

Pestbeleid Strabrecht College

1. Wat is pesten?

We spreken van pesten als dezelfde persoon regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend, bedreigend en onacceptabel. Het staat haaks op het uitgangspunt 'respect voor elkaar' dat op onze school leidend is in de onderlinge communicatie.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan: pesten is schadelijk voor kinderen, zowel voor slachtoffers als pesters. In de school is het signaleren, voorkomen en oplossen van pestgedrag ieders verantwoordelijkheid: ieder kan een begin maken met het oplossen van het pestprobleem.

Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er zicht en greep op te krijgen. En als het pestgedrag wél wordt opgemerkt, weten betrokkenen en omstanders niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan. Dat is dan ook de reden van dit pestprotocol.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben – samen met de leerlingen en hun ouders – een taak bij het tegengaan van pesten. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en dat ze hier om kunnen vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Voor mentoren betekent het dat ze aandacht hebben voor de groeps sfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep.

2. Hoe wordt er gepest?

Met woorden:	Vernederen, belachelijk maken Schelden Dreigen Met bijnamen aanspreken Ongewenste sms'jes sturen Via mail of chatprogramma's opmerkingen verspreiden Het gebruiken van mobiele telefoons of websites met de bedoeling iemand zwart te maken door het verzenden van opmerkingen, foto's of filmpjes
Lichamelijk:	Trekken aan kleding, duwen en sjorren Tas weggooien Schoppen en slaan Krabben en aan de haren trekken Wapens gebruiken
Achternvolgen:	opjagen en achterna lopen In de val laten lopen 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
Afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen

Tussen plagerij en pesten loopt een diffuse grens, die voor ieder persoonlijk verschillend is. Iedereen is gerechtigd zelf aan te geven wat hij als acceptabel beschouwt.

3. De betrokken partijen

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.

Een kind dat wordt gepest, praat er thuis en op school 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.

De pester

Pesters dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en proberen ze zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken. Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Vaak voelen pesters zich niet schuldig want het slachtoffer vraagt er in hun ogen om om gepest te worden. Ook hebben ze vaak een positieve houding ten opzichte van het gebruik van geweld.

Pesten kan een aantal oorzaken hebben:

- 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; iemand is autoritair en laat op een onprettige wijze blijken de baas te willen zijn.
- Bovenstaande 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) of juist een te sterk gevoel voor autonomie.
- Een negatief zelfbeeld, weinig eigenwaarde.
- Een problematische thuissituatie, negatief voorbeeldgedrag van ouders/verzorgers.

De meelopers

Meelopers zijn omstanders die incidenteel actief of passief meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden. Ook kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen.

De zwijgende middengroep

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 is belangrijk deze leerlingen tot helpers te maken.

Er zijn ook leerlingen die niet merken dat er gepest wordt.

Heel af en toe neemt een leerling, of een klein groepje leerlingen, het voor het gepeste kind op.

Het personeel

Pesten is soms een goed bewaard groepsgeheim: (bijna) iedere leerling weet dat in de groep wordt gepest, toch durft niemand het aan docent of ouder te vertellen. Het onderwijspersoneel en onderwijsondersteunend personeel weet dus ook vaak niet dat er in de groep wordt gepest. En zien ze ongewenst gedrag, dan wordt het lang niet altijd als pesten ginterpreteerd.

De ouders

Wanneer kinderen worden gepest, durven ze in de meeste gevallen niet aan hun ouders te vertellen dat hun dit overkomt. Ze kunnen bang zijn dat hun ouders naar school gaan, het aan de mentor vertellen en dat deze het verkeerd aanpakt. Ze schamen zich vaak dat hun dit overkomt. Soms denken ze dat ze het gedrag van de pester zelf hebben uitgelokt en het dus verdienen gepest te worden.

4. De aanpak van pesten op het Strabrecht College

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de school. Pesten kan grote gevolgen hebben voor de gepeste (onzekerheid, faalangst, depressie, suïcidale neigingen) en voor de pester (problemen met sociale relaties, positieve houding ten opzichte van het gebruik van geweld).

Het Strabrecht College volgt een preventieve en curatieve aanpak van pesten. Tot de preventieve aanpak moet gerekend worden het creëren van een goede sfeer in de klas zodat pesten als "not-done" wordt ervaren. Deze goede sfeer wordt bevorderd door het organiseren van allerlei activiteiten zoals introductiedagen, feestavonden, etentjes met de klas enz.

Tevens wordt er tijdens mentorlessen in de onderbouw structureel aandacht besteed aan de wijze waarop leerlingen met elkaar omgaan. Dit gebeurt door het verstrekken van informatie over wat pesten is en wat het betekent voor slachtoffers en pesters. Daarnaast wordt er met leerlingen over gediscussieerd. Op deze wijze wordt bij leerlingen een bewustwordingsproces in gang gezet.

In het overleg tussen docenten en mentoren wordt regelmatig over pesten gesproken. Dit om alert te blijven op het verschijnsel pesten.

Wanneer de school te maken krijgt met welke vorm van pesten ook, wordt er binnen de mogelijkheden van de school actie ondernomen. De aard van de acties hangt sterk af van o.a. de vorm, de frequentie en de intensiteit van het pesten. Tot deze acties worden gerekend:

- gesprekken met de pester (en zijn ouders), klas of groep om het gedrag van de pester te beïnvloeden;
- gesprekken met het slachtoffer en zijn ouders om te bezien welke acties (begeleiding, training) ondernomen kunnen worden om de weerbaarheid van het slachtoffer te vergroten;

- maatregelen tegen de pester (afhankelijk van de vorm, de frequentie en de intensiteit variëren deze van het schrijven van een opstel tot schorsing en verwijdering van school).

Een ieder binnen de school dient open te staan voor leerlingen met problemen, dus ook pestproblemen. In het overgrote deel van de gevallen is het de mentor die voor leerlingen en ouders de aangewezen persoon is om een pestprobleem aan de orde te stellen. Daarnaast nemen de (adjunct)sectorleider en de vertrouwenspersonen een belangrijke positie in.

De school is verantwoordelijk voor het aanpakken van pesten indien pestgedrag op school of tijdens schoolgebonden activiteiten (b.v. excursies, buitenlandse reizen) plaatsvindt. Voor pestgedrag tussen leerlingen dat niet op school of tijdens schoolgebonden activiteiten plaatsvindt, is de school niet verantwoordelijk. Vanuit haar pedagogische opdracht treedt de school in dit soort gevallen binnen haar beperkte mogelijkheden op (acties en maatregelen) om een einde te maken aan dat pestgedrag. Hierbij is de medewerking van de ouders noodzakelijk.

Uitgangspunten van het pestbeleid

Een anti-pestbeleid kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

1. De school is actief in het scheppen van een veilig pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
2. Pesten moet als een probleem worden ervaren door alle direct betrokken partijen: docenten, OOP-ers, ouders en leerlingen.
3. Docenten en OOP-ers moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. De school dient te beschikken over een directe, heldere aanpak wanneer het pesten de kop op steekt.
5. De school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

De aanpak

Om een effectief anti-pest beleid te kunnen voeren, verbindt de school zich aan de volgende stappen:

De algemene verantwoordelijkheid van de school en de rol van de docent

De school zorgt ervoor dat de medewerkers voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pestgedrag. De school werkt aan een 'veilig klimaat' waarin pesten bespreekbaar gemaakt kan worden. Alle medewerkers vervullen een voorbeeldfunctie bij het signaleren en tegengaan van pestgedrag.

Preventieve maatregelen

1. Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en dat dit niet als klikken maar als hulpvraag wordt beschouwd.
2. In de jaren 1 t/m 3 wordt aandacht besteed aan pesten in één of meerdere mentorlessen. Hierbij wordt in het bijzonder ook aandacht besteed aan het onderdeel 'cyberpesten' (pesten via internet). De leerlingen onderschrijven in klas 2 aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken.
3. Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groeps gesprek.

4. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de leerling die pest als van de leerling die gepest wordt.

Voorbeeld van klassikaal gemaakte afspraken over 'een veilige omgeving':

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, zoek ik iemand die de ruzie helpt oplossen.
5. Ik bedreig niemand, ook niet met woorden of digitaal.
6. Ik neem geen wapens mee of drugs naar school.
7. Ik gebruik geen geweld, ook geen digitaal geweld.
8. Als iemand mij hindert vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen.
9. Als dat niet helpt, vraag ik een docent of mijn mentor om hulp.

De No Blame-aanpak

Deze bestaat uit zeven stappen:

1. **interview het slachtoffer.** Het gaat er hierbij om dat de begeleider er achter komt door wie de gepeste leerling wordt belaagd. Wie nemen het voortouw; wie zijn de volgers? Maar vooral ook: wat gebeurt er intern, in het koppie, van het slachtoffer. Wat is het effect op hem als persoon van wat hem overkomt? Focus je op het gevoel van de leerling. Feitelikheden zijn minder belangrijk. Vraag de leerling als 'huiswerkopdracht' tot uitdrukking te brengen hoe hij zich voelt (opstel, tekening, gedicht) En vraag of je dit product met andere leerlingen mag bespreken. Licht de ouders van de gepeste leerling en van de meest betrokken leerlingen in over je aanpak en vraag of zij erachter kunnen staan. Als dat zo is, kun je de volgende stappen zetten.
2. **organiseer een gesprek met betrokken leerlingen** (bij voorkeur 6 tot 8 leerlingen). Pesters, meelopers zowel als leerlingen met een positieve groepsinvloed. Het slachtoffer doet hieraan niet mee.
3. **leg het probleem uit.** Je gebruik hiervoor de huiswerkproduct. De begeleider vertelt hoe het slachtoffer zich voelt. De begeleider treedt absoluut niet in details, noch verliest zich in ja/nee-disucssies rond incidenten of beweerde feiten. Er wordt niet beschuldigd, noch worden er daders aangewezen. Leg de situatie op tafel zonder ook maar iemand te beschuldigen. De situatie is dat een klasgenoot zich op dit moment doodongelukkig voelt. Vertel dat niemand (op dit moment, naar aanleiding van deze situatie) bang hoeft te zijn voor straf, represailles. Iedere beschuldiging draagt de kiem in zich voor hernieuwd intensiever en ondergronds pesten.
4. **gezamenlijke verantwoordelijkheid.** De begeleider zegt dat in een groep ieder medeverantwoordelijkheid is voor hoe anderen zich voelen. En dat iedereen er aan bijdrage aan kan leveren hoe anderen zich voelen. Sterker nog; iedereen heeft altijd invloed. Als jij stil, rustig bent en je nooit ergens mee bemoeit, heb je ook invloed.
5. **De begeleider vraagt alle deelnemers om met ideeën te komen die er toe bijdragen dat de leerling die besproken wordt, zich gelukkiger gaat voelen.** Dit kan er toe leiden dat de leerlingen tips hebben voor het slachtoffer. De begeleider becomplimenteert dit en vraagt of hij deze tips mag overbrengen aan het slachtoffer. Er vindt dus een omkering plaats: de leerlingen geven tips aan het slachtoffer en krijgen te horen 'fijn dat jullie meedenken en dat jullie op deze manier de ander helpen'. Daarna kan de begeleider zeggen: 'fijn dat ik die

tips van jullie mag overbrengen. Dat ga ik doen. Maar zijn er ook dingen die jullie kunnen en willen doen om er voor te zorgen dat de ander zich prettiger voelt? De begeleider moedigt aan en geeft positieve feedback, maar waakt er voor de leerlingen beloftes tot gedragsverbetering af te dwingen.

6. **Laat het probleem verder aan de groep over.** Geef de leerlingen (en jezelf!) verantwoordelijkheid, rust en invloed. Spreek met hen af dat je later terugkomt op het probleem. Bedank hen voor het feit dat zij meedenken en meehelpen.
7. **Interview de leerlingen na één of twee weken.** Vraag alle leerlingen die je eerder hebt gesproken, inclusief de gepeste leerling, na een week of twee, hoe de zaken nu lopen. Wat is er verbeterd? Doe hiervan verslag aan de ouders van de gepeste leerling en de meest betrokken ouders.

Het bieden van steun aan de ouders

Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen.

De school werkt samen met de ouders in het omgaan met hun gepeste of pestende kind.

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.

Bijlage 1. Het stappenplan bij het aanhouden van pesten

Opmerking vooraf: als pestgedrag gesignaleerd wordt, is het van belang dat er door docenten en/of anderen zo snel mogelijk gereageerd wordt, bij voorkeur nog op dezelfde dag. Hiervoor hanteert de school de no-blame-methode.

Het is evenzeer belangrijk om vast te stellen dat er na een eerste signalering nog niet wordt gestraft. Er wordt ingezet op het zoeken en vinden van een oplossing.

Indien dit niet het gewenste effect heeft, worden de onderstaande stappen uitgevoerd.

A. De mentor/docent

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in een les, praat de docent in wiens les het incident zich voordoet met de betrokkenen: eerst met de gepeste en later met de pester apart. De docent maakt altijd melding aan de mentor en vraagt, indien nodig/gewenst, aan de mentor van de leerlingen om het gesprek met hen voort te zetten. De mentor organiseert vervolgens een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor neemt contact op met de ouders van de pester en de gepeste en betreft hen bij de oplossing;
3. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
4. De mentor praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groeps sfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groeps lid heeft.
5. De mentor meldt het gedrag aan de sectorleiding. Hij overhandigt de sectorleider het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.
6. De ouders/verzorgers worden op de hoogte gesteld en zo nodig betrokken bij het vinden van een oplossing.

B. De sectorleiding

1. De sectorleiding kan, in onderling overleg, de rol van de mentor overnemen bij escalatie van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt. Overigens is het soms om praktische redenen – bijvoorbeeld als de mentor niet bereikbaar is logisch dat de gepeste leerling zich rechtstreeks met de sectorleiding in verbinding stelt.
2. Hij heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
confronteren
mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
4. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij bepaald gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. Hij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door een leerlingbegeleider.
6. Hij 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.
7. Hij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
8. Hij koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.

C. Het pestproject

Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, wordt hij door de school ertoe verplicht om individueel een traject/programma te volgen. Hierbij kan gebruik worden gemaakt van de hulp van een leerlingbegeleider, bijv. een training op het gebied van sociale vaardigheden en/of reflectie. Dit vindt plaats in de eigen tijd en dus niet tijdens schooltijd. Het doel van dit programma is reflectie en het gevoelig maken van de pester voor wat hij aanricht bij de gepeste leerling. De ouders worden van dit project op de

hoogte gesteld en melden aan de school of het programma daadwerkelijk gevolgd wordt.

D. Schorsing

Wanneer het verplichte pestproject geen blijvende vruchten afwerpt of de gemaakte afspraken niet nakomt, volgt een schorsing van een dag. Als er ook daarna geen verbetering geconstateerd wordt krijgt de pestende leerling een langere schorsing.

E. Verwijdering van de school

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 kiest dan voor het waarborgen van de veiligheid van de overige leerlingen. Er rest de school niets anders dan verwijdering van de pester. Zo nodig wordt er gezocht naar een andere school.

Bijlage 2. 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 hotmail adres 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 MSN contactlijst.
- Ga weg uit de chat als er iets vervelends gebeurt.
- Bel of mail niet zomaar met kinderen 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 emailadressen, 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 de pest- mails/sms/chat.
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.
- Blokkeer de afzender.
Krijg je pest e-mails, blokkeer dan de afzender.
Als het gaat om smsjes op de mobiele telefoon, dan heb je op sommige mobiele telefoons de mogelijkheid om bepaalde nummers te blokkeren. Dit werkt alleen als vanaf een andere telefoon met nummer vermelding het bericht wordt verzonden, waarmee de dader zich bloot geeft. 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. Wanneer andere methoden niet helpen, kan uiteindelijk

alleen de sms-functie worden uitgeschakeld. 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 er bedreigd door voelt. 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 de sms, 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. Aan 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, smsjes e.d. aan kan nemen. Daar heeft men ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie het verstuurt. Bel de helpdesk op.
- Je kunt naar een van de contactpersonen op school gaan die je helpen als je te maken krijgt met vormen van ongewenst gedrag. Zij kunnen je vertellen wat je nog meer kunt doen om het vervelende gedrag te stoppen. Zij kunnen 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.pestenislaf.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 3. De taak van docenten en intern begeleiders

De taak van docenten

De docenten hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen bij de mentor om hulp en overleg in gang te zetten.

De rol van de intern begeleider

- a. Hij ondersteunt, in overleg met de zorgcoördinator, waar nodig mentoren en teamleiders tijdens de verschillende fasen in het proces;
- b. Hij biedt, in overleg met de zorgcoördinator, op vrijwillige basis individuele begeleiding aan de pester en de gepeste.
- c. Hij biedt, in overleg met de zorgcoördinator, een sociaal-emotionele training aan;
- d. Hij kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
- e. Hij verwijst, in overleg met de zorgcoördinator, naar trainingen bij specifieke hulpvragen, zoals bijvoorbeeld een assertiviteitstraining.

Bijlage 4. The no-blame methode

De volgende zeven stappen helpen om effectief om te gaan met pesten:

1. **Spreek het slachtoffer.** Noem die persoon niet een slachtoffer, want dat soort namen werken labelend en helpen de persoon die gepest wordt niet. Praat met de gepeste over hoe het met hem gaat op school en van wie hij last heeft. Vraag hem wie er bij zijn als hij wordt gepest. Vraag hem geen details over wat de pesters hem aandoen. Hij hoeft daar niets over te zeggen.
2. **Spreek de "peer group".** Dat wil zeggen dat je de personen die pesten en degenen die erbij aanwezig zijn als de persoon wordt gepest, maar ook de vrienden van de persoon, bij elkaar roept. Een groep van 6 tot 8 jongeren werkt goed.
3. **Leg het probleem uit aan de groep jongeren.** Vermijd het daarbij om de groep te beschuldigen. Vertel de groep in plaats daarvan dat de gepeste het heel moeilijk heeft op school. Ga niet in op details of op wat ieder heeft gedaan.
4. **Deel verantwoordelijkheid.** Leg de groep jongeren uit dat je weet dat zij kunnen helpen om het beter te maken voor de gepeste. Laat weten dat je denkt dat zij allemaal een goede bijdrage kunnen leveren.
5. **Vraag de groep om ideeën.** Ieder in de groep wordt aangemoedigd om met een idee te komen om de gepeste te helpen om gelukkiger te worden op school. Geef complimenten voor elk idee. Vraag geen beloftes en maak geen strikte afspraken met de groep.
6. **Laat het aan de groep over.** Aan het einde van de bijeenkomst draagt de docent de verantwoordelijkheid over aan de groep. Ze geeft aan dat ze de groep graag over een week nog eens spreekt om te horen hoe het gaat.
7. **Ontmoet de groep en de gepeste opnieuw.** Na ongeveer een week bespreekt de docent met de gepeste en de groep jongeren hoe het gaat. Zo blijft de groep jongeren betrokken bij het proces en kan de docent de voortgang monitoren.

Toelichting:

Een gesprek met het kind dat ondersteuning nodig heeft

Het doel van dit gesprek is om erachter te komen welke kinderen er het beste in de support group gevraagd kunnen worden. De support group bestaat uit:

- a. kinderen die het kind dat ondersteuning nodig heeft lastig vindt
- b. kinderen die erbij zijn als het kind het lastig heeft
- c. vrienden van het kind

Het kind hoeft niet te vertellen over wat er gebeurt, hoe het pesten zich uit of hoe het zich voelt. De soorten vragen die wel aan het kind worden gesteld zijn:

- a. Wat vind je leuk op school, wat gaat je gemakkelijk af?
- b. Wie vind je lastig op school?
- c. Wie zijn er nog meer bij als je het lastig hebt op school?
- d. Wie zijn je vrienden?
- e. Met wie wil je graag vrienden zijn?

Een gesprek met de support group

De support group bestaat uit circa 5 tot 8 kinderen. Het doel van dit gesprek is om de kinderen te laten weten dat hun hulp nodig is en om hun betrokkenheid te krijgen bij het gelukkiger maken van het kind dat ondersteuning nodig heeft. De kinderen in de support group hoeven niet toe te geven dat ze iets fout zouden hebben gedaan of dat ze pesten. In plaats daarvan wordt hun hulp gevraagd en worden hen complimenten en waardering gegeven als ze hulp aanbieden. Het soort vragen dat hen wordt gesteld is:

- a. Xxx is niet zo gelukkig op school momenteel. Ik heb jullie uitgekozen om mee te praten omdat ik denk dat jullie allemaal kunnen helpen om xxxx weer gelukkiger te maken. Willen jullie me helpen?
- b. Heeft iemand een idee, een klein ding dat xxx kan helpen om zich wat beter te voelen volgende week?
- c. Op elk klein idee wordt enthousiast en waardierend gereageerd.
- d. De kinderen kiezen zelf wat ze willen gaan doen de komende week
- e. Ik spreek jullie graag volgende week zodat jullie me kunnen laten weten wat jullie is gelukt, ok? Ik zie ernaar uit! Veel succes! Jullie ideeën zouden wel eens heel goed kunnen gaan werken.

De effectiviteit van support groups is onderzocht. Het opzetten van een support group stopte het pesten in 80% van de gevallen onmiddellijk en binnen zes weken was het pesten in 94% van de gevallen gestopt (n=50). De aanpak had een lange termijn effect, het pesten kwam niet meer terug

Bijlage 5. Beschrijving van de lessenseries en andere activiteiten in de onderbouw

1. In de brugklas wordt tijdens het mentoraatsprogramma d.m.v. een lesbrief aandacht besteed aan cyberpesten
2. In de tweede klas HAVO/VWO wordt binnen het mentoraatsprogramma aandacht besteed aan 'pesten' d.m.v. de lessenserie 'De pest aan pesten'. Hierbij formuleert iedere klas zelf een protocol met afspraken over pesten.

Bijlage 6. DRAAIBOEK PESTPROTOCOL

De onderstaande punten zijn de stappen in het draaiboek van het pestprotocol.

1. Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en schoolregels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden aan de mentor en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.
2. De leerlingen in de onderwijsteams van klas 1 (en indien gewenst 2) ondertekenen het contract "Veilig in school". In onderling overleg geven de leerlingen en de mentor het contract een zichtbare plaats.
3. In de leerjaren 1 t/m 3 wordt aandacht besteed aan pesten in één of meerdere mentorlessen/ lessen kanjertraining/leefstijl. De leerlingen onderschrijven aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (zie 2).
4. Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groeps gesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd.
5. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de leerling die pest als van de leerling die gepest wordt.
6. Incidenteel pestgedrag wordt door de mentor besproken met de leerlingen, zowel met de direct betrokkenen als met de klas; indien de situatie zich ervoor leent, kunnen leerling-mediators worden ingeschakeld.
7. Als het pestgedrag doorgaat, nodigt de mentor de ouders/verzorgers van de pestende leerling(en) en de gepeste(n) uit, bespreekt de problematiek met hen en stelt een handelingsplan op (non-contract). Hij meldt dit aan de studietoelichting/onderwijsteamleider. Deze stellen het betreffende onderwijsteam op de hoogte van de situatie en van de gemaakte afspraken in het handelingsplan.
8. Indien nodig verwijst de mentor, in overleg met de studietoelichting/onderwijsteamleider de pestende leerling(en) en/of de gepeste leerling(en) door naar de zorgcoördinator. Daarna volgt de normale procedure van een aanmelding
9. Indien interne maatregelen en afspraken geen effect sorteren, wordt er door de onderwijsteamleider gezocht naar een passende oplossing.
10. In het uiterste geval wordt er door de onderwijsteamleider, in samenspraak met de ouders/verzorgers gezocht naar een andere onderwijsplek.

Bijlage 7. Registratie en Evaluatie

1. Hoe wordt pestgedrag geregistreerd? Hiervoor is door onze ICT-afdeling het software-programma IMELDA ontwikkeld. Het is sinds het najaar van 2008 beschikbaar zijn op het personeelsportaal.
2. Wie registreren er? Alle personeelsleden zijn/worden geautoriseerd om te registreren.
3. Hoe wordt het gemonitord en geëvalueerd? De verantwoordelijkheid voor de monitoring ligt bij de veiligheidsmedewerker (Ans van de Laar). Evaluatie vindt jaarlijks – of desgewenst vaker - plaats door directie en sectorleidingen.

N.B. Wanneer een medewerker van het Strabrecht College commentaar op dit document heeft c.q. suggesties voor verbetering, dan kan dit worden gezonden aan de rector van de school. Na bespreking in de directie en met (adjunct)sectorleiders, kunnen de opmerkingen worden verwerkt in de volgende versie.

Bijlage 8. Links

Onderstaande links geven bruikbare adressen: U kunt hiervoor, bijvoorbeeld, de volgende informatieve websites bezoeken:

www.sjn.nl/pesten/

Deze site is bedoeld voor ouders die willen weten hoe je pesten kunt herkennen en wat je er tegen kunt doen. De site gaat uit van de Stichting Jeugdinformatie Nederland, nu onderdeel van het Nederlands Instituut voor Zorg en Welzijn (NIZW) Jeugd te Utrecht.

www.pesten.net

Biedt uitgebreide informatie over de aanpak van pesten voor ouders, leerlingen en scholen.

www.pestweb.nl

Geeft informatie aan leerlingen in de bovenbouw van het basisonderwijs en in het voortgezet onderwijs. Ook leraren en ouders kunnen er terecht. De site gaat uit van het Transferpunt voor jongeren, school en veiligheid van het Algemeen Pedagogisch Studiecentrum (zie adressenlijst).

www.kidscape.org.uk

Als u de Engelse taal goed beheerst, dan loont het zeker de moeite om ook de website van 'Kidscape' te bezoeken. Kidscape is een bekende Britse organisatie die zich bezighoudt met de aanpak van pesten op scholen.

www.tegenpesten.nl

Vereniging Tegen Pesten wil een plek zijn waar mensen met elkaar kunnen communiceren, informatie kunnen vinden en verhalen kwijt kunnen.

www.omgaanmetpesten.nl

Op deze website leest u hoe de stichting "Omgaan met Pesten" haar doel bereikt en wat de trainingen inhouden.

pesten (algemeen)

www.digibewust.nl

een informatieve site van het Ministerie van Economische Zaken, die u als consument of zakelijke gebruiker informeert over het veilig gebruik van internet (was voorheen: www.surfopsafe.nl)

www.ppsi.nl

PPSI is een expertisecentrum van het APS 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 PPSI ook terecht voor informatie over: pesten, agressie, geweld, discriminatie en racisme.

www.schoolenveiligheid.nl

Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid en adviseert schoolleiders, leraren/docenten, mentoren, leerlingbegeleiders, vertrouwens (contact)personen, onderwijsondersteunend personeel, et cetera.

<http://veilig.kennisnet.nl/>

handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT-coördinatoren. Deze website is een onderdeel van de programmalijn "Veilig en eenvoudig"

van het SURFnet/Kennisnet project.

Bijlage 9. Het stappenplan na een melding van cyberpesten

- 1. Bewaar de berichten.** Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen doen (afdrukken, selecteren en kopiëren, MSN-gesprekken opslaan).
- 2. Blokkeren van de afzender.** Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pestmail kan blokkeren.
- 3. Probeer de dader op te sporen.** Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer op school het bericht is verzonden. Neem contact op met de ICT-coördinator of de systeembeheerder. Het is mogelijk om van het IP adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden. Ook is er van alles mogelijk via de helpdesk.
- 4. Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling.** Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
- 5. Verwijs de ouders zo nodig door.** Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:
 - 0800-5010: de onderwijstelefoon
 - 0900-11131113: de vertrouwensinspectie
- 6. Adviseer aangifte.** In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl, tel: 0900-0101)
- 7. De counselor.** Verwijs de pester en/of de gepeste door naar de counselor wanneer verdere begeleiding nodig is.