

Pestpreventieplan



**Kamerlingh
Onnes**

VMBO-TL HAVO ATHENEUM

Inhoudsopgave

1 INLEIDING	3
2 PESTEN	4
2.1 Wat is pesten?	4
2.2 Vormen van pesten	4
2.3 De gepeste leerling	5
2.4 Mogelijke signalen van gepest worden (ook van belang voor ouders)	5
2.5 De pester	5
2.6 De meelopers en andere leerlingen	6
2.7 Actualiteit	6
3 PREVENTIEVE PESTAANPAK	7
3.1 Visie van de school over pesten en de verantwoordelijkheden	7
3.2 Preventieve (les)activiteiten	7
3.3 Groepsvorming, Identiteit en PestPreventie (GRIPP)	8
3.4 De week tegen pesten en protocol voor leerlingen	9
4 HET PESTPROTOCOL	10
4.1 Fase één: de mentor	10
4.2 Fase twee; (zo nodig) opschaling	10
4.3 Fase drie: time out of disciplinaire maatregelen	11
5 DIGITAAL PESTEN	12
5.1 Wat valt er onder digitaal pesten?	12
5.2 Hoe wordt er gepest?	12
5.3 Het stappenplan na een melding van cyberpesten	12
SLOTWOORD	14
Bijlage 1: Signaalkaarten pesten	15
Bijlage 2: Anti-Pestcontract Kamerlingh Onnes	17
Bijlage 3: Steungroep aanpak	18
Bijlage 4: Directe aanpak	18
Bijlage 5: Stroomschema	19
Bijlage 6: Protocol voor leerlingen	20
Literatuurlijst	21

1 INLEIDING

Het Kamerlingh Onnes is van mening dat onderwijs meer inhoudt dan het overdragen van kennis. De school vindt het belangrijk dat leerlingen zich prettig voelen. Dit is een van de voorwaarden om goed te kunnen presteren. De school dient een veilige omgeving voor de leerling te zijn waar hij/zij zich plezierig voelt en waar iedereen de kans krijgt het maximaal haalbare te bereiken en zich te ontwikkelen tot een bewust en zelfstandig individu. Een veilige school wordt door Stichting School & Veiligheid omschreven als een school waar voortdurend serieus aandacht wordt gegeven aan het realiseren van een veilig schoolklimaat en aan het voorkomen, herkennen en aanpakken van grensoverschrijdend gedrag. Een school die kritisch naar zichzelf blijft kijken, en ervoor zorgt dat elk incident leidt tot verkleining van de kans op nieuw grensoverschrijdend gedrag. In een cultuur waarin zowel leerlingen als medewerkers aan het denken worden gezet over hun houding en handelen en waarin hier open over wordt gepraat.

Een goede sfeer in de klas en op school vinden wij belangrijk. Daarom wordt er tijdens de studielessen aandacht besteed aan groepsvorming, omgaan met elkaar en klassenafspraken. Onderlinge verhoudingen tussen leerlingen kunnen soms verstoord worden door pesten. Het Kamerlingh Onnes vindt pesten onacceptabel en streeft naar een gezamenlijke aanpak bij pestproblemen.

In het pestprotocol van de school vindt u een beschrijving van signalen van pestgedrag, activiteiten om pestgedrag te voorkomen en de aanpak van pesten.

2 PESTEN

2.1 Wat is pesten?

Pesten is een stelselmatige vorm van agressie waarbij één of meer personen proberen een andere persoon fysieke of psychische schade toe te brengen. Bij pesten is de macht ongelijk verdeeld (Currie et al., 2012; Linderberg et al., 2005). Het Nederlands Jeugdinstituut (NJI) noemt daarnaast dat pesten iets anders is dan plagen, wat vrienden onderling ook wel doen en wat meer incidenteel gebeurt. Pesten heeft gevolgen voor de geestelijke gezondheid en de verdere ontwikkeling van alle betrokkenen.

2.2 Vormen van pesten

Met woorden:

- vernederen, belachelijk maken
- schelden
- dreigen
- met bijnamen aanspreken
- gemene briefjes, mailtjes, whatsappjes, sms'jes schrijven

Lichamelijk:

- Trekken aan kleding, duwen en sjorren
- Schoppen en slaan
- Krabben en aan haren trekken
- Wapens gebruiken

Achtervolgen:

- Opjagen en achterna lopen
- In de val laten lopen, klemzetten of -rijden
- 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
- Het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen

Digitaal pesten komt tegenwoordig steeds meer voor door de digitale wereld. In hoofdstuk 5 wordt hier meer informatie over gegeven.

2.3 De gepeste leerling

Leerlingen worden gepest om uiteenlopende redenen.

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 je niet mag klikken

2.4 Mogelijke signalen van gepest worden (ook van belang voor ouders)

- 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
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben
- De verjaardag niet willen vieren
- Niet alleen een boodschap durven doen
- Niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan
- Bepaalde kleren niet meer willen dragen
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn
- Zelf blessures creëren om niet naar school te hoeven

2.5 De pester

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Ze proberen groter te lijken door anderen klein te maken.

Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieperliggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet).
- 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.
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau)
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid)

2.6 De meelopers 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 ze meelopen uit angst 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.

2.7 Actualiteit

Om alle collega's goed op de hoogte te houden van de ontwikkelingen rondom GRIPP, wordt in het schooljaar 2025-2026 een GRIPP-cursus georganiseerd voor alle mentoren die deze nog niet hebben gevolgd. Daarnaast zijn ook andere mentoren en niet-mentoren van harte welkom om deel te nemen aan de (herhalings)cursus. De cursus wordt opgedeeld in modules die aansluiten bij de verschillende behoeften van de onderbouw en de bovenbouw. Op deze manier blijft veiligheid en pesten aandacht houden onder de medewerkers en leerlingen. Dit is een fundamentele behoefte.

3 PREVENTIEVE PESTAANPAK

3.1 Visie van de school over pesten en de verantwoordelijkheden

- De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
- Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. Er dient bereidheid te zijn tot samenwerking om de problemen rond pesten aan te pakken.
- Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
- In het stappenplan staat een directe aanpak beschreven die gevolgd dient te worden wanneer pesten gesignaleerd of gemeld wordt.
- De school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

3.2 Preventieve (les)activiteiten

Alle onderstaande (les)activiteiten worden ingezet om het pesten te voorkomen. De mentor is een belangrijk aanspreekpunt voor leerlingen en ouders.

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. De mentor laat leerlingen nadenken welke afspraken ze met elkaar willen maken om een goede sfeer in de klas te krijgen of te behouden. Eventueel worden de afspraken ondertekend door alle leerlingen. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het stappenplan dat gevolgd wordt bij pestincidenten. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.
2. Aan het begin van het schooljaar zijn er introductiedagen. Tijdens deze dagen wordt er gewerkt aan een positieve groepssfeer. Er wordt aandacht besteed aan de groepssfeer in één of meerdere mentorlessen in de rest van het jaar. Onderwerpen die aan bod komen zijn: feedback geven en ontvangen, rollen in de groep, veiligheid, hoe ga je met elkaar om, het oplossen van ruzies en respect voor elkaar(verschillen) tonen. De leerlingen worden zelf verantwoordelijk gesteld voor de sfeer in de klas en het voorkomen van pesten. In een klas waar pesten (voor zover bekend) niet speelt, zorgen dat dat zo blijft door het thema regelmatig te bespreken. Dit kan op verschillende manieren: aan de hand van een verhaal, film, een krantenartikel, een spel, een casus etc. Gezamenlijk bedenken de leerlingen hoe ze zelf kunnen bijdragen aan het oplossen van het probleem en hier wordt op een later moment op terug gekomen. In een gesprek met de hele klas worden nooit specifieke pestincidenten besproken, het gaat dan meer over groepssfeer, eigen verantwoordelijkheid en pesten in het algemeen. Het document 'pesten bespreekbaar maken' kan gebruikt worden als uitgangspunt.

Ook kunnen mentoren voor advies, handvatten en ideeën voor groepsopdrachten altijd bij het interne ondersteuningsteam terecht. Wanneer er wel sprake is van pestgedrag zal in veel gevallen de steungroep aanpak worden ingezet. In bijlage drie staat de steungroep aanpak methode uitgeschreven.

3. Het is mogelijk leerlingen een pestcontract te laten ondertekenen. Hiermee zorg je ervoor dat leerlingen zich conformeren aan de gemaakte afspraken. Na ondertekening wordt deze gedeeld met alle betrokkenen zodat iedereen goed op de hoogte is.
4. Theatergroep 'De Steeg' uit Groningen maakt verschillende voorstellingen waarbij het thema 'pesten' terugkomt. De mentor krijgt lesmateriaal om de voorstelling voor en na te bespreken.
5. Om zicht te hebben op de sociale veiligheid van leerlingen maken we gebruik van de leerlingmonitor. Deze monitor is een instrument om welbevinden, veiligheid, pesten en de positie van de leerling in de groep te signaleren. Deze monitor wordt twee keer in het schooljaar afgenomen en vervolgens gebruikt door mentor en leerlingcoördinator om de sociale veiligheid goed te monitor op individueel niveau.

Het docententeam is belangrijk om de mentor te ondersteunen in een veilig groep.

1. Er kunnen coöperatieve spelen, groepsopdrachten, gesprekken, spellen of andere werkvormen worden ingezet om het onderlinge respect en het groepsgevoel te vergroten.
2. Docenten zijn alert op signalen van pesten. 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. De mentor handelt volgens 'Het Stappenplan' om hulp en overleg in gang te zetten.

De leerlingcoördinator worden door de mentor betrokken bij de pest situaties.

3.3 Groepsvorming, Identiteit en PestPreventie (GRIPP)

Vanaf juni 2021 deden er vier brugklassen, twee 2 vmbo-tl -klassen en twee 2 havo klassen mee aan deze nieuwe methode. Rijksuniversiteit Groningen is sinds 2014 bezig een programma te maken om pesten te voorkomen in het voortgezet onderwijs. Dit programma concentreert zich op de eerste twee leerjaren van het voortgezet onderwijs. Dit project heeft de naam '**G**roepsvorming **I**dentiteit en **P**est **P**reventie', afgekort GRIPP.

Na een pilot is er gekozen voor het definitief implementeren van het GRIPP programma in de onderbouw. Sinds 2022-2023 werken alle mentoren in de onderbouw met deze methode. Onze missie is: "Iedereen verdient een fijne schooltijd".

Om het programma te monitoren en evalueren is er een GRIPP-team gevormd op school. De voorzitter en tevens contactpersoon voor het project en het team is de pestpreventiecoach. De overige leden zijn alle leerlingcoördinatoren en de teamleider onderbouw.

3.4 De week tegen pesten en protocol voor leerlingen

In de week tegen pesten brengen we het thema aan de orde in de school. Dat doen we in het mentoruur. Daarnaast maken we het zichtbaar in de school. Tijdens het mentoruur worden alle leerlingen gevraagd het pestprotocol te ondertekenen en eventueel extra afspraken toe te voegen in samenspraak met de mentor. In bijlage vijf van dit document staat het pestprotocol voor leerlingen.

4 HET PESTPROTOCOL

Alle fasen, gesprekken en afspraken worden geregistreerd in het logboek van Som today. Op deze manier is voor alle betrokkenen binnen de school een overzicht.

4.1 Fase één: de mentor

- Leerlingen, ouders of medewerkers signaleren pestgedrag en geven dit door aan de mentor. Alle leerlingen (dus niet alleen de leerling die gepest wordt) hebben het recht en de plicht om pestsituaties te bespreken met de mentor. In bijlage één is een signaalkaart ter ondersteuning voor het personeel.
- Mentor analyseert en verzamelt de signalen.
- De mentor maakt vanaf nu verslagen over de stappen, afspraken en gebeurtenissen. Notities in Somtoday.
- De mentor spreekt binnen een week met het slachtoffer, eventueel met een steunende medeleerling. De mentor doet geen normatieve uitspraken over het gedrag van het slachtoffers en dat van de pester en meelopers. Doel is steun te bieden aan het slachtoffer, gegevens verzamelen en bespreken van oplossingen (o.a. wat kan hij/zij zelf nog doen en hoe wil hij/zij geholpen worden). De mentor vraagt toestemming om in gesprek te gaan met de pester. Er wordt informatie gegeven op welke manier het met de pester besproken zal worden en wat de eventuele vervolgstappen zijn. Er kan afgesproken worden dat er niet wordt genoemd dat het slachtoffer dit heeft gezegd (de mentor kan het in dat geval ook algemeen houden bv. dat iemand het heeft gezien).
- De mentor voert binnen een week na het gesprek met het slachtoffer een gesprek met pester en mogelijk één of twee meelopers. Ook meelopers kunnen melden wat er volgens hen gebeurt. Ook dit is een 'gesprek zonder schuldvraag'. Dat wil zeggen dat er alleen gesproken wordt over het mogelijke effect van hun gedrag op het slachtoffer. Doel is om inlevingsvermogen te vergroten, afspraken te maken over het gedrag in de toekomst en het maken van een vervolgafpraak. Op het moment dat de pestsituatie zich voordoet in verschillende klassen zal de leerlingcoördinator ingezet worden.
- De mentor volgt het nakomen van de afspraken actief. Dit gebeurt door na twee dagen, en na een week, en na een maand een vervolggesprek te voeren met het slachtoffer en met de pester (dit kan een gesprekje van 2 minuten zijn, als het goed loopt). De pester krijgt, als deze zich niet houdt aan de afspraken nog één kans om het eigen gedrag te verbeteren.

4.2 Fase twee; (zo nodig) opschaling

Mocht de mentor de problematiek niet overzien dan is het mogelijk om de pestpreventie coach of leerlingcoördinator in te zetten. Er wordt dan gekeken naar de aanpak van de mentor en effecten die het heeft gehad. De Pestpreventiecoach, mentor en leerlingcoördinator komen gezamenlijk tot een plan. Na goedkeuring van de teamleider zal dit plan in uitvoering gebracht worden. De leerlingcoördinator en teamleider stemmen de zaken met elkaar af.

Er zijn twee richtingen die gekozen kunnen worden bij het maken van een plan. We onderscheiden de directe aanpak en een groepsaanpak. Hieronder wordt beschreven bij welke situaties de twee richtingen onderscheiden kunnen worden.

Directe aanpak

Situatie: het is duidelijk dat de pestsituatie voornamelijk actief is tussen 2 tot 4 personen. De betrokkenen in hun omgeving hebben geen tot dusdanig kleine rol dat zij geen invloed hebben op dit proces.

Stap 1: onafhankelijk met iedere betrokkenen een gesprek hebben.

Stap 2: ouders, docententeam, mentor en zo nodig andere betrokkenen informeren.

Stap 3: de betrokkenen bij elkaar hebben en afspraken maken.

Stap 4: ouders, docententeam, mentor en zo nodig andere betrokkenen informeren. En ieder zijn rol hierin beschrijven.

Stap 5: zo vaak als nodig evalueren en afsluiten als het gedrag een aantal weken is gestopt.

Steungroep aanpak (voorkeur)

Waarom voorkeur? Uit onderzoek blijkt dat de pester en het slachtoffer elkaar moeten leren begrijpen en zien. Op het moment dat er iemand straf krijgt wordt het gedrag versterkt en leert men niet van de situatie.

Situatie: het pestgedrag speelt in een groep en er zijn meerdere leerlingen die een rol hebben t.a.v. de situatie. Er is moeilijk te achterhalen wat er speelt of grip te krijgen op de situatie.

Deze methode is in bijlage drie van dit document volledig uitgeschreven.

Het is mogelijk om een anti-pestcontract op te stellen zodat afspraken worden vastgelegd. Het anti-pestcontract zal in een gesprek met ouders en de pester worden besproken en ondertekend. Zie het anti-pestcontract in bijlage 2. Communicatie naar externen en ouder(s)/verzorger(s) verloopt altijd via de teamleider.

4.3 Fase drie: time out of disciplinaire maatregelen

Op het moment dat het pesten aanhoudt, zal de pestpreventiecoach samen met de teamleider overgaan op het inzetten van een time out. De pester zal uit de les gehaald worden. Voordat de pester weer mag deelnemen aan de les zal er eerst een gesprek plaatsvinden met de mentor, teamleider en ouders. Op het moment dat na alle inspanningen geen oplossing meer gezien wordt door de school is langdurige schorsing en/of verwijdering mogelijk.

5 DIGITAAL PESTEN

Op het Kamerlingh Onnes kijken de leerlingen van de brugklas naar een voorstelling van theaterbedrijf 'De Steeg'. Deze voorstelling heeft als thema 'cyberpesten'. Hiermee worden de leerlingen bewust gemaakt van de risico's en gevolgen van digitaal pesten.

5.1 Wat valt er onder digitaal pesten?

Digitaal pesten is het pesten via het internet en via de mobiele telefoon. Digitaal pesten kan nog veel krachtiger 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.

5.2 Hoe wordt er gepest?

- Pestmail/Whatsapp/sms/Facebook/Snapchat/Instagram (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- Stalking: het stelselmatig lastigvallen van iemand door het blijven sturen van berichten of het dreigen met geweld in chatrooms.
- Het tegenkomen van ongewenst materiaal, zoals: porno en kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- Ongewenst contact met vreemden
- Webcamseks: beelden die ontvangen worden kunnen opgeslagen worden en te zijner tijd misbruikt worden (chantage)
- Hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pestmail.

5.3 Het stappenplan na een melding van cyberpesten

- Bewaar de berichten; Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren door een beeldschermafdruk te maken.
- Blokkeren van de afzender; Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pestmail kan blokkeren.
- Opsporen van de dader; School neemt contact op met de ICT-coördinator/systeembeheerder en/of politie. Het is soms mogelijk om door het IP-adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden.
- Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling en de ouders van de pester; Neem contact op met de andere school als er leerlingen van andere scholen bij betrokken zijn. Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen. Zie ook de site www.mijnkindonline.nl.
- Verwijs de ouders zo nodig door; Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk:
 - 0800-5010: de onderwijstelefoon (voor ouders over onderwijs)
 - 0900-111311: de vertrouwensinspectie

- Adviseer aangifte; In het geval dat een leerling stelselmatig wordt gepest/bedreigd is er mogelijk sprake van een strafbaar feit en kunnen de ouders aangifte doen bij de politie. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar de jeugdagent van de school en/of Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl, tel: 0800- 6334286) of meldknop.nl (staat ook een verwijsknop op de website van Kamerlingh Onnes).

Blijf in gesprek met de mentor. Eventueel in overleg met de pestpreventiecoach doorverwijzen naar hulpverlening wanneer verdere begeleiding nodig is.

SLOTWOORD

Het Kamerlingh Onnes heeft de veiligheid van leerlingen hoog in het vaandel. Met de dagelijkse inzet en samenwerking van het personeel creëren we samen een veilige en prettige sfeer. De samenwerking met externe experts op het gebied van veiligheid en ouders/verzorgers is belangrijk. Uiteindelijk vanuit onze pedagogische opvattingen betrekken we de leerling als toekomstig en zelfstandig burger bij het creëren van een gezamenlijke verantwoordelijkheid betreft veiligheid.

Bij specifieke vragen over het pestpreventiebeleidsplan of de uitvoering daarvan. Graag contact opnemen met Eline Muusers en/of Hilde Bakker.



Bijlage 1: Signaalkaarten pesten

Signaalkaart pesten: de 6 pest-alerts!



1 Let op vluchtgedrag



2 Kijk naar rol-vastheid



3 Let op signaalgedragingen



4 Er is geen schuldgevoel of verzoening



5 Het is fysiek grensoverschrijdend



6 Herhaald plagen is pesten

Tip

1 Weg met vooroordelen

Alle kinderen kunnen slachtoffer zijn van pesten, dus weg met vooroordelen dat alleen de kneusjes gepest worden. Ook de jongen die goed kan sporten of het meisje dat populair is, kan slachtoffer zijn van pesten. Het standaardprofiel van een slachtoffer of dader bestaat niet!

2 Neem signalen serieus

Als kinderen aangeven dat ze gepest worden of wanneer ouders hiervan melding maken in school, neem deze signalen dan serieus. Ook al heb je het pesten niet kunnen waarnemen, het betekent niet dat er **niet** gepest wordt. Het is voor kinderen vaak lastig om toe te geven dat ze gepest worden, dus elk signaal moet serieus genomen worden. Bovendien kan pesten zo subtiel zijn dat slechts weinig leerlingen het waarnemen, daardoor kan het lijken dat het niet voorkomt.

3 Doe onderzoekjes en testjes

Kinderen weten vaak goed wie door wie gepest wordt in de klas. Je kunt kleine onderzoekjes en testjes doen om er achter te komen wat kinderen weten. Natuurlijk kan het beeld dat kinderen hebben vertekend zijn, maar het kan goede aanwijzingen bevatten.

Pestgedrag is vaak moeilijk te herkennen. Deze 6 'alerts' kunnen helpen om alert te zijn op pestgedrag. Het betekent overigens niet dat er niet gepest wordt als er op alle alerts negatief wordt geantwoord. Maar zelfs bij één positief antwoord is het tijd voor extra aandacht en misschien wel maatregelen.

Deze kaart is bedoeld om je te helpen om belangrijke signalen niet over het hoofd te zien.

Kinderen die gepest worden proberen vaak sociale groepen waarin ze het risico lopen om gepest te worden te vermijden. Deze vermindering noemen we vluchtgedrag.

Voorbeelden zijn: alléén spelen op het schoolplein, langdurig toiletbezoek of in de gang blijven hangen, vrijwillig extra taken doen als de school uit is of tijdens het speelkwartier.

1 Let op vluchtgedrag

Bij pesten heeft iedereen zijn vaste rol, dit in tegenstelling tot plagen. Als iets een plagerijtje lijkt, kijk dan eens of het altijd dezelfde is die plaagt en altijd dezelfde die moet incasseren. Bij pesten zien we ook altijd meelopers en omstanders. De pester staat meestal niet alleen, de gepeste wel.

Wees je ervan bewust dat pesten niet altijd uit grote gedragingen bestaat, soms is het een stemmetje imiteren of iemand nadoen, maar altijd in dezelfde rollen.

2 Kijk naar rol-vastheid

Kinderen die gepest worden, vertonen soms signaalgedrag. Dit kunnen onschuldige gedragingen zijn die aangeven dat er stress is: krabben, tics, vreemd praten, opeens druk met iets bezig zijn, dromen. Maar het kunnen ook ernstige signalen zijn zoals vaak ziek zijn, buikklachten of zelfbeschadiging (met een schaar in je arm snijden of jezelf opzettelijk verbranden).

3 Let op signaalgedragingen

Kinderen maken ruzie en vechten, dit hoort erbij, maar vaak hebben kinderen na afloop een schuldgevoel of zoeken ze naar een manier om te verzoenen. Elkaar voor een aantal dagen ontwijken kan ook een manier van verzoening zijn. Bij pesten zien we dat de pester meestal niet wil verzoenen en ook niet begrijpt waarom. Schuldgevoel ontbreekt omdat het slachtoffer het in zijn ogen verdient. Zie je dat kinderen conflicten hebben, maar geen toenadering zoeken dan is er misschien iets aan de hand.

4 Er is geen schuldgevoel of verzoening

Pesten is soms letterlijk fysiek grensoverschrijdend en als iemand te dicht in de buurt komt kan dat bedreigend zijn. Pesters gaan deze grens vaak subtiel over door het slachtoffer even te duwen in het langslipen terwijl ze boeken uitdelen, de weg te blokkeren, onder de tafel met de voeten tegen de stoel te duwen en soms door heel dicht op de ander te staan. Fysiek grensoverschrijdend kan ook op afstand door de ander aan te staren terwijl het slachtoffer alles doet om de blik te ontwijken.

5 Het is fysiek grensoverschrijdend

Vaak wordt negatief gedrag afgedaan als een plagerijtje. Als het een herhaling is dan gaat het duidelijk om pesten. Een plagerijtje is leuk als het eenmalig is. Herhaling kan ook voorkomen omdat niet één leerling een geintje uithaalt, maar meerdere leerlingen hetzelfde geintje uithalen met hetzelfde slachtoffer. Heb je een geintje vaker gehoord: stop het!

6 Herhaald plagen is pesten



Radboud Universiteit



Voor onze contactgegevens zie: www.pestkopapenkop.nl

Disclaimer: Deze kaart is slechts een hulpmiddel voor scholen en leerkrachten. De makers kunnen niet garanderen dat elke vorm van pesten hierdoor herkend of voorkomen wordt. De intentie is de professionaliteit van de leerkracht te ondersteunen en daarom kunnen de makers niet aansprakelijk gesteld worden voor de gevolgen van het gebruik van deze kaart.

Copyright Apemanagement® Eljden en Praktikon, Nijmegen.

Deze kaart mag zonder toestemming gekopieerd en vermenigvuldigd worden mits met bronvermelding. De teksten en plaatjes mogen niet door derden voor commerciële doeleinden gebruikt worden.

Bijlage 2: Anti-Pestcontract Kamerlingh Onnes

Ondergetekende, _____ in klas

_____ van het Kamerlingh Onnes houdt zich aan de onderstaande

gemaakte afspraken:

Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in school

Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:

- ❖ Ik accepteer de ander zoals hij/zij is en ik discrimineer niet.
- ❖ Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen.
- ❖ Ik blijf van de spullen van een ander af.
- ❖ Als er ruzie is, speel ik niet voor eigen rechter.
- ❖ Ik bedreig niemand, ook niet met woorden.
- ❖ Ik neem geen wapens of drugs mee naar school.
- ❖ Ik gebruik geen geweld.
- ❖ Als iemand mij lastig valt, vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen.
- ❖ Als iemand niet wil stoppen met het lastigvallen, vraag ik een docent/
medewerker van school om hulp.
- ❖ Ik doe niet aan cyberpesten.

Bij het verbreken van het contract wordt dit gemeld aan de mentor of een ander vertrouwd persoon binnen de school en zal er een afspraak worden gemaakt tussen de pester en gepeste leerling. Hiervan zullen ouders op de hoogte worden gesteld en waar nodig worden uitgenodigd bij het gesprek.

Datum en Plaats _____

Handtekening leerling: _____

Handtekening mentor: _____

Dit contract zal komen in het dossier van de leerling en er gaat een kopie naar huis.

Bijlage 3: Steungroep aanpak

De steungroep aanpak:

- 6-8 leerlingen
 - De pester zit in de steungroep!
 - 2-3 ondersteunende leerlingen (verdedigers)
 - 2-3 sociaal sterke leerlingen (buitenstaanders)
- Voor bepaalde tijd medeverantwoordelijk voor welbevinden van één leerling.



Uitgangspunten:

- Samen verantwoordelijk
- Vooruitkijken: geen schuld of straf
- Open en eerlijke communicatie: iedereen op de hoogte
- Werken aan verbondenheid: empathie opwekken.

Bijlage 4: Directe aanpak

De directe aanpak:

- Individueel gesprek met pesters
- Groepsgesprek met pesters
- Steungroep opgericht om de gepeste te ondersteunen

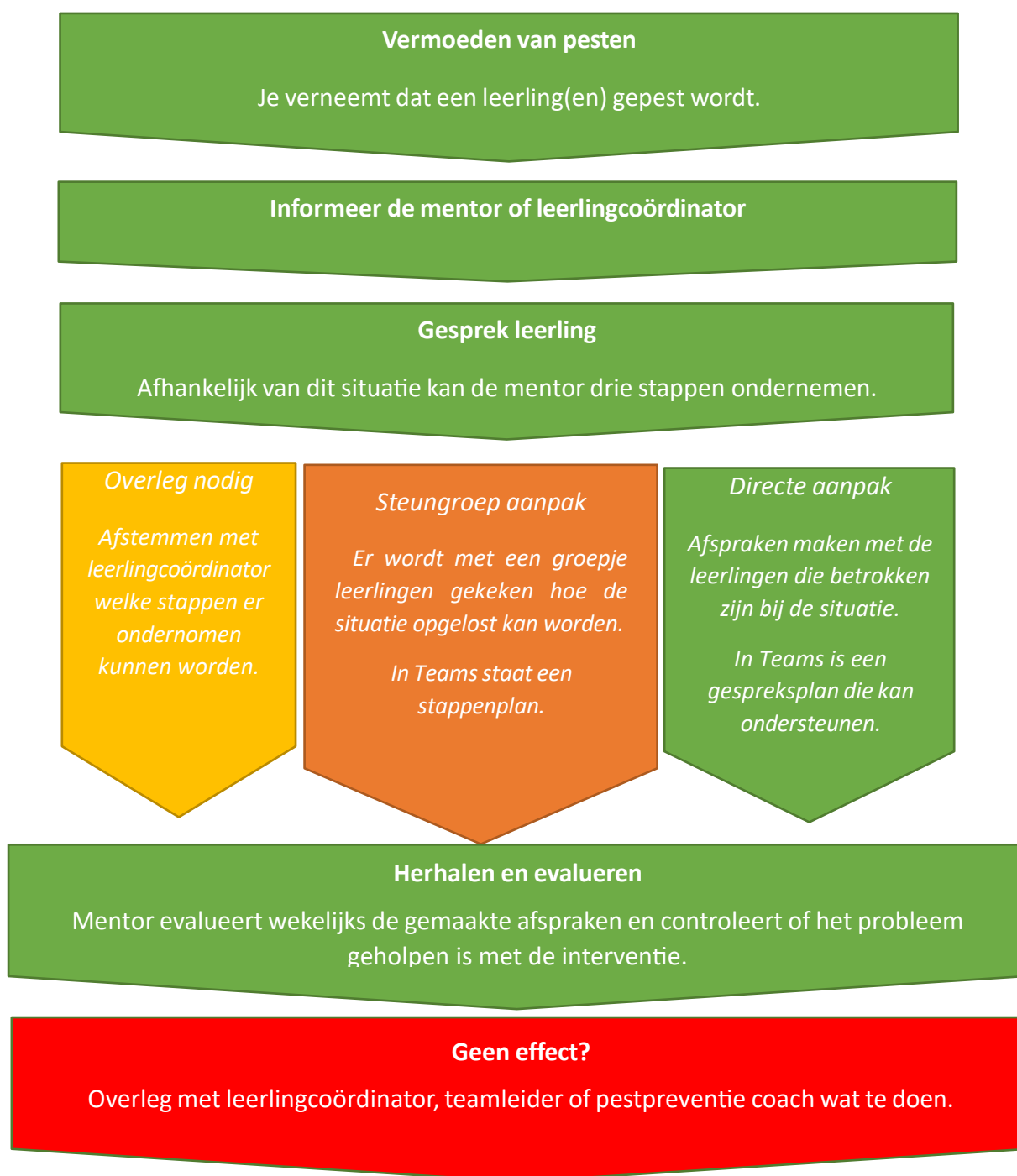


Uitgangspunten:

- Pestgedrag wordt expliciet afgekeurd
- Niet vrijblijvend
- Vooruit kijken: geen straf
- Open en eerlijke communicatie: iedereen op de hoogte
- Werken aan verbondenheid: empathie opwekken.

Bijlage 5: Stroomschema

Zo pakken wij pesten aan!



Goed om te weten:

- ➔ Werk samen! Zorg ervoor dat lesgevende docenten, ouders en zo nodig OOP op de hoogte is van de situatie en gemaakte afspraken.
- ➔ Dossier! Maak notities in Magister zodat we weten of een leerlingen vaker betrokken is bij pestsituaties.
- ➔ Straffen zorgt niet voor een betere relatie tussen leerlingen en wordt nauwelijks van geleerd.
- ➔ Blijf neutraal en oordeel niet te snel! Wij zijn de professionals.

Bijlage 6: Protocol voor leerlingen

Pestpreventieprotocol

Afspraken om het fijn met elkaar te hebben en pesten te voorkomen:

-  Ik doe niets bij een andere leerling wat ik zelf niet prettig vind;
-  Ik doe niet mee aan pesten, uitlachen, roddelen en spreek nooit lelijk over een ander;
-  Ik sluit niemand buiten de groep en we noemen elkaar bij de voornaam;
-  Niemand heeft het recht om elkaar uit te schelden, te schoppen, te slaan of te spugen;
-  Als er iets gebeurt dat ik niet leuk vind, dan probeer ik het eerst samen uit te praten;
-  Word ik, of een andere leerling, gepest dan praat ik er thuis en op school over: ik houd het niet geheim;
-  Kom ik er niet uit dan ga ik naar mijn mentor, leerlingcoördinator, teamleider of ouders; Deze regels gelden op school en daarbuiten, dus ook in de 'online wereld'.

Extra afspraken van onze klas:

.....

.....

Onze klas.....ondertekent deze regels. Onze namen zijn:

Onze mentor:

Onze teamleider:



Literatuurlijst

Currie, C. et al. (2012) *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey.* Copenhagen: WHO Regional Office for Europe

Kamerlingh Onnes (2016) *Zorgbeleidsplan Kamerlingh Onnes.*

Lindenberg, S. et al. (2005) *Pesten. Over daders, slachtoffers, dader/slachtoffers en niet-betrokken leerlingen.* In: *Kind en adolescent, Jaargang 26, nr.3 05/09/2005 aug. 2005, pag.305-317.*

Meer, B. van der (1991) *Pesten op school.* Tijdschrift voor Orthopedagogiek, pp 337-347 Houten: Bohn, Stafleu & Van Loghum

Nederlands Jeugdinstituut, *Pesten*, 5 juli 2016, <http://www.nji.nl/Pesten> Stichting

School & Veiligheid, 5 juli 2016, <https://www.schoolenveiligheid.nl/>