niet bewust te zijn, het is meer een soort van overlevingsmechanisme, dat onbewust wordt ingezet. Als je het op die manier bekijkt, is pesten dus eigenlijk een manier om aandacht te vragen en hulp te krijgen.

Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig want “het slachtoffer vraagt er immers om gepest te worden”.

Het pesten 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)

De meelopers en andere leerlingen (stille getuigen)

De grootse groep is de rest van de klas. Kiezen ze partij? En zo ja welke en waarom?

In een groep heb je leiders, volgers en buitenstaanders. Leiders kunnen zich ontpoppen tot pesters, de volgers lopen mee en volgen, de buitenstaanders zijn het mikpunt. Het overgrote deel van de groep zal de leiders volgen, want als ze dat niet doen, lopen ze de kans dat ook zij het mikpunt worden. 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.

Bewustmaking van deze groep heeft veel invloed op het groepsproces. Wanneer het grotere deel van de klas het gedrag van “de leider” afkeurt, zal deze inbinden, omdat hij anders zijn gewenste leiderspositie kwijtraakt.

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.

BIJLAGE 1: Voorbeeld van een pestcontract

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 of een ander hindert vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
9. Als dat niet helpt, vraag ik een docent om hulp
10. Ik help actief mee dat de sfeer in de klas goed is

BIJLAGE 2: Aanvulling op de stappen bij een melding van pesten

Signalering

De gepeste zal niet altijd zelf hulp komen zoeken. Neem daarom signalen altijd serieus. Communiceer je zorgen aan de mentor/afdelingsleider.

Gesprek

De mentor (en afdelingsleider) neemt contact op met de gepeste leerling en de pestende leerling en heeft een gesprek met hen beide.

Gesprek met de gepeste leerling

Als mentor ga je in gesprek met de gepeste leerling. Laat merken dat je deze leerling serieus neemt en dat je geen verwijten maakt. Probeer de pester(s) te achterhalen.

Leidraad voor het gesprek met de gepeste leerling

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem
- Door wie word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak word je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Zijn er 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 leerlingen hebben vaak grote moeite met een gesprek met de pester. Ze zijn bang dat het pesten daarmee alleen maar erger wordt. Leg uit hoe het gesprek zal verlopen en vertel wat de maatregelen zijn als het pesten niet stopt. Zorg dat na het gesprek ook het pestgedrag goed in de gaten gehouden wordt om verergering tegen te gaan! Maak ook duidelijk dat de gepeste leerling aan de bel trekt als hij / zij nogmaals gepest wordt!

Gesprek met de pestende leerling

Het doel van dit gesprek is drieledig, namelijk

- de leerling *confronteren* met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan
- Achterliggende *oorzaken* boven tafel proberen te krijgen
- Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt

Leidraad voor het gesprek met de pestende leerling

Confronteren is niet kritiek geven, maar confronteren is:

- probleemgericht en richt zich op gedrag wat 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 kritiek geven.
- 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 benoemd 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?

Bied zo nodig hulp aan van de leerlingbegeleider (op vrijwillige basis).

Het pestgedrag moet stoppen

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

Het gesprek met zowel de gepeste als pestende leerling

Na het gesprek met de gepeste leerling en de pestende leerling, heeft de mentor een gesprek met deze beide. Het doel hiervan is:

- dat er duidelijk afspraken worden gemaakt
- dat de mentor aangeeft wat het vervolgtraject is, indien dit zich herhaalt

Leidraad voor een gesprek met de gepeste als pestende leerling

Dit gesprek kan door de mentor gedaan worden, maar niet alle mentoren voelen zich zeker genoeg om zo'n gesprek te voeren. Zij kunnen een beroep doen op de afdelingsleider. Als dit ook lastig is, kunnen ze contact opnemen met een leerlingbegeleider.

- Laat eerst de gepeste leerling zijn verhaal doen. Tijdens dit verhaal mag de andere leerling niet reageren.
- Vraag de leerling wat er moet gebeuren om de relatie te herstellen.
- Laat de pester zijn verhaal doen. De andere leerling mag tijdens het verhaal niet reageren.
- Vraag de leerling wat hij gaat doen om de relatie te hertellen.
- Vraag de gepeste leerling of dat wat hem betreft voldoende is.
- Leg de afspraken tussen de leerlingen vast.
- Maak meteen een afspraak voor een vervolggesprek, waarin besproken wordt of de gemaakte afspraken zijn nagekomen.

Er zullen aantekeningen worden gemaakt van het gesprek en worden genoteerd in SOM voor zowel de gepeste als pestende leerling. Deze kunnen in het format, zoals onderstaand, genoteerd worden.

Pest format voor notitie SOM

datum	
Pester en mentor	
Gepeste en mentor	
Meelopers / getuigen	
Situatie Objectief beschreven	Wat heeft pester gedaan? Wat heeft de gepeste leerling gedaan? Wat deed omgeving? Aanvulling:
Gesprek pester	
Gesprek gepeste	
Actiepunten / Afspraken	Vermeld in SOM? Afdelingshoofd op de hoogte? Ouders op de hoogte (incl datum)? Nieuwe afspraak (incl datum):

Aanvulling	

Hierbij wordt de afdelingsleider op de hoogte gebracht. Ook brengt de mentor de ouders op de hoogte.

Gesprek klas

De mentor praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met de het herstellen van de groepssfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft. Eventueel kan gebruik gemaakt worden van Circle Time (zie Q-schijf).

De afdelingsleider:

1. neemt de rol van de mentor over bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt. Wel blijft de mentor bij de gesprekken aanwezig.
2. heeft een gesprek met de gepeste en de pester apart en organiseert een gesprek tussen beiden leerlingen in bijzijn van de mentor.
3. In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
 - a. Confronteren;
 - b. mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen;
 - c. helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
4. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij sociaal gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door de leerlingbegeleider.
6. stelt alle 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.

Leidraad voor het gesprek met ouders

De eerste vraag die je hierbij kunt stellen is, weten de ouders wat er speelt?

En zo nee, waarom niet?

Een pester kan zijn gedrag thuis waarschijnlijk nog wel verbergen, en als er thuis problemen spelen waardoor hij/zij aan het pesten is gegaan, is er mogelijk weinig aandacht voor de pester. Dat kan zelfs een van de problemen zijn.

Iemand die gepest wordt, kan dat vaak niet zomaar los laten, als ouder zou je een verandering moeten kunnen zien. Je kind wordt bv stiller, trekt zich terug, begint opstandig te worden, etc

Hoe gaan zij om met het gegeven dat hun kind gepest wordt, of pester is? Wat gaan zij er verder mee doen?

7. bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders;
 - i. gratis nummer 0800-5010 (voorheen onderwijstelefoon)
 - ii. pestweb.nl / 0800 2828280
 - iii. etc
8. indien nodig praat hij / zij de mentor bij en maakt een notitie in SOM.

Wanneer het gedrag niet stopt of uit de hand loopt

Wanneer de gesprekken geen blijvend effect hebben, zullen andere maatregelen genomen worden, zoals schorsing. Eventueel worden er andere maatregelen genomen, welke in overleg met de schoolleiding gemaakt zullen worden.

Bijlage 3: Referentielijst

Analitis, F., Velderman, M. K., Ravens-Sieberer, U., Detmar, S., Erhart, M., Herdman, M., et al. (2009). Being bullied: Associated factors in children and adolescents 8 to 18 years old in 11 european countries. *Pediatrics*, 123(1098-4275; 0031-4005; 2), 569-577.

Fekkes, M., Pijpers, F. I., & Verloove-Vanhorick, S. P. (2005). Bullying: Who does what, when and where? involvement of children, teachers and parents in bullying behavior. *Health Education Research*, 20(0268-1153; 0268-1153; 1), 81-91.