

Anti-pestprotocol

Park Lyceum
2020-21

Voorwoord

Een van de uitgangspunten van de leerlingbegeleiding op Park Lyceum is dat 'goed presteren en je veilig voelen op school', bij elkaar horen. Hoe kan je namelijk leren, presteren en groeien in een sfeer waar je je niet veilig voelt? Respect voor elkaar en ruimte om anders te zijn, zijn hier ook heel sterk mee verbonden.

Onze oecumenische identiteit speelt hier ook een rol in: mensen werken hier samen en laten zich inspireren vanuit een christelijke levensovertuiging. Het principe van "Heb uw naaste lief" is een duidelijke richtlijn voor hoe wij met elkaar om willen gaan. Deze richtlijn gaat ook over onze normen en waarden. Luisteren naar elkaar en een eigen standpunt leren vormen en verwoorden, maar met respect voor de ander en zijn of haar mening. Je leert je bewust te worden van de samenhang tussen verschillende vakken, tussen hoofd en hart en tussen mensen onderling. Kortom: je leert oog te hebben voor wat mensen bindt, niet voor wat hen scheidt.

Docenten, onderwijsondersteunend personeel, mentoren en schoolleiding bevorderen deze ontwikkeling door het scheppen van een open en prettige werksfeer in de klas en daarbuiten.

Het moet zo voor iedere leerling mogelijk worden om te ervaren dat hij/zij er mag zijn. Er is ruimte voor iedereen om zichzelf te zijn zolang dat niet in strijd is met de afgesproken regels of dat iemands persoonlijke grenzen overschreden worden.

"Pesten" is in strijd met onze uitgangspunten en past niet op Park Lyceum.

Het antipestprotocol is geschreven voor de leerlingen, ouders en medewerkers van de school. Het geeft het beleid van de school weer t.a.v. pesten. Het is onderdeel van het Schoolveiligheidsplan en als zodanig verbonden met andere onderdelen. Het beschrijft wat we onder pesten verstaan, hoe pesten voorkomen kan worden en wat de aanpak is als er gepest wordt. Bij alle gevallen van pesten kijken de antipestcoördinatoren mee. Zij adviseren en sturen aan en registreren alle pestgevallen.

Het hoofddoel van het protocol is het voorkomen en bestrijden van pesten door alle betrokkenen duidelijkheid te geven over ieders rol. Daarnaast heeft het een informatieve en verwijzende functie.

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
Wat is pesten?	4
Voorbeelden van specifiek pestgedrag	5
Partijen bij een pestprobleem	6
Preventieve aanpak	8
Oplossingsgerichte aanpak	10
Digitaal pesten	12
Bijlage 1 Achtergrondinformatie	14
Bijlage 2 Links naar internetsites	
Bijlage 3 Films/documentaires	

Wat is pesten?

Wat is het verschil tussen plagen en pesten? Welke vormen van pesten zijn er? Wie zijn er bij betrokken? Wanneer vindt het plaats? Waarom gebeurt het? Welke gevolgen heeft het? Welke oplossingen zijn er? Waar kunnen wij met zijn allen op letten?

Plagen

We spreken van plagen wanneer de effecten van dat gedrag niet onaangenaam zijn voor anderen. Het gaat dan om een spel, dat door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren.

Plagen heeft geen nadelige gevolgen voor degene die het ondergaat. De pedagogische waarde van plagen is de speelse wijze van omgaan met “conflictsituaties”. Hierdoor ontwikkelen de leerlingen een vaardigheid, die hen later in hun leven van pas komt bij conflicthantering.

Pesten

Op Park Lyceum hanteren we de regel dat je je eigen keuzes mag maken over hoe je je gedraagt, tenzij dat gedrag leidt tot onaangenaam voelen bij jezelf of bij een ander, die door dat gedrag getroffen wordt. En wanneer dat zich voordoet, ben je verplicht met elkaar (en eventueel een derde) om de tafel te gaan zitten om een oplossing te zoeken voor dat onaangenaam voelen. Van ‘pesten’ is sprake, wanneer het plagen, dat een pedagogische waarde heeft, wel nadelige gevolgen heeft voor degene die het ondergaat. Degene die het ondergaat bepaalt dus of er sprake is van pesten.

Wat voor de één een vorm van ongewenst gedrag is, hoeft dat voor de ander niet te zijn. Wat voor de één een grapje of een plagerijtje is, kan door de ander als enorm vervelend of kwetsend ervaren worden. Wat misschien niet persoonlijk bedoeld is, kan iemand direct raken. Het is daarom nodig om in voorkomende gevallen met elkaar om de tafel te gaan zitten; al dan niet met een derde.

Verskil tussen plagen en pesten

Wanneer is iets pesten en wanneer is het plagen? Deze scheidslijn verschilt per persoon. Al zegt de hele wereld dat het niet erg is, als jij het erg vindt is dat zo.

Plagen is doelbewust provoceren en niet kwaadaardig bedoeld, echter kunnen slachtoffers meer kwaadaardigheid ervaren dan bedoeld en voelt het voor hen als pesten.

Als anderen over je grens gaan en ze doen dat veelvuldig ga je het ervaren als pesten, de ontvanger bepaald namelijk of het plagen is of pesten.

Regels om te onthouden m.b.t. tot plagen:

1. Niet voor de gehele groep, beter om 1 op 1 een grap te maken, dan voelt de geplaagde zich beter
2. Let op dat iemand het positief ontvangt, als dat niet zo is dan stoppen. Denk aan het spreekwoord, lachen als een boer met kiespijn....
3. Niet plagen met dingen waar een ander niets aan kan doen

Voorbeelden van specifiek pestgedrag

Plagen kan de vorm van pesten aannemen. Hieronder volgen een aantal categorieën met voorbeelden van de genoemde vorm.

Verbaal

(bijv. schelden, dreigen, belachelijk maken, uitlachen of een bijnaam geven op basis van lichaamskenmerken, (etnische) afkomst, geloof of seksuele voorkeur of n.a.v. een verkeerd antwoord in de klas

Cyberpesten

Ongewenste berichten sturen, via social media, opmerkingen verspreiden, het gebruiken van mobiele telefoons of websites met de bedoeling iemand zwart te maken door het verzenden van opmerkingen. Ongevraagd foto's of filmpjes delen of verspreiden

Fysiek

Bijvoorbeeld: trekken, duwen, spugen, schoppen, slaan, laten struikelen, krabben, bijten en aan de haren trekken.

Intimidatie

Bijvoorbeeld een leerling achterna blijven lopen of ergens opwachten, iemand in de val laten lopen, de doorgang versperren of klem zetten tussen de fietsen, dwingen om bezit af te geven of geld of andere zaken mee naar school te nemen; seksuele intimidatie.

Buitensluiten

Bijvoorbeeld: uitsluiten door een klasgenoot of klasgenoten, voortdurend duidelijk maken dat hij /zij niet gewenst is, doodzwijgen, negeren en niet uitkiezen als er groepjes gemaakt moeten worden.

Stelen of vernielen van bezittingen

Bijvoorbeeld: afpakken, beschadigen en kapotmaken van spullen.

Partijen bij het pestprobleem

In het geval van pesten worden meerdere partijen betrokken: de gepeste leerling(en), de pestende leerling(en), de zwijgende middengroep, het personeel en de ouders.

Om het pesten zowel in preventieve zin als oplossingsgerichte zin aan te pakken is het nodig dat alle partijen betrokken worden bij de uitvoering van het beleid. We spreken dan van een *vijfsporen* aanpak.

De gepeste leerling

Gepeste leerlingen voelen zich vaak eenzaam, hebben in de directe omgeving waarin zij gepest worden geen of weinig vrienden om daadwerkelijk op terug te vallen, vaak durven zij ook niet aan te geven dat ze zich gepest voelen.

Soms valt iemand die gepest wordt een beetje buiten de boot, bijvoorbeeld doordat hij/zij er iets anders uit ziet of bijvoorbeeld een zichtbare lichamelijke afwijking heeft. Maar veelal zijn er geen aanwijsbare redenen dat iemand gepest wordt, iemand kan ook simpelweg “gewoon” de zondebok zijn.

De gepeste leerling vindt het vaak heel moeilijk om om hulp te vragen, hij/zij voelt zich onzeker en denkt vaak dat het aan hem/haar ligt. Hij/zij vindt het lastig om daadwerkelijk actie te ondernemen tegen het pesten en laat het een beetje over zich heen komen. De angst en onzekerheid bij deze leerling wordt alleen maar verder versterkt door het pestgedrag dat door hem/haar wordt ervaren. Daarom is het van belang dat deze leerling hulp krijgt om uit deze vicieuze cirkel te stappen.

De pestende leerling

Pestende leerlingen zijn vaak fysiek en /of verbaal sterker dan de gepeste leerling.

Meisjes onderling gebruiken vooral psychisch geweld (o.a. buitensluiten en roddelen), soms ook fysiek geweld. Bij meisjes is er regelmatig sprake van “meidenvrijn”. Dit gaat vaak stiekem, waardoor het niet altijd opvalt.

Bij jongens is het andersom: zij gebruiken vooral fysiek geweld en in mindere mate psychisch geweld.

De redenen dat een leerling een andere leerling gaat pesten zijn zeer uiteenlopend.

Soms is de pestende leerling verbaal zeer sterk en populair in de klas, maar soms wordt er gepest door leerlingen waarvan je het niet zou verwachten. Ook is er vaak sprake van “onbewust” pesten.

Het is belangrijk om de pestende leerling(en) altijd op zijn/haar pestgedrag te wijzen en wat de gevolgen voor een ander hiervan kunnen zijn. Vaak realiseert hij/zij zich niet hoe hard woorden of daden bij de ander binnenkomen.

De meelopers

De meeste leerlingen zijn niet direct betrokken bij actief pesten. Sommigen behouden enige afstand en andere leerlingen doen uit angst of uit berekening mee. Dit zijn de zogenaamde 'meelopers'.

Een specifiek kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf slachtoffer te worden. Een meeloper lift vaak mee op de populariteit van de pestende leerling.

De omstanders

Er zijn ook leerlingen die niet merken dat er gepest wordt of het wel zien maar niet durven in te grijpen. Sporadisch durft een leerling of een klein groepje leerlingen het op te nemen voor de gepeste leerling.

De medewerkers en ouders

Pesten is vaak een goed bewaard groepsgeheim: veel leerlingen weten dat er in de groep wordt gepest, echter niemand durft het aan docent of ouder te vertellen. De medewerkers zijn dus ook vaak niet op de hoogte van het feit dat er in de groep wordt gepest. Soms wordt ongewenst gedrag gesignaleerd, maar niet herkend als pestgedrag.

Wanneer leerlingen worden gepest, durven ze dit in de meeste gevallen niet aan hun ouders te vertellen. De angst kan zijn dat zij het met de school bespreken, hetgeen volgens de gepeste leerling kan leiden tot het verergeren van het probleem. Ook bestaat de angst dat, indien het aan de mentor wordt verteld, deze de verkeerde aanpak hanteert. Tevens kunnen zij zich schamen voor het feit dat hen dit overkomt of denken ze dat ze e.e.a. zelf hebben uitgelokt en dus verdienen gepest te worden.

Signalen van gepest worden kunnen zijn:

- Stil/teruggetrokken zijn
- Blijven hangen in de klas
- Alleen gaan/staan/zitten in en rondom school
- Lichamelijke klachten/verwondingen
- Niet naar school willen/spijbelen/schoolverlaten
- Geen vrienden op school (die thuis komen) hebben
- Kelderende schoolresultaten
- Vernielde/ontvreemde spullen

Preventieve aanpak

De anti-pest coördinator (APC)

De APC coördineert het anti-pestbeleid van de school. Hij/zij fungeert als aanspreekpunt voor mentor, leerlingen en eventueel ouders in het kader van het anti-pestbeleid. Tevens levert de APC een actieve bijdrage aan het sociaal veilig schoolklimaat door het geven van voorlichting en het organiseren van preventieve activiteiten. Ieder pestincident dient gemeld te worden bij de APC. Deze registreert en bespreekt met de mentor wat het te volgen traject zal zijn. De APC heeft derhalve het gehele overzicht en is op de hoogte van de voortgang.

De mentor

De mentor speelt een belangrijke rol in het tot stand brengen van een veilig klassenklimaat vanaf de allereerste kennismaking.

In leerjaar 1 is dat vlak voor de zomervakantie en tijdens de eerst dag van het nieuwe schooljaar. Tijdens deze introductiedagen is er een uitgebreid programma waarin de kinderen elkaar leren kennen. De nadruk ligt op het creëren van een veilig klassenklimaat.

Tijdens deze dagen wordt ook door leerlingen en mentor samen de “gedragscode” opgesteld. Suggesties die het je houden aan de omgangsregel ondersteunen:

- we luisteren naar elkaar
- we laten elkaar uitspreken
- we blijven van elkaar af
- we blijven van elkaars spullen af
- we sluiten niemand buiten
- we lossen ruzies op door met elkaar te praten
- we melden wanneer iemand gepest wordt; dat is geen klikken
- we mogen onszelf zijn
- we geven onze grenzen aan

De klas brainstormt over wat plagen en wat pesten is. Na het brainstormen wordt het verschil tussen plagen en ‘pesten’ verduidelijkt aan de hand van het gestelde onder “Plagen” en “Pesten”. Na de kennismaking wordt in de wekelijkse mentorlessen verder aandacht besteed aan het sociale klimaat met behulp van de methode “Leefstijl”.

Tijdens de introductie of in één van de eerste mentorlessen (in onder- én bovenbouw) worden de omgangsregels van de school besproken, zodat die voor iedereen duidelijk zijn.

In geval van een pestincident inventariseert de mentor wie de betrokkenen zijn, wat er is gebeurd en op welke manier (bijv. via social media of in klas). Hij/zij stelt de APC op de hoogte en bespreekt het te volgen traject (stappenplan).

De medewerker

Het voorbeeldgedrag van de docent in de les en van de medewerkers van de school is belangrijk. Er wordt minder gepest in een klimaat waar duidelijkheid heerst over:

- de omgang met elkaar
- waar ruzies niet met geweld maar met een gesprek worden opgelost
- waar leerlingen gerespecteerd worden in hun eigenheid
- waar agressief gedrag niet wordt geaccepteerd
- waar docenten, onderwijsondersteunend personeel, mentoren en schoolleiding duidelijk stelling nemen tegen ongewenst gedrag

In en rond de school, tijdens pauzes en tussenuren wordt er door de conciërge en docenten gesurveilleerd en worden de leerlingen, bij het aanspreken op ongewenst gedrag, herinnerd aan de omgangsregel en de consequenties daarvan.

Leerlingen volgen de instructies op van alle medewerkers van Park Lyceum.

Oplossingsgerichte aanpak

Het is belangrijk de leerling die gepest wordt serieus te nemen en een luisterend oor aan te bieden. Neem duidelijk stelling tegen het pestgedrag en geef advies hoe te reageren op het pesten. Geef de leerling die gepest wordt een duidelijk perspectief en laat weten dat het probleem serieus aangepakt wordt door duidelijk te maken dat je andere instanties binnen (en eventueel buiten) de school er bij betrekt (mentor, orthopedagoog, vakdocenten, zorgteam, OOP etc). Betrek de leerling die gepest wordt in het traject dat je wilt volgen: leg uit welke stappen je wilt nemen en wanneer je hem / haar er actief bij wilt betrekken.

- Mogelijke stappen zijn: Als je als docent of medewerker pesten signaleert of je hebt een vermoeden dan schakel je de mentor in. De mentor is de spil van het geheel, ook in deze situatie.
- De mentor informeert direct de APC en deze zorgt voor goede registratie. Daarna gaat de mentor inventariseren bij de betrokkenen, wat is er aan de hand? Wie zijn er bij betrokken? Waar vindt het pesten plaats? Welke vorm? Zie in de bijlage het stroomschema en registratieformulier.
- De mentor informeert de ouders van de betrokkenen (pesters, meelopers, slachtoffer(s)). Ouders kunnen een belangrijke rol vervullen door in gesprek te gaan met hun kind en zo wellicht meer informatie te verkrijgen.
- Met deze informatie wordt een analyse van het probleem gemaakt door de mentor, deze analyse stuurt hij/zij naar de APC. De APC leest mee en stuurt eventueel bij
- Daarna wordt er door de mentor een plan van aanpak gemaakt, deze wordt aan de APC gestuurd zodat er mee gekeken en meegedacht kan worden.
- Met behulp van het plan van aanpak worden afspraken gemaakt met de betrokkenen en kan er bijvoorbeeld een “no blame” methode worden gestart (situatie afhankelijk)
- Hierna worden ouders, docenten/afdelingsleider op de hoogte gesteld van de gemaakte afspraken (alles aan correspondentie cc APC)
- Na enkele weken volgt er een evaluatie van de gemaakte afspraken tot nu toe. Er wordt door de mentor navraag gedaan. De mentor koppelt dit terug aan alle betrokkenen (cc APC) en hopelijk is het pesten gestopt en werkt de aanpak goed. De situatie moet uiteraard worden gevolgd om herhaling te voorkomen, dus blijven monitoren is belangrijk
- Helaas is dit niet altijd het geval dat het gestopt is en moeten er verdere stappen in het proces worden doorlopen. Hierbij kan gedacht worden aan: strafmaatregelen, (interne) begeleiding. In overleg kan bijvoorbeeld externe/interne deskundigheid ingeroepen worden om de leerling die pest verder te helpen zijn/haar gedrag te veranderen. De school kan als voorwaarde stellen dat er een sociale vaardigheidstraining gevolgd wordt, om de leerling binnen de veiligheid van de school te kunnen houden.

De ouders

De ouders van zowel de gepeste leerling als de leerling die pest dienen ondersteund te worden. Het is belangrijk om de ouders die zich zorgen maken over het gedrag van hun kind, serieus te nemen. Zij moeten betrokken worden bij de aanpak van het pestgedrag zoals boven beschreven. Ouders moeten informatie en advies krijgen over pesten en de manieren waarop het pesten kan worden aangepakt.

Tips voor ouders/verzorgers:

- Neem uw kind serieus
- Pesten op school kunt u het beste direct met de mentor bespreken.
- Praat erover met uw kind of vraag uw kind op te schrijven wat het heeft meegemaakt. Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind. Doe dat niet met een negatieve insteek, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld: " Wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?"
- Samen praten over pesten kan ook via een boek of een film over het onderwerp.
- Mocht het vermoeden bestaan dat uw kind een ander kind pest: raak niet in paniek: elk kind kan in de verleiding komen te gaan pesten.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak en aanleiding van het pesten te komen.
- Maak uw kind bewust wat zijn/haar gedrag met anderen kan doen. Bespreek of er sprake is van groepsdruk.

Digitaal Pesten

Wat kun je doen om digitaal pesten te voorkomen?

- Zet voor jezelf de argumenten waarom je op internet wilt op een rijtje. En bespreek, met iemand die je vertrouwt en die er verstand van heeft, hoe je dat op een veilige en verantwoorde manier kunt bereiken.
- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt.
- Als je je vervelend voelt door iets wat je hebt gezien, vertel dat dan aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf altijd beleefd en eerlijk en scheld niet (terug). Bespreek problemen face to face en niet via de app.
- Ga weg uit de chat als er iets vervelends gebeurt.
- Bel of mail niet zomaar met mensen die je van internet kent, en spreek niet met ze af zonder dat je ouders dat weten.
- Verstuur geen flauwe grappen, dreig- of haatmail.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van het chatten kent.
- Geef geen persoonlijke gegevens (mailadres, telefoonnummer, wachtwoorden e.d.) van anderen door. Deel ook niet zomaar je eigen persoonlijke gegevens, houd je wachtwoord geheim.
- Let op bij het plaatsen van foto's van jezelf: als je een foto op internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn, ook als jij hem al weggehaald hebt. Foto's kunnen ook bewerkt worden zonder dat jij dat weet of wilt. Houd daar rekening mee.
- Gebruik geen webcam bij personen die je niet kent of vertrouwt. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan andere personen te laten zien. Ze kunnen ook voor andere doeleinden gebruikt worden dan waarvoor jij ze gemaakt hebt.
- Tip voor ouders: controleer het telefoongebruik van uw kind. Let op de tijden dat het op internet zit en zorg dat u op de hoogte bent welke apps / social media uw kind gebruikt om in contact te staan met anderen.

Wat kun je tegen digitaal pesten doen?

Als het pesten komt van mensen die je niet kent, vat scheldpartijen of beledigingen dan niet persoonlijk op. Vaak maken mensen negatieve opmerkingen uit verveling. De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijk gaan schelden.

- Het negeren is soms effectief in de beginfase van pesten, dus als de pester nog niet zolang aan het pesten is. Pestkoppen willen vaak aandacht. Als je niet reageert, gaan pesters op zoek naar iemand anders om te pesten. Dat geldt ook voor chatrooms/groepsapps/social media. Als daar vervelende opmerkingen worden gemaakt, stop dan met chatten, verlaat het gesprek.

Meld digitaal pesten altijd bij een volwassene. In eerste instantie bij je ouders/verzorgers maar ook bij iemand op school. Dat kan zijn: je mentor, een zorgmedewerker, een anti-pestcoördinator, vertrouwenspersoon, een docent, afdelingsleider, conciërge enz. Erover praten met iemand die je vertrouwt is belangrijk. Zeker als het pesten al een tijdje duurt, je je er bedreigd door voelt en/of als het van invloed is in de klas of op school.

- Blokkeer de afzender, maar bewaar eventuele bewijzen.

- Als de pesterijen al in een verder gevorderd stadium zijn en er via de app, chat of mail bedreigingen worden geuit, bewaar deze dan. Hoe vervelend de mailtjes ook zijn, gooi ze niet weg. Maak een printje van de pestmail of sla de berichten op. Het zijn bewijzen die tegen de pester gebruikt kunnen worden. Aan het IP adres van de e-mail kan soms afgeleid worden van welke computer de mail verzonden is.

- Je kunt naar een van de anti-pestcoördinatoren op school gaan die speciaal zijn aangesteld om je te helpen bij vormen van pestgedrag. Zij kunnen je vertellen wat je nog meer kunt doen om het vervelende gedrag te stoppen. Zij kunnen je ook helpen als het pesten misschien al gestopt is, maar je er nog steeds last van hebt.

- In bepaalde gevallen kun je naar de politie om aangifte te doen. Pesten kan zo hardnekkig zijn dat het pesten 'stalken' wordt genoemd. Dit is strafbaar.

Bijlagen

Bijlage 1 Achtergrondinformatie/Bronnen

Publicaties

Meer, B. van der, *De zondebok in de klas*.

Meer, B. van der, *Pesten op school. Overzicht van artikelen*.

Meer, B. van der, *Kinderen en pesten, wat volwassenen ervan moeten weten en eraan kunnen doen*.

Jan Ruigrok *Handboek alles over pesten*

Bijlage 2 Links naar internetsites

Pesten

www.pestweb.nl

www.stopdigitaalpesten.nl

www.schoolenveiligheid.nl

www.ankemvisser.nl

mediawijsheid.nl/onlinepesten/

Bijlage 3 Films / Documentaires

De tasjesdief

Achtstegroepers huilen niet

Spijt!

Stuk!

Bully

A girl like her

Audrie and Daisy

Cyberbully

In verband met eventuele impact wordt aangeraden deze films/documentaires samen met een volwassene te kijken en na te bespreken.