

“Belangstelling tonen voor de ander en hem/ haar niet afwijzen om het enkele feit van het anders zijn, is heel belangrijk om jezelf en de ander echt te leren kennen” (Schoolplan Minkema 2015-2019)

# Pestprotocol

Minkema College locatie  
Stein

September 2017

---



## Inhoud

Inleiding.....	2
Wat is pesten?.....	3
Hoe wordt er gepest?.....	4
De gepeste leerling.....	5
Mogelijke signalen van gepest worden (ook van belang voor ouders).....	5
De pester .....	6
De meelopers en andere leerlingen .....	6
Het aanpakken van pesten.....	7
Pestprotocol .....	8
Uitgangspunten .....	8
De “Steinbrede” aanpak.....	8
Preventieve maatregelen .....	10
Voorbeeld van een pestcontract:.....	10
Het stappenplan na de signalering of het melden van pesten in de school .....	11
A. De mentor .....	11
B. De teamleider .....	11
C. De taak van vakdocenten .....	12
D. De rol van de Coördinator Sociale Veiligheid.....	12
E. Schorsing .....	12
F. Schoolverwijdering .....	12
Digitaal pesten ofwel Cyberpesten .....	13
Wat is Cyberpesten? .....	13
Hoe wordt er gepest via social media? .....	13
Het stappenplan na een melding van cyberpesten.....	14
Bijlagen .....	15
Bijlage I .....	16
Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling .....	16
Bijlage II .....	17
Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest .....	17
Bijlage III .....	18
Tips voor leerlingen en ouders.....	18
Bijlage IV .....	20
Bijlage V .....	21
Overzicht van de activiteiten op Stein in het kader van de preventie van pesten .....	21

## Inleiding

Dit is het pestprotocol van de Stein, de VMBO locatie van het Minkema College.

In dit protocol wordt beschreven hoe wij ons willen inzetten om pesten tegen te gaan. Een van onze kernwaarden is: Stein verbindt zich met leerlingen. Dit protocol is erop gericht om deze kernwaarde invulling te geven als het gaat om pesten.

We willen schoolpersoneel, ouders en leerlingen laten weten dat we alles willen doen wat mogelijk is om pesten op onze school te voorkomen. Daarom beschrijven we enerzijds hoe we handelen als er signalen of meldingen van pestgedrag bij ons binnenkomen, anderzijds vermelden we ook welke aanpak we hanteren om pestgedrag te voorkomen. Deze aanpak vindt plaats in alle leerjaren, maar vooral in de leerjaren 1 tot en met 3. Tijdens de lessen, mentorlessen en in de LO lessen zal er aandacht zijn voor pesten en worden leerlingen bewust gemaakt van de gevolgen van pesten, voor zowel de gepeste als de pester. Daarnaast is er ook binnen de Steinweken aandacht voor het onderwerp pesten.

We willen samen met ouders en leerlingen werken aan een veilig schoolklimaat. De acties die we ondernemen en de lessen of activiteiten die we doen zijn niet statisch. Afhankelijk van alle andere ontwikkelingen binnen de school, zal ook het handelen rondom pesten zich verder ontwikkelen.

In dat geval zal dit protocol aangepast worden.

Voor de tekst van dit protocol is gedeeltelijk gebruik gemaakt van pestprotocollen van andere scholen. Dit document heeft echter een duidelijk "Stein" karakter.

Woerden, september 2017

## Wat is pesten?

We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend.

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.

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 greep op te krijgen. En 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. 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 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. Op Stein gebruiken mentoren daar het Handboek Positieve Groepsvorming voor.

## Hoe wordt er gepest?

Pesten kan op verschillende manier plaatsvinden. Hieronder geven we een opsomming van manieren waarop pesten kan plaatsvinden, zodat duidelijk is voor alle betrokkenen dat sommige zaken die door leerlingen afgedaan worden als “grappig” of “niet zo bedoeld” toch vallen onder de noemer pesten.

### *Met woorden:*

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

### *Lichamelijk:*

- trekken aan kleding, duwen en sjoeren
- schoppen en slaan
- krabben en aan haren trekken
- wapens gebruiken

### *Achternvolgen:*

- opjagen en achterna lopen
- in de val laten lopen, klem zetten 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

## 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 doen vaak andere dingen of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten: ze bespelen een ander instrument, doen een andere sport, zijn heel goed in bepaalde vakken of juist niet of ze praten met een bepaald dialect...

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 het niet mag klikken

## 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
- 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 veroorzaken om niet naar school te hoeven

## De pester

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun 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. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig want “het slachtoffer vraagt er immers om gepest te worden”.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende 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 drukken.
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas
- Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school; een docent is autoritair en laat op een onprettige wijze blijken dat hij de baas is. Dergelijke spanningen kunnen op een zondebok worden afgereageerd.
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau)
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid)

## 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 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 duidelijke en krachtige reactie vanuit de school. De grote vraag is hoe dat het beste kan en vooral ook hoe we dat als school het beste kunnen aanpakken. Het Minkema College heeft drie verschillende protocollen met betrekking tot pesten, digitaal pesten en seksuele intimidatie. Daarnaast hanteren wij op Stein een aantal uitgangspunten, die we onder het volgende kopje zullen beschrijven en wij hebben onze school eigen aanpak van pesten: de Steinbrede aanpak.



## Pestprotocol

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 bepaalde handelwijze gaan 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.
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 pestprotocol).
5. De school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

### De “Steinbrede” aanpak

Stein sluit zich aan bij de aanpak van het Nationaal onderwijsprotocol, ook wel de vijfsporenaanpak genoemd. Deze aanpak houdt in:

#### **A. 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

#### **B. Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt**

- ✓ Het probleem wordt serieus genomen
- ✓ Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurd
- ✓ Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen
- ✓ Het aanbieden van hulp door de pestcoördinator

**C. 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 pestcoördinator

**D. Het betrekken van de middengroep 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.

**E. 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

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.

## Preventieve maatregelen

Elke mentor bespreekt ergens 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.

In de leerjaren 1 t/m 3 wordt aandacht besteed aan pesten in één of meerdere (mentor)lessen of activiteiten, zie bijlage V.

Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij worden de rol 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.

### Voorbeeld van een pestcontract:

#### ***Contract "veilig in school"***

Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in school.

Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:

- Ik accepteer de ander zoals hij 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 hindert vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
- Als dat niet helpt, vraag ik een docent om hulp

# Het stappenplan na de signalering of het melden van pesten in de school

## A. 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 I en II. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen. In speciale gevallen kan de mentor de No-Blame methode inzetten.
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 de 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 teamleider van de leerling(en). Hij overhandigt de teamleider het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.

## B. De teamleider

1. De teamleider neemt de rol van de mentor over, bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten, het klassenverband overstijgt.
2. Hij heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
  - confronteren (zie bijlage II)
  - 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. Hij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door de pestcoördinator.
6. Hij stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
7. Hij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
8. Hij koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.

## C. De taak van vakdocenten

De vakdocenten 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 om hulp en overleg in gang te zetten.

## D. De rol van de Coördinator Sociale Veiligheid

1. Hij ondersteunt waar nodig mentoren en teamleiders tijdens de verschillende fasen in het proces.
2. Hij kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
3. Hij ondersteunt de mentorcoach bij de training voor startende mentoren wanneer het onderwerp pesten wordt behandeld.
4. Hij zorgt dat nieuwe ontwikkelingen met betrekking tot pestpreventie op de schoolagenda (blijven) staan.

## E. Schorsing

Wanneer ook het verplichte pestproject geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een schorsing van een dag. Daarna krijgt de pestende leerling een lange schorsing.

## F. Schoolverwijdering

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag liggen er geen perspectieven meer tot verandering. De school kan en wil geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen. Er rest de school niets anders dan schoolverwijdering.

# 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. 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.

Op Stein wordt in het brugjaar tijdens de mentorlessen, themaweken en de lessen digitaal rijbewijs expliciet aandacht besteed aan digitaal pesten en wat leerlingen er tegen kunnen doen.

## Hoe wordt er gepest via social media?

- Verzenden van pest-mail, apps en twitter berichten (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- Stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van hate-mail of het dreigen met geweld in chatrooms of what's app groepen.
- Foto's bewerken en delen met anderen
- Stiekem foto's maken van anderen en die delen via social media
- Webcam-seks: beelden die ontvangen worden kunnen opgeslagen worden en misbruikt of verspreid worden
- Hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van eenander versturen van pest-mail.

## Het stappenplan na een melding van cyberpesten

1. Bewaar de berichten. Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen doen (afdrukken, selecteren en kopiëren, screenshots maken, What's App gesprekken opslaan).
2. Blokkeren van de afzender. Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pester kan blokkeren.
3. Probeer de dader op te sporen. Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer op school het bericht is verzonden. Neem contact op met de ICT-helpdesk of de systeembeheerder. Het is mogelijk om van het IP adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden.
4. Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling. Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
5. Verwijs de ouders zo nodig door naar de websites in bijlage VI.
6. Adviseer aangifte. In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld.
7. De pestcoördinator. Verwijs de pester en/of de gepeste door naar de pestcoördinator wanneer verdere begeleiding nodig is.

## Bijlagen

- Bijlage I (Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling)
- Bijlage II (Leidraad voor een gesprek met de leerling die pest)
- Bijlage III (Tips voor leerlingen om veilig te internetten)
- Bijlage IV (Bruikbare websites)
- Bijlage V (Overzicht van de activiteiten op Stein in het kader van de preventie van pesten in leerjaar 1 t/m 3)



## Bijlage I

### Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

#### Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem
- Door wie wordt je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak wordt 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 gebeurd; 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.

## Bijlage II

### 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 wat 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.

#### 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? Biedt zo nodig hulp aan van de pestcoördinator (op vrijwillige basis).

#### Het pestgedrag moet stoppen

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

## Bijlage III

### Tips voor leerlingen en ouders

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

- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt.
- 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 of What's App groep als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekende mensen uit je contacten.
- 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 "hatemail"
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van social media kent. Let vooral op bij foto's van jezelf. Als je een foto op internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn. 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.

#### ***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 en berichten. 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.
- Blokkeer de afzender. Als het gaat om appjes via je mobiele telefoon, dan heb je de mogelijkheid om nummers te blokkeren.

- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op. Van het IP adres van de e-mail kan soms worden afgeleid, van welke computer de e-mail verzonden is. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail aan kan nemen. Men heeft daar ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie de mail heeft verstuurd. Neem contact op met de Helpdesk van het forum of de website.
- Ga naar je mentor, teamleider of de pestcoördinator toe op school. Deze zal je verder helpen om het pestgedrag te stoppen.
- Bij stalken kun je aangifte doen bij de politie. Het is strafbaar.

## Bijlage IV

Links voor bruikbare adressen bij (cyber) pesten

- [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)
- [www.digitaalpesten.nl](http://www.digitaalpesten.nl)
- [www.meldknop.nl](http://www.meldknop.nl)
- [www.pesten.nl](http://www.pesten.nl)
- [www.stoppestennu.nl](http://www.stoppestennu.nl)
- [www.veiliginternetten.nl](http://www.veiliginternetten.nl)
- [www.ppsi.nl](http://www.ppsi.nl)
- [www.schoolenveiligheid.nl](http://www.schoolenveiligheid.nl)
- [www.herkenpesten.nl](http://www.herkenpesten.nl)
- [www.pestenislaf.nl](http://www.pestenislaf.nl)

## Bijlage V

### Overzicht van de activiteiten op Stein in het kader van de preventie van pesten

#### Leerjaar 1

- Mentorlessen: inzet oefeningen Positieve Groepsvorming gedurende het hele jaar (passend bij de fase van het groepsproces).
- Periode 2: mentor neemt sociogram af in de klas.
- Aandacht voor social media tijdens de lessen digitaal rijbewijs.
- Mentorlessen (digibordles + werkboekje) Jouw digitale wereld – themaweek 2
- Voorstelling “Klappen voor Bart” met lessenserie - themaweek 1/ 2
- Indien pesten zich voordoet heeft mentor beschikbaarheid over achtergrond info via de ELO (studiewijzer Mentorlessen) en inzet ZoCo en TL.

#### Leerjaar 2 en 3

- Bij de start van het schooljaar wordt in de mentorlessen aandacht besteed aan de omgangsvormen met waarden en normen als uitgangspunt.  
Een onderdeel hiervan is het pesten en er worden afspraken gemaakt die worden vastgelegd.
- Een mentor voert individuele gesprekken tijdens hete mentorgespreksuur waar pesten op de gespreksagenda staat.
- Indien er een vermoeden van pesten is komt dit in de mentorles terug.
- Hiernaast geven buiten de les leerlingen pesten aan bij een mentor.
- Indien een collega pestgedrag opmerkt wordt dit met de mentor besproken.
- Mentor en ouders hebben indien het pesten zich voordoet contact.
- Mocht de lijn van de mentor niet tot het gewenste resultaat leiden dan neemt een teamleider zijn verantwoordelijkheid in het proces.

#### Alle leerjaren

- In de landelijke “Week tegen het pesten”, meestal in september, besteden alle mentoren aandacht aan het onderwerp pesten. Dit kan met behulp van het lesmateriaal dat (online en gratis) beschikbaar is.

## **Themaweken**

### Themaweek 1

#### **Klas 2:**

- Mentorles: It's up to you → interactieve film over pesten.
- Nederlands: De film 'Spijt' met verwerkingsvragen.
- Engels: Cyberpesten ( youtube film met opdrachten).

### Themaweek 2

#### **Klas 1:**

- KUVO: 'Klappen voor Bart' cabaretvoorstelling over pesten.
- Mentorles: 'Jouw digitale wereld' over het gebruik van social media.

#### **Overig**

- Ouderavond ( georganiseerd door ouderraad) over social media
- Mediatheek: diverse boeken en films over het onderwerp pesten
- Films met als thema pesten:
  - Bluebird (2004)
  - Mean creek (2005)
  - Mean girls (2006)