

Pestbeleid

Tegen offline en online pesten

Met inleiding, toelichting op protocollen, stappenplannen en bijlagen
[versie 19 augustus 2024]

INLEIDING

Pesten is een vorm van agressie waarbij geprobeerd wordt om iemand steeds pijn te doen. Dat kan zowel offline als online ("cyberpesten") gebeuren. Beide vormen van pestgedrag kunnen niet alleen een grote impact hebben op de leerlingen, maar ook op de sfeer in de klas en het schoolklimaat. Bij pesten zijn verschillende mensen betrokken: de pester(s), de gepeste(n) en de omstand(er)s. Pesten veroorzaakt stress, angst, eenzaamheid en gebrek aan zelfvertrouwen. Het kan ook de schoolprestaties negatief beïnvloeden.

Helaas stopt pesten niet vanzelf. Het is daarom belangrijk om in te grijpen. Pesten kan stoppen als omstanders het afkeuren en de gepeste helpen. Goed nieuws is dat pesten in meer dan de helft van de gevallen binnen 10 seconden stopt, wanneer mensen in de nabijheid van de peestsituatie, zoals vrienden, klasgenoten, collega's of andere omstanders ingrijpen. We noemen dit de 'peer pressure group'. Als omstanders hebben we dus allemaal de kracht om pesten te stoppen en een enorme impact te hebben.

Wij willen dat onze leerlingen – en uiteraard ook alle anderen mensen op school - zich hier veilig voelen. Daarom besteden we aandacht aan antipestbeleid en doen ons best om pesten tegen te gaan. We maken werk van het voorkomen en aanpakken van pesten. Het is belangrijk om pesten aan te pakken om maatschappelijke problemen zoals gebrek aan respect en discriminatie te voorkomen. Dat vraagt om actie. We kunnen er immers samen voor zorgen dat pesten niet kan plaatsvinden én ook dat het pesten stopt.

Pas als je pesten beleidsmatig aanpakt, krijg je een duurzaam resultaat: we willen op school een klimaat creëren waarin het fijn werken en leven is. En als het dan toch een keer misgaat, kijken we wat we daaruit kunnen leren om herhaling te voorkomen.

Wij registreren meldingen van pestincidenten en geven hier opvolging aan. De school heeft een anti-pestcoördinator die het anti-pestbeleid coördineert en op orde houdt met een jaarlijkse evaluatie. Op de website en in de Schoolgids 2024-2025 staat wie dit op onze school is.

Over het algemeen is er op onze school gelukkig een prima sfeer. Mocht pesten zich echter toch voordoen, dan is het goed dat iedereen weet dat we daarvoor op het Cambreur College een anti-pest aanpak hebben in de vorm van een anti-pestprotocol. Dat geeft duidelijkheid over dat wij pesten afkeuren en hoe wij het bestrijden.

Voor dit document en het protocol is deels gebruik gemaakt van de expertise en voorbeelden van andere scholen. In het pestprotocol gaan we uit van de vijf-sporen aanpak. Verderop staat hierover meer.

Na deze inleiding staat de inhoudsopgave. Vervolgens een toelichting op wat online en offline pesten is. Ook wordt een aantal signalen, rollen en kenmerken daarin genoemd.

Dan volgt het anti-pestprotocol met daarin uitgewerkt onze aanpak en de rollen en taken van betrokkenen, inclusief het stappenplan.

Ons Anti-Pestbeleidsplan wordt afgesloten met een aantal bijlagen. In deze bijlagen staan praktische tips en adviezen voor leerlingen, ouders/verzorgers en de medewerkers van het Cambreur.

Een van de bijlagen gaat specifiek over (de aanpak van) het “cyberpesten”.

In de laatste bijlage staan nuttige links naar websites die meer achtergrondinformatie geven over pesten en de bestrijding daarvan.

Een heel nuttige is die van het **Expertise- Informatie- & Kenniscentrum Pesten & Online Pesten**¹

Wij hopen dat dit document een goede bijdrage levert aan het voorkomen, bestrijden en aanpakken van pestgedrag en we hopen dat we met vereende krachten het verschijnsel pesten op onze school kunnen voorkomen. Dat vraagt een positieve inzet van alle partijen. Daar rekenen we uiteraard op!

Dongen. 19 augustus 2024

Schoolleiding en anti-pestcoördinator Cambreur College

¹ <https://www.stoppestenu.nl/>

INHOUDSOPGAVE

Pestbeleid

1. Inleiding	pagina 1
2. Inhoudsopgave	pagina 3
3. Inhoudelijke toelichting	pagina 4
4. Het Anti-pestprotocol	pagina 7
5. De Vijf-sporenaanpak	pagina 8
6. Stappenplan na een melding van pesten	pagina 9
7. Bijlagen	
1. Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	pagina 11
2. Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest	pagina 12
3. Tips voor ouder(s)/verzorger(s)	pagina 13
4. Protocol Cyberpesten	pagina 14
5. Links voor bruikbare adressen bij cyberpesten	pagina 18

INHOUDELIJKE TOELICHTING

ALGEMEEN

In het anti-pestprotocol van het Cambreur College staan onze richtlijnen voor het voorkomen, verminderen en bestrijden van pestgedrag. Wanneer ouders/verzorgers het vermoeden hebben of aanwijzingen dat hun kind gepest wordt, een pester is, of dat er in de klas gepest wordt, dan gaan we daarover graag in gesprek om een gezamenlijke aanpak te bespreken. Dit document is ook bedoeld als handleiding voor docenten en mentoren om pesten aan te pakken en voor onze leerlingen zelf om te weten wat zij in voorkomende gevallen van de school mogen verwachten.

De acties die het Cambreur onderneemt bij pesten, zijn dynamisch, want geen enkele situatie is of blijft hetzelfde. Afhankelijk van ontwikkelingen binnen de samenleving, de school en in de media, die mogelijk ook het pesten beïnvloeden, zal het protocol zo nodig aangepast worden.

PESTEN

Allereerst mag duidelijk zijn dat wij pesten altijd afkeuren en dat wij vinden dat dit verschijnsel niet thuishoort op onze school. Onze normen en waarden zoals neergelegd in ons Schoolplan, in onze Schoolgids en in dit document, zijn daar duidelijk over. Doet pesten zich echter toch voor, dan is het goed om te weten dat wij een protocol hebben, waarin onze anti-pestaanpak is beschreven.

Pesten doet zich in allerlei vormen voor, ook digitaal, wat helaas het bereik en ook de impact nog groter maakt. Daarom besteden we hieronder ook aandacht aan deze vorm, nl. het cyberpesten.

PLAGEN EN PESTEN

Er is een verschil tussen plagen en pesten. Plagen heeft een duidelijke functie voor opgroeiende kinderen. Het vergroot de sociaal-emotionele weerbaarheid, ze leren de grenzen van zichzelf en de ander kennen. Kinderen met een laag zelfbeeld of een pestverleden kunnen echter vaak niet tegen plagen. Zij interpreteren het plagen als pesten. Dit is iets waar begeleiders bij stil moeten staan.

Er is sprake van plagen als:

- er niet echt een slachtoffer of dader is
- beide partijen even sterk zijn
- het over en weer gebeurt
- de leerling die plaagt niet de intentie heeft de ander te beschadigen
- beide partijen er later samen om kunnen lachen

WAT IS PESTEN?

Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend. We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling of een groepje leerlingen regelmatig en systematisch bedreigd en/of geïntimideerd wordt. 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. Wat daarvan ook zij: ons beleid is dat we er altijd tegen optreden, omdat pestgedrag niet strookt met ons uitgangspunt dat we voor iedereen een veilige school willen zijn.

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, waardoor het moeilijk is om er grip op te krijgen. Docenten (OP) en onderwijsondersteunend personeel (OOP) hebben echter een taak (samen met de ouders/verzorgers en de leerlingen zelf) bij het tegengaan van pesten en kunnen er daarmee iets tegen doen. Het is belangrijk dat leerlingen weten dat ze hulp kunnen krijgen in de school en hoe. Het personeel moet oog hebben voor de signalen van leerlingen en interesse tonen en luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben. Voor mentoren betekent het dat ze groeps gesprekken 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.

KENMERKEN EN ROLLEN BIJ PESTEN

Kenmerken

- psychisch, fysiek of seksueel systematisch geweld van een leerling (of een groep leerlingen)
- ten opzichte van de ander (die zichzelf niet kan/kunnen verdedigen)
- systematisch misbruik van macht
- het slachtoffer is slachtoffer van negatieve acties van een of meerderen
- herhaalde actie
- in interactie met anderen
- negatief t.o.v. de ander
- er is sprake van machtsongelijkheid (psychisch of fysiek)
- er is een duidelijke slachtoffer- en daderrol

Rollen

Er zijn bij pesten verschillende rollen te onderscheiden

- De gepeste leerling (slachtoffer)
- De pester (dader)
- De meelopers / wegkijkers en andere leerlingen

De gepeste leerling

Sommige leerlingen blijken meer kans te lopen gepest te worden dan anderen. Dat kan soms met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen te maken hebben. Echter kan een leerling ook gepest worden zonder duidelijke redenen. Een kind dat wordt gepest, praat er thuis niet altijd over.

Redenen hiervoor kunnen zijn:

- Schaamte
- Angst dat de ouders/verzorgers met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt
- Het probleem lijkt onoplosbaar
- Het idee dat je niet mag klikken

De pester

Pesters zijn vaak de “sterkeren” in de groep. Zij zijn of lijken populair, maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken. Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Soms is dit juist ook de reden waardoor pestgedrag ontstaat.

Pestgedrag kan ook een aantal dieperliggende 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 halen
- Het moeten spelen van een niet-passende rol
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers)
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid)

De meelopers/ wegkijkers en andere leerlingen

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te liften.

Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst om vrienden of vriendinnen te verliezen. De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen.

Er zijn ook leerlingen die het pesten écht niet zien of meemaken, maar dit komt niet vaak voor.

Mogelijke signalen van gepest worden

- Niet meer naar school willen
- Niet meer over school vertellen thuis
- Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of bij anderen gevraagd worden
- Slechtere resultaten op school dan vroeger
- Regelmatig spullen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen
- Regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben (of andere psychosomatische klachten)
- Problemen met slapen
- Niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan
- Bepaalde kleding niet meer willen dragen
- (Thuis) prikkelbaar, boos of verdrietig zijn (of andere gedragsverandering)
- Zelf ziekte of blessures faken om niet naar school te hoeven

WAT IS CYBERPESTEN?

Cyberpesten (of digitaal pesten) is een vorm van pesten waarbij het slachtoffer gekwetst wordt of misbruikt wordt via het internet/sociale media. Dat kan op veel manieren: beledigende e-mails, gemene of bedreigende berichtjes via instant messaging apps, ongewenste foto's en filmpjes die viraal gaan op sociale media etc. Toch valt niet alles dat kwetsend is op het internet zomaar onder cyberpesten. Net als bij 'klassiek' pesten is er een aantal voorwaarden noodzakelijk om van echte pesterijen te kunnen spreken.

Cyberpesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking. Cyberpesten komt op steeds grotere schaal voor, heeft in een aantal gevallen een zeer grote impact en behoeft soms een andere aanpak, waarbij ook externe partijen kunnen zijn of worden betrokken.

Vanwege de specifieke kenmerken van cyberpesten hebben we een apart protocol met stappenplan opgesteld voor het tegengaan van deze vorm van pesten. Uiteraard is een aantal stappen van de algemene pestaanpak ook bruikbaar voor cyberpesten. Deze kunnen in voorkomende gevallen naar bevind van zaken worden toegepast of aangepast.

Zie voor meer informatie ons *Protocol Cyberpesten*

Het volledige protocol Cyberpesten is in dit document opgenomen als Bijlage 5. Doordat de ontwikkelingen op digitaal gebied snel gaan en dit soms ook zijn uitwerking kan hebben op cyberpesten, zal dit protocol zo nodig en zo mogelijk regelmatig worden aangepast.

Het Anti-pestprotocol

Het aanpakken van pesten

Wij vinden het belangrijk dat school een fijne en veilig tijd is voor iedere leerling. Onze aanpak is erop gericht een zo positief mogelijk pedagogisch en didactisch klimaat te bereiken. Onze focus is aandacht voor een positief en veilig schoolklimaat en het voorkomen en verminderen van pesten door middel van mentorlessen, voorlichtingen, themalessen en (buitenschoolse) activiteiten.

Met dit anti-pestprotocol willen wij uitdragen dat we pestgedrag op school niet accepteren, laten zien hoe we het willen voorkomen en hoe we dit aanpakken wanneer het toch voorkomt.

Uitgangspunten en voorwaarden

Een protocol als dit kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

- Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders/verzorgers en leerlingen
- De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren
- Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en
- vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten
- De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop
- opsteekt (het anti-pestprotocol)
- De school organiseert preventieve (les)activiteiten

Preventie

Pesten is iets wat waarschijnlijk helaas nooit helemaal zal verdwijnen. Door aandacht te geven aan onder meer preventie in de vorm van goed gedrag stimuleren en positieve groepsvorming, hopen we samen tot een aanzienlijke vermindering van pesten te komen.

Preventieve maatregelen

1. Elke mentor bespreekt in de eerste week van het schooljaar de algemene afspraken in de klas en op school. Deze afspraken werken het best als de leerlingen zelf meedenken, de afspraken positief geformuleerd zijn en zichtbaar en bekend zijn voor alle klasgenoten.
De omgangsregels worden tijdens de mentorlessen meerdere keren per jaar besproken, naast de aandacht voor het groepsproces.
2. Leerlingen kunnen altijd bij hun mentor terecht in het geval van pesten. Deze is het eerste aanspreekpunt.
3. Mentoren gaan regelmatig in gesprek met de leerlingen. Vooral zij kunnen aandacht geven aan de groeps sfeer en het functioneren van individuele leerlingen in die groep. Ze maken afspraken met de klas en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden. Tijdens de eerste weken van elk nieuw schooljaar is er extra aandacht voor groepsdynamiek en het creëren van een zo fijn mogelijk klimaat in de klas.
4. Medewerkers hebben oog hebben voor de signalen van leerlingen. Wanneer zij zich zorgen maken, kunnen zij dit bespreken met de mentor, zodat er actie ondernomen kan worden.
5. Ook tussen en voor en na de lessen zijn alle medewerkers van school extra alert op pestgedrag. Toezicht is een krachtig preventief middel tegen pesten.
6. Ook digitaal pesten dient tot een minimum beperkt te worden, zie ons Protocol Cyberpesten.
7. Er worden voorlichtingen gegeven door eigen specialisten en externe samenwerkingspartners over dit onderwerp en een positieve sfeer in de klas.
8. Het anti- pestprotocol wordt jaarlijks geëvalueerd en komt op de website van de school te staan. Ouders/verzorgers worden geïnformeerd over het bestaan van ons anti-pestprotocol.
9. De school voert actief registratie van incidenten, zoals pestgevallen, in Magister. Docenten melden signalen van opvallende zaken rondom pesten in Magister, zodat dossiervorming ontstaat en de mentoren dit kunnen raadplegen.

DE VIJF-SPORENAANPAK

Deze aanpak houdt in:

1. De algemene verantwoordelijkheid van de school

De schoolleiding, leerlingcoördinatoren, mentoren, docenten en ondersteunend personeel hebben voldoende informatie over pesten en de aanpak en preventie daarvan.

De school werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is.

2. Het bieden van steun aan de leerling die gepest wordt

Het probleem wordt serieus genomen en er wordt uitgezocht wat er precies gebeurt.

Er wordt contact opgenomen met de ouder(s)/verzorger(s) van de leerling door de mentor en samen wordt er gezocht naar mogelijke oplossingen. Wanneer noodzakelijk wordt het OndersteuningsTeam (OT) van de school betrokken voor extra ondersteuning.

3. Het bieden van steun aan de pester

De leerling wordt met zijn gedrag en de gevolgen hiervan geconfronteerd door de mentor en/of leerlingcoördinator. De ouder(s)/verzorger(s) van de leerling worden betrokken en samen wordt er gezocht naar achterliggende oorzaken van dit pestgedrag. Eventueel aanmelden bij het OndersteuningsTeam voor hulp. Er worden duidelijke regels met elkaar afgesproken waar iedereen zich veilig bij voelt en die ervoor zorgen dat het pestgedrag niet meer voorkomt en deze afspraken en regels worden vastgelegd in Magister.

Er worden vervolgesprekken met de betrokkenen afgesproken.

4. Het betrekken van de middengroep bij het probleem

Als het pesten zich in de klas voordoet, bespreekt de mentor met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie. De mentor komt hier later op terug en monitort hiermee de situatie. De anti-pestcoördinator adviseert de mentor waar nodig.

5. Het bieden van steun aan de ouder(s)/verzorger(s)

Ouders/verzorgers die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen. Ouders/verzorgers worden indien mogelijk en gewenst betrokken wanneer er sprake is van pesten. De school verwijst de ouders/verzorgers zo nodig naar externe hulpverleners.

HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN

De taak van vakdocenten

De vakdocenten hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, reageren zij hier adequaat op en doen een melding bij de mentor om hulp en overleg in gang te zetten.

De mentor

- Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester apart. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in de bijlagen. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen, laat deze ondertekenen en deelt deze met ouder(s)/verzorger(s) wanneer nodig.
- De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
- 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 groepslid heeft.
- Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de leerlingcoördinator (leco) van de leerling(en). Dit is conform de bestaande escalatieladder.

De Leerlingcoördinator (Leco)

De Leco kan op twee manieren in beeld komen. Ten eerste als het pesten het klassenverband overstijgt. Hij zal dan de eerste twee stappen van het stappenplan van de mentor doorlopen. Ten tweede wanneer er een herhaling van het pesten wordt waargenomen.

De Leco zal het volgende traject volgen:

- De Leco heeft een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
- In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
 - confronteren (na onderzoek en vaststellen van de feiten)
 - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
 - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
- In het contact met de gepeste wordt gekeken of deze een bepaald sociaal gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
- De Leco adviseert, zowel aan de pester als aan de gepeste, hulp op vrijwillige basis en betreft hierbij evt. de OCO en of de anti-pestcoördinator.
- De Leco stelt alle betrokken ouder(s)/verzorger(s) op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag. De Leco verzoekt hun om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject en de mogelijke sancties en maatregelen.
- De mentor is in bovenstaande gevallen aanwezig bij het gesprek/de gesprekken.
- De Leco bespreekt bovenstaande in het OT wanneer hier reden voor is.

Het vervolgtraject

Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, kan het vervolgtraject er verschillend uit zien. Elke situatie is anders en vraagt soms om een andere aanpak. Voorbeelden die gebruikt kunnen worden bij een vervolgtraject, wanneer de pester in recidive gaat, zijn:

- De pester moet aan een gerichte opdracht werken (bijv. excuses en reflectie opdracht)
- De pester krijgt consequenties in de vorm van nablijven
- De pester krijgt een gedragscontract

Bij een ernstige mate van onbehoorlijk gedrag van een leerling kan door de schoolleiding een schorsing of voornemen tot verwijdering worden ingezet en/of de politie worden betrokken.

De rol van de Anti-pestcoördinator

Onze school heeft een Anti-pestcoördinator.

- De Anti-pestcoördinator biedt waar nodig ondersteuning (in overleg met de ondersteuningscoördinator (Oco)), aan leerlingen, ouder(s)/verzorger(s) en schoolpersoneel tijdens de verschillende fasen in het proces.
- De Anti-pestcoördinator kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen en/of denkt mee over de lesstof met betrekking tot sociale veiligheid/ pesten.

- De Anti-pestcoördinator is schoolbreed aanspreekpunt over dit thema voor OP, OOP, externen en, naast de mentor, voor ouder(s) en verzorger(s).
- De Anti-pestcoördinator zorgt voor actuele preventieve maatregelen voor het voorkomen van pesten, zoals in dit protocol opgenomen.
- De Anti-pestcoördinator houdt het Anti-pestprotocol actueel en op orde.

BIJLAGEN

Bijlage I Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Gesprek met de gepeste

- Het soort gebeurtenissen is belangrijk en niet de specifieke incidenten.
- Het slachtoffer mag praten over alles wat hij/zij denkt dat belangrijk is om te vertellen.
- Houding: niet (ver)oordelend, ook het waarheidsgehalte wordt niet beoordeeld.
- Nieuwe afspraak maken waarbij wordt gekeken of de situatie veranderd is. Bij ernstige pestgevallen eerder een afspraak maken. Afhankelijk van de ernst bepalen of ouders/verzorgers direct geïnformeerd moeten worden.

Feiten onderzoeken

- Klopt het dat je gepest wordt? (H)erkenning van het probleem.
- Wat maakt het voor jou pesten?
- Door wie word je gepest?
- Waar word je gepest?
- Hoe vaak word je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Weten je ouders/verzorgers of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat heb jij zelf of anderen tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?

Aanpak

Bespreek samen met de leerling (en eventueel ouders/verzorgers na altijd eerst telefonisch contact met hen te hebben gehad) wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil en kan werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij ook 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?
- Samen wordt er een plan van aanpak gemaakt.

Bijlage 2 Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Het uitgangspunt bij dit gesprek is dat de feiten onomstotelijk zijn vastgesteld en dat de beschuldiging van pesten klopt.

Het doel van het gesprek is drieledig:

- De leerling confronteren met het 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.

Confronteren

Confronteren is niet hetzelfde als kritiek geven (al wordt dat vaak wel zo ervaren).

Confronteren is:

- **Probleemgericht** en richt zich op gedrag dat waar te nemen is.
Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht, bijvoorbeeld: “Je hebt cola in de tas van Piet laten lopen” (probleemgericht). “Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent!” (persoonsgericht).
Zodra we gaan interpreteren, reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met kritiseren.
- **Relatiegericht**.
Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt, maar met behoud van de relatie.
Bijvoorbeeld: “Ik vind dat je heel gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt”. Zeg nooit: “Je bent heel gemeen.”
Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing.
- **Specifiek blijven**.
Dat wil zeggen: je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als “altijd, vaak en meestal”.
- **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?

Pesten kan verschillende oorzaken hebben. Soms is de situatie complex. Bied wanneer nodig hulp aan van de mogelijkheden binnen school en/of betrek een OCO of anti-pestcoördinator.

Dit is de hoofdregel:

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

Bijlage 3 Tips voor ouder(s)/verzorger(s)

Wat kun je als ouder doen als je kind wordt gepest?

- Luister naar het verhaal van je kind.
- Neem je kind serieus.
- Luister en stel verdiepende vragen om het probleem duidelijk te krijgen.
- Wees er voor je kind, laat merken dat je achter je kind staat, spreek niet onmiddellijk een oordeel uit.
- Kom niet meteen zelf met oplossingen. Probeer samen naar oplossingen te zoeken.
- Spreek af dat je kind het direct vertelt als er weer iets gebeurt.

Van hieruit kunnen jullie samen gaan bedenken wat je zoal kunt gaan doen

- Ga in gesprek met school, als je kind hier achter staat en trek waar mogelijk samen met de school op. Dit is vaak de eerste en meest logische stap. Besef wel dat school vaak alleen invloed heeft op de situatie binnen de school.
- Je kunt professionele hulp zoeken, of een training waar je kind baat bij kan hebben.
- Blijf in gesprek met je kind, geef eventueel adviezen wat je kind zou kunnen doen of zeggen (of juist niet) tegen de pester(s).
- Als je kind moeite heeft met praten, zoek dan een andere vorm, zoals tekenen of elkaar appen.
- De meeste sporten kunnen goed werken als uitlaatklep.
- Maar het belangrijkste blijft: een luisterend oor bieden en je kind serieus nemen.

BIJLAGE 4 PROTOCOL CYBERPESTEN

Inleiding

De komst van het internet en van social media heeft het onderwijs veranderd. Dagelijks houdt de onlinewereld onze leerlingen bezig, zowel met positieve als negatieve gebeurtenissen. De onlinewereld biedt leerlingen veel mogelijkheden, maar brengt ook gevaren met zich mee.

De samenleving wordt steeds meer geconfronteerd met het feit dat ongewenste en schadelijke foto's en filmpjes van jongeren via digitale kanalen verspreid worden. Voorbeelden zijn foto's en filmpjes die zonder toestemming worden doorgestuurd, naaktfoto's, filmpjes die tonen hoe jonge mensen gepest of vernederd worden. Dit wordt verspreid via Social Media (Facebook, Instagram, Snapchat e.d.)

Vrijwel alle Nederlandse scholen krijgen hier met enige regelmaat mee te maken. Het CBS heeft in 2021 vastgesteld dat 8% van de scholieren te maken heeft met enige vorm van cyberpesten (Bron: I13.nl).

Cyberpesten is: de 'digitale versie' van face-to-face pesten. Internet wordt als middel ingezet om te pesten. Feit is dat verspreiding van digitaal beeldmateriaal grote impact heeft op de veiligheidsbeleving en het welbevinden van leerlingen op scholen en daarmee uiteindelijk ook op hun leerproces. Een sociaal veilige omgeving is immers een voorwaarde om goed te kunnen leren.

Het Cambreur College wil in dezen verantwoordelijkheid nemen voor het realiseren van een sociaal veilige leeromgeving voor onze leerlingen en voor het personeel. Aangezien jongeren veel tijd per dag besteden aan online zijn, hebben wij de hulp nodig van ouders/verzorgers, leerlingen en instanties, zoals Politie.

Online veiligheid is een gedeelde verantwoordelijkheid.

Het verschil tussen Sexting en Cyberpesten

Sexting

Sexting is het versturen van seksueel getinte berichten, foto's of filmpjes via internet. In Nederland doet één op de zeven middelbare scholieren dit wel eens. Seksueel getinte foto's of filmpjes doorsturen met toestemming van degene die hierop te zien is, is toegestaan en valt onder normaal seksueel experimenteelgedrag van leerlingen.

Het is een ander verhaal als een seksueel getint(e) foto of filmpje zonder toestemming van degene op de foto of het filmpje wordt verspreid, bijvoorbeeld met de bedoeling om iemand te pesten. Eenmaal op internet kunnen sextingbeelden door anderen op pornosites geplaatst worden of leerlingen kunnen ermee gechanteerd worden. Daarom is sexting zonder toestemming strafbaar.

Leerlingen na laten denken over (de gevaren en strafbaarheid van) sexting en ze bewustmaken van dat (gevoelige) berichten en beelden voor eeuwig op internet staan, is daarom heel belangrijk.

Sinds 2013 is er een leidraad van het Landelijk Expertisecentrum Kinderporno (een samenwerkingsverband van de politie en het Openbaar Ministerie) waarin geadviseerd wordt om sexting niet strafrechtelijk te vervolgen *als er niets bijzonders aan de hand is of geen sprake is van sociale druk*.

Er is wél iets bijzonders aan de hand:

- Als de beelden onder dwang tot stand zijn gekomen (Sextortion);
- Als de beelden zonder medeweten van de afgebeelde minderjarige tot stand zijn gekomen;
- Als ze achteraf gebruikt worden om te pesten (Shamesexting);
- Als de beelden vanuit een valse vertrouwensband zijn verkregen (Grooming).

In dat soort gevallen zullen de Politie (opsporing) en het Openbaar Ministerie (vervolging) actie ondernemen.

Cyberpesten

'Cyberpesten omvat alle vormen van pesterijen, via elektronische middelen, om iemand lastig te vallen, te beledigen of te bedreigen.'

Cyberpesten vindt plaats door herhaaldelijk en in groepsverband via social media een persoon te kwetsen. Soms kun je bij eenmalige incidenten ook al spreken van cyberpesten, bijvoorbeeld als een kwetsend bericht wordt verspreid en de impact meteen groot is.

Cyberpesten is een ernstige vorm van pesten, omdat het niet stopt in de veilige thuissituatie. Het is voor slachtoffers van cyberpesten vaak moeilijker om zichzelf te verdedigen. Er wordt vaak iemand via verschillende kanalen tegelijk gepest (zoals WhatsApp, Twitter en Facebook) en berichten verspreiden zich razendsnel. Slachtoffers hebben hierdoor weinig grip op de situatie. Ook al kan een slachtoffer zich goed verdedigen, hij of zij is vaak afhankelijk van anderen of het cyberpesten stopt. Bovendien is cyberpesten moeilijker te stoppen dan face-to-face pesten, omdat het meestal niet lukt om alle kwetsende berichten weer 'van het web' te krijgen. Een bericht kan een slachtoffer jarenlang achtervolgen. Dit realiseren leerlingen zich vaak onvoldoende voor ze iets op internet zetten.

Een jongere neemt via de smartphone of eigen device altijd de social media mee en is daardoor altijd bereikbaar voor cyberpesten. Cyberpesten is in sommige gevallen strafbaar. Als een jongere in die mate wordt gepest dat de sociaal-emotionele veiligheid in het gedrang is, er sprake is van stalken, of sprake is van oplichting, is het cyberpesten bij wet strafbaar en kan een juridische procedure worden gestart tegen de pester(s) door aangifte te doen bij de Politie. Bij pesten met beeldmateriaal worden er foto's of video's tegen iemands zin doorgestuurd of online gezet. Soms worden de beelden ook eerst bewerkt. Vervolgens kunnen die beelden viraal (via vele anderen) verspreid worden. Ook dit kan strafbaar zijn.

De pester

Het Nederlands Jeugd Instituut heeft onderzoek laten doen naar de motivatie van kinderen om te gaan pesten. De uitkomst van dit onderzoek geeft weer dat pesters zelf vaak een sociaal zwakke positie in de groep hebben en het pesten gebruiken om dit te versterken, jongeren het leuk of spannend vinden of dat ze reactief pesten (snel uitgedaagd worden). Zolang pesters op school zitten, kunnen (cyber)pesters zich vaak goed staande houden. Uit onderzoek blijkt dat ze op de lange termijn wel sociale problemen kunnen krijgen. Ze leren op een verkeerde manier doelen te bereiken, namelijk met agressie in plaats van met samenwerken en onderhandelen. Hierdoor kunnen cyberpesters uiteindelijk negatieve (agressieve) gedragspatronen ontwikkelen. In de adolescentie laten (cyber)pesters vaker risicogedrag zien en/of komen vaker in contact met justitie. Het is daarom essentieel om leerlingen die cyberpesten, te begrenzen en bewust te maken van wat hun gedrag doet met anderen. Het pesten kan allerlei onderliggende oorzaken hebben, het is daarom raadzaam om deze oorzaak te onderzoeken en ook te inventariseren om hulp in te kunnen zetten voor de pester.

De gepeste leerling

Niet alle jongeren spreken zich uit wanneer ze worden gepest. Het is daarom belangrijk om alert te zijn voor signalen die kunnen duiden op pesten.

Uit onderzoek weten we dat leerlingen die ge(cyber)pest worden vaak last hebben van psychosomatische klachten zoals hoofdpijn, duizeligheid, zenuwachtigheid, buikpijn en slaapproblemen. Het is daarom belangrijk om door te vragen wanneer leerlingen met zulke gezondheidsklachten rondlopen. Laat hen weten dat ze altijd bij je terecht kunnen en er samen gezocht kan worden naar een oplossing.

Preventie

Jaarlijks bestaat de mogelijkheid om externe expertise in te schakelen om cyberpesten en sexting bespreekbaar te maken (gast sprekers zoals Halt, jongerenwerk, maar ook schoolmaatschappelijk werk, Jeugdagent). Ook hebben wij op het Cambreur College aandacht voor het pedagogisch klimaat, waarin de groepsdynamica belangrijk is. Vooral in de eerste weken van het schooljaar is het van belang om extra aandacht te besteden aan de groepsvorming in de klas (de zgn. 'gouden weken'). Dit doen wij door verschillende groeps- en individuele activiteiten, werkvormen en gesprekken.

Wanneer er een veilig gevoel is in de groep, komt (cyber)pesten minder voor.

Cyberpesten verminderen kan in de vorm van een protocol, maar ook op andere manieren worden er afspraken gemaakt die schoolbreed worden gedragen.

Daarbij gelden de volgende richtlijnen:

- We informeren leerlingen over de strafbaarheid van cyberpesten;
- We formuleren omgangsregels zowel binnen de klas als op social media;
- We benadrukken de positieve aspecten van sociale media;
- Wanneer er wel sprake is van cyberpesten, werken wij volgens dezelfde, schoolbrede, aanpak.

Wanneer het dan toch gebeurt...

STAP 1 Analyseer

- Ga na wat er aan de hand is, en wat de impact daarvan is en stel vast of het cyberpesten tijdens schooltijd plaats heeft gevonden en wat dus vanuit school ingezet kan worden;
- Wanneer het cyberpesten buiten schooltijd plaatsvindt, is het raadzaam om school te informeren en indien nodig zelf contact op te nemen met de politie;
- U kunt contact opnemen met de mentor en deze zal indien nodig de leerlingcoördinator, OCO of afdelingsleider inschakelen;
- Indien duidelijk is dat het cyberpesten (ook) binnen schooltijd heeft plaatsgevonden, en het om een strafbaar feit gaat, worden ouder(s), verzorger(s) en eventuele andere betrokkenen geïnformeerd dat zij de politie kunnen benaderen. Als het geen strafbaar feit is, wordt onderzocht wie de betrokkenen zijn;
- Onderzoek wat er nodig is om het slachtoffer een veiliger gevoel te geven.

STAP 2 Reageer

- Raadpleeg het slachtoffer en de ouder(s)/verzorger(s), en inventariseer het probleem;
- Biedt het pestslachtoffer en ouder(s)/verzorger(s) ondersteuning aan wanneer nodig, bespreek interne en externe mogelijkheden;
- Voer een gesprek met de pester(s) en inventariseer de aanleiding van het pestgedrag;
- Als de cyberpester onbekend blijft, richt je dan op het beperken van de schade;
- Overleg intern, wanneer nodig extern, en in samenspraak met ouder(s)/verzorger(s) de interventie voor pester (consequentie/ extra ondersteuning) en het vervolgtraject bij recidive;
- Ga in gesprek met ouder(s)/verzorger(s) over een mogelijke aangifte of melding bij politie;
- Spreek met klas af welke online gedragsregels de komende tijd extra aandacht behoeven;
- Informeer docenten waar nodig en geef ruimte tot reactie/vragen;
- Activeer tot actie om beeldmateriaal offline te halen (meldknop.nl).

STAP 3 Activeer

- Verzoek dringend tot verwijderen (beeld)materiaal bij de pester;
- Aan de slag in de klas van het slachtoffer EN de pester; creëer inzicht en reflectie, maak afspraken over hoe het slachtoffer te steunen, benoem buddy's (vraag slachtoffer), koppel positieve buddy's aan de pester;
- Gaat het om een grote zaak, en hebben veel leerlingen de beelden gezien, ga dan in gesprek met de leerlingen. Vertel op hoofdlijnen wat er speelt, wat het emotioneel doet met het slachtoffer, en wat de gevolgen zijn als je de beelden hebt gedeeld;
- Draag de leerlingen op om belastend materiaal uit hun telefoon te verwijderen en verbied verdere verspreiding;
- Vraag de leerlingen ook om respectvol om te blijven gaan met het slachtoffer.

STAP 4 Communiceer

- Adviseer ouders/verzorgers niet online te reageren;
- Informeer, waar nodig, overige klassen;
- Wees voorbereid op mogelijke media-aandacht.

STAP 5 Evalueer

- Evalueer met slachtoffer, pester, ouder(s)/verzorger(s) en betrokken personeel;
- Evalueer het proces in het Ondersteuningsteam;
- Plan mogelijke momenten in voor evaluatie;
- Verwerk de evaluatie in het protocol wanneer deze aanpassing behoeft.

Tips waarmee leerlingen cyberpesten kunnen voorkomen of verminderen

- Geef nooit je adres, achternaam en/of telefoonnummer;
- Gebruik altijd een nickname (schuilnaam);
- Reageer niet op een nummer dat je niet kent;
- Chat alleen als je de mogelijkheid hebt anderen te blokkeren;
- Houd inlognamen en wachtwoorden geheim;
- Niet reageren op vervelende berichten; ook zelf geen vervelende berichten sturen;
- Vervelende berichten verwijderen en leerlingen die het bericht verspreid hebben verzoeken om dit ook te doen;
- De cyberpester blokkeren;
- Probeer zoveel mogelijk bewijsmateriaal te verzamelen;
- Het altijd bespreken wanneer er iets gebeurt; zoek een persoon die je vertrouwt, zoals bijvoorbeeld je mentor of de vertrouwenspersoon;
- (Samen met ouder(s)/verzorger(s)) externe hulp zoeken.

Bij mogelijke strafbare feiten, kan de wijkagent de ernst van de situatie inschatten en ouders/verzorgers doorverwijzen naar hulp, zoals Bureau Slachtofferhulp.

Leerlingen en ouder(s)/ verzorger(s) kunnen zelf ook aangifte doen, bijvoorbeeld via Meldknop.nl of Helpwanted.nl.

Bijlage 5 Links naar bruikbare adressen bij (cyber)pesten

Preventief

<https://www.schoolenveiligheid.nl>

Veilig internetgebruik

<https://veiliginternetten.nl>

<https://www.mediaopvoeding.nl>

<https://www.stoppestennu.nl> lesmaterialen-pesten-en-cyberpesten

<https://www.helpwanted.nl/Helpwanted.nl>

Bij pesten (informatie, adviezen, stappen, doorverwijzing)

<https://www.meldknop.nl>

<https://www.pestweb.nl>

<https://www.kindertelefoon.nl>

<https://www.stoppestennu.nl/handleidingen-problemen-rapporteren-op-facebook-twitter-youtube-google-skype-whatsapp-instagram>

<http://www.bureaujeugdmedia.nl>