

ANTI PESTBELEID

Anti Pestbeleid voor de onderwijsgroep Tessenderlandt



Onderwijsgroep Tessenderlandt
Van Riebeecklaan 2
4818 EB Breda
T (076) 521 93 52

Voorwoord

Dit is het pestprotocol van Onderwijsgroep Tessenderlandt. In dit protocol staat de leidraad die gehanteerd wordt bij pestgedrag en er staan voorwaarden en activiteiten in die pesten kunnen voorkomen.

Het protocol is opgesteld om ouders, leerlingen en personeel te informeren over wat de Onderwijsgroep doet om een zo veilig mogelijk schoolklimaat te creëren.

Dit protocol is de leidraad voor het omgaan met pesten. Bij het samenstellen van dit protocol is gedeeltelijk gebruik gemaakt van bestaande richtlijnen en protocollen. De aanpak rondom pesten zoals beschreven in dit protocol is vanuit de eigen schoolvisie benaderd.

Directie Onderwijsgroep Tessenderlandt

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
PESTEN.....	5
Wat is pesten?	5
Hoe wordt er gepest?.....	5
De gepeste leerling.....	6
Mogelijke signalen van gepest worden (ook van belang voor ouders).....	6
De pester	7
De meelopers en ander leerlingen	7
Het aanpakken van pesten	7
HET PESTPROGRAMMA.....	8
Uitgangspunten	8
De acties die worden ondernomen na een melding van pesten	8
Preventieve maatregelen	9
Vervolgtraject en passende maatregelen	9
TAAKVERDELING IN PESTSITUATIES	10
De mentor	10
De leerlingbegeleider	10
De ouders	10
De vertrouwenspersoon.....	11
De afdelingsleider.....	11
Vakdocenten en overig personeel.....	11
Antipestcoördinator	11
Veiligheidscoördinator	11
DIGITAAL PESTEN, OFWEL CYBERPESTEN	12
Wat is cyberpesten?	12
Hoe wordt er gepest?.....	12
De actie na een melding van cyberpesten	12
BIJLAGE I	13
Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling.....	13
Feiten.....	13
Aanpak.....	13
Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest.....	13
Confronteren	13
Achterliggende oorzaken.....	14
Het pestgedrag moet stoppen	14

BIJLAGE II	15
Tips voor leerlingen	15
Wat kun je doen om digitaal pesten en misbruik te voorkomen?	15
Wat kun je tegen cyberpesten en misbruik doen?	15
BIJLAGE III	16
Links voor bruikbare adressen bij o.a. cyberpesten.....	16
Pesten (algemeen).....	16
Cyberpesten / veilig internetgebruik / veilige school	16
Films met als thema pesten	16
Boeken met als thema pesten.....	16
BIJLAGE IV: Programma's van de scholen van de Onderwijsgroep Tessenderlandt t.b.v. het anti-pestbeleid.....	17
BRONNEN	24

PESTEN

Wat is pesten?

Pesten betekent het systematisch misbruiken van je persoonlijke macht en/of kracht om anderen die zich niet of moeilijk kunnen verweren pijn te doen, te intimideren of bang te maken met de bedoeling er zelf beter van te worden. Pesten kan variëren van steeds terugkerende kleine pesterijen tot echte bedreigingen en lichamelijk geweld.

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

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

Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben echter een taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf) bij het tegengaan van pesten. Zij dragen de zorg voor de leerlingen, zodat zij zich veilig voelen op school.

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

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

Hoe wordt er gepest?

Met woorden: vernederen,
belachelijk maken,
schelden,
dreigen,
gemene briefjes, mailtjes, berichtje schrijven (bijvoorbeeld via Social Media)

Lichamelijk: trekken aan kleding,
duwen en sjoeren,
schoppen en slaan,
krabben en aan haren trekken, geweld gebruiken

Achtervolgen: opjagen en achterna lopen,
in de val laten lopen,
klem zetten of rijden,
opsluiten

Uitsluiting: doodzwijgen en negeren,
uitsluiten van feestjes,
niet gekozen worden 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

De gepeste leerling

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

Leerlingen die gepest worden of zich gepest voelen, vertonen soms verschillen ten opzichte van de groepsgenoten/pesters.

Een kind dat wordt gepest, praat er thuis niet altijd over. Redenen hiervoor kunnen zijn:

- Schaamte
- Bang dat ouders zich erg ongerust maken en verdrietig worden
- 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 hij/zij niet mag klikken (verraad)

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

- Niet meer naar school willen
- Thuis niet meer over school vertellen
- Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of bij anderen thuis gevraagd worden
- Slechtere resultaten op school dan vroeger
- Regelmatig spullen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen
- Regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben (psycho- somatische klachten)
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben
- De verjaardag niet willen vieren
- Niet buiten willen spelen
- 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 scheppen om niet naar school te hoeven

De pester

Pesters zijn of lijken “populair”, maar zijn dat uiteindelijk niet altijd. Ze dwingen hun populariteit af door stoer te doen en onkwetsbaar gedrag te vertonen.

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. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig. In hun beleving vraagt het slachtoffer er om gepest te worden.

Pestgedrag van de pester kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben, bijvoorbeeld:

- Een problematische thuissituatie
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken.
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau)
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid)
- Ze zijn zelf gepest

De meelopers en ander 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 met de pester. Verder kunnen leerlingen 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.

Het aanpakken van pesten

Pesten is onacceptabel en vraagt om een eenduidige, duidelijke en krachtige reactie vanuit de school.

HET PESTPROGRAMMA

Het pestprotocol vormt de verklaring van de vertegenwoordiging van de school en de ouders waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op school niet accepteren en volgens een vooraf bepaald stappenplan aanpakken.

Uitgangspunten

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

1. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; leerkrachten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. Het pestprotocol wordt ter informatie aangeboden aan de medezeggenschapsraad.
2. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
3. Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (het Stappenplan).
5. De antipestcoördinator evalueert elk schooljaar of o.a. de aanpak van pesten binnen school verloopt volgens het protocol.
6. De school ontplooit preventieve (studie)activiteiten.

De acties die worden ondernomen na een melding van pesten

- 1. De algemene verantwoordelijkheid van de school**
 - De school zorgt dat de directie, de mentoren en de docenten voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten
 - 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 jongere die gepest wordt**
 - Het probleem wordt serieus genomen
 - Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurd is
 - Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen
 - Het aanbieden van hulp door de docent/mentor/ anti-pestcoördinator/afdelingsleider.
- 3. Het bieden van steun aan de pester**
 - Het confronteren van de jongere met zijn gedrag en de gevolgen hiervan voor de pester
 - De achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
 - Wijzen op gebrek aan empathisch vermogen dat zichtbaar wordt in het gedrag
 - Het aanbieden van hulp door de docent/mentor/ anti-pestcoördinator/afdelingsleider.
- 4. Het betrekken van de klas bij het probleem**
 - De mentor bespreekt 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 in de toekomst op terug.
- 5. Het bieden van steun aan de ouders**
 - Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen
 - De school werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken
 - 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

Preventieve maatregelen

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 niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.

Er dient aandacht te worden besteed aan pesten in één of meerdere studielessen. Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij worden de rollen van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd.

Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de pester als het slachtoffer.

Vervolgtraject en passende maatregelen

Zowel voor de gepeste leerling als de pestende leerling kan interne (sociale vaardigheidstraining, weerbaarheidstraining of faalangstreductietraining) maar ook externe hulp worden geadviseerd en/of aangeboden in overleg met de mentor, het zorgadviesteam/leerlingbegeleiding en ouders.

Wanneer een pestende leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag liggen er geen perspectieven meer tot verandering. Schorsing en/of schoolverwijdering kunnen dan aan de orde komen.

TAAKVERDELING IN PESTSITUATIES

De mentor

1. 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 bijlage II. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
3. 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.
4. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de afdelingsleider van de leerling(en). De mentor meldt het in Magister met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.
5. De mentor informeert en/of betreft ouders er bij.

De leerlingbegeleider

1. De leerlingbegeleider neemt de rol van procesbegeleider van de mentor over, bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt. Hij/zij betreft de mentor(en) hierbij.
2. De leerlingbegeleider heeft zo nodig een gesprek (al dan niet met de mentor) met de gepeste en de pester apart of organiseert 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 sociaal gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. De leerlingbegeleider adviseert (samen met de mentor) zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door een deskundige.
6. De leerlingbegeleider 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. De leerlingbegeleider bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
8. De leerlingbegeleider koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.
9. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de leerlingbegeleider het gedrag aan de afdelingsleider van het leerjaar.

De ouders

De ouders van leerlingen die gepest worden, hebben er soms moeite mee dat hun kind aan zichzelf zou moeten werken. Hun kind wordt gepest en dat moet gewoon stoppen. Dat klopt, het pesten moet stoppen. Echter een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op school; het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

De vertrouwenspersoon

De vertrouwenspersoon is voor leerlingen aanspreekbaar in geval van pesten, discriminatie, agressie, geweld en (seksuele) intimidatie. De vertrouwenspersoon zal de richtlijnen volgen zoals die door de wet worden omschreven.

De afdelingsleider

Indien pestgedrag klasoverstijgend is of niet stopt na eerdere interventies bespreekt de afdelingsleider het pestgedrag in zorgoverleg. Dit overleg vindt plaats onder regie van de ondersteuningscoördinator. In het zorgoverleg worden interventies afgesproken om het pestgedrag te stoppen. In het zorgoverleg is de afdelingsleider aangesloten.

Vakdocenten en overig personeel

De vakdocenten en overig personeel 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 en/ of leerlingbegeleider om hulp en overleg in gang te zetten.

Antipestcoördinator

De Antipestcoördinator bewaakt het proces rondom het pesten op school. Preventie, monitoren en schoolveiligheidsbeleid t.a.v. pesten aanscherpen zijn taken van de antipestcoördinator. De antipestcoördinator laat zich informeren door de leerlingbegeleider/afdelingsleider. Hij/zij geeft gevraagd of ongevraagd advise aan de schoolleiding en alle betrokkenen. Binnen de onderwijsgroep Tessenderlandt zijn de antipestcoördinator en ondersteuningscoördinator dezelfde persoon.

Veiligheidscoördinator

De rol van de veiligheidscoördinator bij een melding van een peestsituatie (door o.a. oop leden) bestaat uit het doorverwijzen naar de mentor/afdelingsleider/leerlingbegeleider (afhankelijk van de aard van de peestsituatie). Daarnaast voert hij incidenteel, op verzoek van de afdelingsleider, een gesprek met de pester.

DIGITAAL PESTEN, OFWEL CYBERPESTEN

Wat is cyberpesten?

Cyberpesten (of digitaal pesten) is het pesten of misbruiken via het internet en via mobiele telefoon. Cyberpesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven, omdat dit dag en nacht doorgaat via mobiel, PC etcetera.

Hoe wordt er gepest?

- pest-mail (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen, bezemen, banglijsten, bedreigen, grooming)
- stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van hate-mail of het dreigen met geweld in chatrooms.
- webcam-seks: beelden die ontvangen worden kunnen opgeslagen worden en te zijner tijd misbruikt worden
- sexting is het sturen van seksueel getinte berichten of pikante foto's of video's, meestal via de mobiele telefoon.
- hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pest-mail.

Er worden steeds weer nieuwe manieren gevonden om te pesten (bv 'Project X', Facebookfeestjes).

De actie na een melding van cyberpesten

Adviseer de gepeste leerling iemand op te zoeken die hij/zij vertrouwt (mentor, afdelingsleider/afdelingsleider)

Op www.digitaalpesten.nl onder het kopje "Hoe los ik het zelf op" staan onder andere de onderstaande adviezen:

1. **Bewaar de berichten.** Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren.
2. **Blokkeren van de afzender.** Sommige programma's hebben de mogelijkheid om specifieke afzenders te blokkeren. Verwijs ouders naar onderstaande websites voor meer informatie. Op den duur loont het wellicht de moeite de leerling een nieuw mailadres te geven. Vertel je leerlingen dat ze altijd heel voor- zichtig moeten zijn met het doorgeven van hun mailadres aan anderen.
3. **Probeer de dader op te sporen als de mail vanuit school komt.** Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer op school het bericht is verzonden. Systeembeheer kan daarbij helpen. Verder kunnen ouders aangifte doen bij de politie.
4. **Neem contact op met de ouders.** Zie de vijfsporenaanpak op pagina 9.
5. **Adviseer aangifte.** In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer bedreigd wordt, lichamenlijk letsel of materiele schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kan er verwezen worden naar Bureau Slachtofferhulp. Tel. 0900-0101 of www.slachtofferhulp.nl Er zijn verschillende vormen van digitaal pesten die strafbaar zijn.
6. **Adviseer** indien nodig (andere) **hulpverlening**.

Zie ook bijlage II & III

BIJLAGE I

Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (H)erkenning van het probleem
- Door wie word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak word je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Zijn er jongeren die jou wel eens proberen te helpen?
- Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?

Aanpak

Bespreek samen met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:

- Hoe communiceert de leerling met anderen?
- Welke lichaamstaal speelt een rol?
- Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
- Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Ergens is er iets in zichzelf dat de pester gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan want niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.

Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Het doel van dit gesprek is drieledig:

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

Confronteren

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde. 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. Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent! Zodra we gaan interpreteren reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met 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 erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt. Zeg nooit: Je bent heel gemeen. Je wilt duidelijk verder met de jongere.

Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.

- Specifiek blijven. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
- Veranderingsgericht. Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan. Vraag de leerling of hij/zij hier zelf ideeën over heeft.

Achterliggende oorzaken

Nadat het probleem benoemt is, richt jij je op het waarom? Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Etc.

Maak duidelijk dat er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. Wat ga je daaraan doen? Bied zo nodig hulp aan van de leerlingbegeleider (op vrijwillige basis).

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie stappenplan pesten)

BIJLAGE II

Tips voor leerlingen

Wat kun je doen om digitaal pesten en misbruik te voorkomen?

- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt.
- Gebruik een apart hotmail/gmail/live adres om jezelf te registreren op websites. Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam in chatgesprekken.
- Zorg dat je wachtwoorden geheim blijven en niet makkelijk te raden zijn. Als anderen wel binnen zijn gekomen, neem dan contact op met de beheerder van de site.
- Als je een vervelend gevoel hebt over iets wat je hebt gezien of meegemaakt, vertrouw dan op je gevoel en vertel het aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf zelf respectvol naar anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekende mensen uit je contactlijst van bijvoorbeeld facebook, snapchat etcetera.
- Bel of mail niet zomaar met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders dit weten.
- Verstuur zelf geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. Let vooral op bij foto's van jezelf. Als je een foto op internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd worden en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden.
- Wees zeer voorzichtig met het gebruik van je webcam. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan andere personen te laten zien of voor doeleinden gebruikt worden die jij niet wilt.
- Laat je niet verleiden tot het versturen van sexy foto's en filmpjes. Een foto of video die op internet staat, gaat daar nooit meer vanaf en kan je je hele leven lang achtervolgen. Het doorsturen van dergelijke foto's en filmpjes is strafbaar.

Wat kun je tegen cyberpesten en misbruik doen?

- Niet persoonlijk opvatten als het van mensen komt die je niet kent. De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijker gaan schelden.
- Reageer niet op pestmails of andere digitale pesterijen. Verwijder de e-mail zo mogelijk zonder hem te openen. Als je niet reageert, gaan pesters vaak op zoek naar iemand anders om te pesten.

BIJLAGE III

Links voor bruikbare adressen bij o.a. cyberpesten

Pesten (algemeen)

- www.pestweb.nl

Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.

- www.nji.nl

Cyberpesten / veilig internetgebruik / veilige school

- www.digitaalpesten.nl

- www.digibewust.nl

Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken over het veilig gebruik van internet.

- www.schoolenveiligheid.nl

Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.

- www.veilig.kennisnet.nl

Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren en schoolmanagers.

- www.vraaghetdepolitie.nl

Films met als thema pesten

- Bluebird (2004)
- Mean creek (2005)
- Mean girls (2006)
- Spijt (2013)

Boeken met als thema pesten

- De zusjes Kriegel (Marc de Bel)
- Nu niet nooit niet (Kirsten Boie)
- Arend Roman (Stefan Brijs)
- Big (Mireille Geus)
- Vossenjacht (Anja van Praag)
- Spijt (Carry Slee)
- Kappen (Carry Slee)
- Morgenster (Ellen Tijsinger)

BIJLAGE IV: Programma's van de scholen van de Onderwijsgroep Tessenderlandt t.b.v. het anti-pestbeleid.

Christoffel (Heuvelstraat)

Elke locatie van de onderwijs groep Tessenderlandt heeft een eigen specifiek preventieprogramma. Voor locatie Christoffel Heuvelstraat betekent dat in de mentorlessen een programma wordt aangeboden om het pesten tegen te gaan.

Programma leerjaar 1-2

Herstelrecht, PKC

Doel: handhaven en verbeteren van PKC (*positief pedagogisch klimaat Christoffel), respect geven en ontvangen.

Vak overstijgend: time-out formulier en herstelgesprekken.

Rots & water

Doel: handhaven en verbeteren van positief pedagogisch klimaat.

15 lessen van 45 minuten

Les 1 : Stevig staan

Les 2: Grenzen

Les 3: Grenzen groep

Les 4: Pesten

Les 5: Machtsverhoudingen/ lichaamstaal

Les 6: Sterk (weg) lopen/ bedreigende groep (groepsdruk)

Les 7: Zelfverdedigingstechnieken

Les 8: Intuïtie

Les 9: Vertrouwen

Les 10: Stoten

Les 11: Trappen

Les 12: Zelfverdedigingstechnieken

Les 13: Visualisaties (doelen stellen, zelfvertrouwen)

Les 14: Samenwerkingsoefeningen stevig staan

Les 15: Wat doe je (3 korte films)? En terugblik

Voor inhoud zie handleiding mentoraat onderbouw.

Thema RESPECT (Herstelrecht, pedagogisch klimaat)

Doel: handhaven en verbeteren van PKC (*positief pedagogisch klimaat Christoffel), respect geven en ontvangen.

Vak overstijgend: 3 maanden lang

Afsluiting: toneelopvoering "Roots"

Herstelrecht/ PKC*/ schoolbreed

Doel: Prettig en veilig voelen in de klas. Pesten en omgang, met elkaar in het algemeen, bespreekbaar maken.

2 lessen

- Klassenregels maken.
- Afsprakenlijst maken.

- Film: It's up to you.

Thema mediawijsheid van CJG / schoolbreed

Doel: leerlingen leren hoe om te gaan met de multimedia waarin ze zich begeven.

2 lesuren ad 45 minuten.

Voorlichting van politie West- Brabant

Doel: leerlingen leren hoe om te gaan met de multimedia waarin ze zich begeven.

1 lesuur van 45 minuten

Programma leerjaar 3

Herstelrecht, PKC

Doel: handhaven en verbeteren van PKC (*positief pedagogisch klimaat Christoffel), respect geven en ontvangen.

Vak overstijgend: time-out formulier en herstelgesprekken.

Herstelrecht/ PKC*/ schoolbreed

Doel: Prettig en veilig voelen in de klas. Pesten en omgaan met elkaar in het algemeen bespreekbaar maken.

Tijdens mentoruren

- Klassenregels maken.
- Individuele leerpunten bespreken

Thema mediawijsheid van CJG / schoolbreed

Doel: leerlingen leren hoe om te gaan met de multimedia waarin ze zich begeven. Sexting (jongens/meisjes)

2 lesuren ad 45 minuten.

Voorlichting van politie West- Brabant

Doel: leerlingen leren hoe om te gaan met de multimedia waarin ze zich begeven.

1 lesuur van 45 minuten

De la Salle

De la Salle betekent dit dat in de mentorlessen aandacht wordt besteed aan dit onderwerp om allerlei soorten van pesten tegen te gaan.

Indien nodig bestaat de mogelijkheid om op De la Salle deel te nemen aan de training Rots en Water.

Verder is naar behoefte de ambulante begeleider inzetbaar om te werken aan een positief klassenklimaat.

Eveneens is onze jongerenwerker nauw betrokken bij onze leerlingen en de school daar waar interventies nodig zijn.

Het CJG is inzetbaar op projectbasis met bijvoorbeeld lessen als 'Whatshappy-We can young- Cool Choice en Glow. Ook voert de school CJG-er en/of de schoolcoach individuele gesprekken met leerlingen, of kleine groepen leerlingen, als er incidenten zijn of dreigen (preventief).

We hebben een docent opgeleid die ingezet kan worden als het gaat om meidenvenijn.

In leerjaar 1 werken de leerlingen in de mentorlessen aan klassenregels/schoolregels. Hoe gaan we respectvol met elkaar om? Waar en bij wie kan ik terecht als er toch iets is?

De mogelijkheid bestaat ook om de film 'Ben X' te bekijken en daarna te bespreken.

In leerjaar 2 bekijken ze de film 'Spijt' en maken ze de bijbehorende opdrachten. De film 'Orde' behoort ook tot de mogelijkheden. Een korte film met verschillende eindscenarios. Daarbij hoort een uitgebreide nabespreking.

Tessenderlandt

Programma leerjaar 1

Elke locatie van de onderwijsgroep Tessenderlandt heeft een eigen specifiek preventieprogramma. Voor de locatie Tessenderlandt Van Riebeecklaan betekent dit dat in de mentorlessen een programma wordt aangeboden om het pesten tegen te gaan.

Leerdoelen:

- De leerling kan pestgedrag herkennen.
- De leerling weet hoe hij pestgedrag kan voorkomen, verminderen of stoppen.

Leerjaar 1 Spijt!

6 a 8 lessen

Benodigdheden:

- Spijt! De film (95min.)
- Docentenhandleiding Prima Spijt!
- Leerlingenwerkboekje Prima Spijt!

LES

1 (50 MIN.)	Film 'Spijt!'
2 (50 MIN.)	Film 'Spijt!'
3 (30 MIN.)	1. Plagen of pesten
4 (30 MIN.)	2. Zes rollen bij pesten - Eventueel als huiswerk op te geven*
5 (20 MIN.)	3. Pesten doet pijn - Eventueel als huiswerk op te geven*
6 (40 MIN.)	4. Cyberpesten - Opdracht 14 kan een hele les duren eventueel kunnen de opdrachten als HW*
7 (30 MIN.)	5. Wat kun je doen
8 (6. Het pesten stoppen - Kies een van de opdrachten 20t/m22. Er kan ook gekozen worden voor het maken van groepsafspraken

* Enkele hoofdstukken zijn deels of geheel door de leerlingen individueel te maken, je kan er voor kiezen om het aantal lessen wat terug te dringen deze vaker als huiswerk op te geven, geef leerlingen wel de kans om het gemaakte te bespreken.

Online pesten Leerjaar 2

2 a 3 lessen

Leerdoelen:

- Leerlingen bewust te maken van hun rol als individu en als klas in cyberpesten. Dit geeft leerlingen de benodigde kennis die nodig is om gedragsverandering te realiseren en cyberpesten te verminderen.
- Bewustwording van de gevolgen van hun eigen online gedrag en handelen op sociale media.
- Bewustwording dat (cyber)pesten te verminderen is door als klas (omstanders) in actie te komen tegen de pesters en de meelopers

- Bewustwording van de noodzaak tot handelen in cyberpesten binnen de context van sociaal geaccepteerd gedrag
- Bewustwording dat bepaalde vormen van cyberpesten, zoals het ongewenst publiceren van foto en videomateriaal, strafbaar is

Benodigdheden

- Computer lokaal of tablets
- docentenhandleiding its up to you

LES

1 (50MIN.)	http://www.itsuptoyou.nu/
2 (50MIN.)	http://www.itsuptoyou.nu/
3 (30MIN.)	Nabespreking (klassengesprek)

Het stappenplan

Het stappenplan na een melding van pesten

De mentor

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst apart met de gepeste leerling en later met de pester. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlage II en III. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor stelt de ouders op de hoogte.
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 legt alle gebeurtenissen en afspraken vast in het logboek van het LVS Magister.
6. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de leerlingbegeleider van de leerling(en).

De leerlingbegeleider

1. De leerlingbegeleider neemt de rol van de mentor over bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
2. De leerlingbegeleider heeft zo nodig een gesprek met de gepeste leerling en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het gesprek met de pester is het doel drieledig, nl.:
 - Confronteren.
 - mogelijke achterliggende problematiek boven tafel krijgen.
 - helderheid geven over het vervolgtraject.
4. In het contact met de gepeste leerling wordt nagegaan of hij sociaal gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. De leerlingbegeleider adviseert zo nodig, zowel aan de pester als aan de gepeste leerling, hulp op vrijwillige basis. Dit kan bestaan uit leerlingbegeleiding, inzet van de school-CJG'er of d.m.v. peer mediation.
6. De leerlingbegeleider stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hun met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
7. De leerlingbegeleider bespreekt met de ouders de mogelijkheid tot hulp.
8. De leerlingbegeleider koppelt alle informatie weer terug naar de mentor en maakt aantekeningen in het LVS Magister.

9. De leerlingbegeleider stelt de afdelingsleider en de antipestcoördinator op de hoogte.

Strafmaatregelen

Taakopdracht

Indien de leerlingbegeleider dit noodzakelijk acht, kan hij de pester straf opleggen. De leerling kan verplicht worden in de eigen tijd (dus niet tijdens schooluren) een boek te lezen over pesten, een samenvatting te maken en/of hierover een spreekbeurt voor te bereiden.

Schorsing

Wanneer alle inspanning geen blijvende vruchten afwerpt, wordt de pester geschorst. Ouders worden uitgenodigd voor een gesprek.

Rebound

Als blijkt dat bovenstaande niet heeft geholpen, kan de pester naar de Reboundvoorziening van het RSV Breda worden gestuurd. Dit gebeurt in overleg met ouders en leerling. Hier kan de leerling tijdelijk tot bezinning komen en is er een mogelijkheid tot reflectie.

Verwijdering van school

Wanneer een leerling ondanks alle inspanningen koppig blijft volharden in het ongewenste gedrag zijn er geen perspectieven meer voor verandering. Er rest de school niets anders dan tot verwijdering over gaan. Er volgt een schorsing voor onbepaalde tijd. De inspectie wordt ingeschakeld.

BRONNEN

- Handelingsprotocol Veilige School, VO en MBO Bergen op Zoom
- Pestprotocol geadviseerd door Nederlands Jeugd Instituut: o.a. Don Bosco college, Volendam
- Antipestcontract RSG 't Rijks
- www.pestweb.nl
- www.nji.nl
- www.schoolenveiligheid

