

Pestprotocol Libanon Lyceum 18 november 2008

We behandelen elkaar met respect en fatsoen.

Pesten is op onze school niet een probleem dat op grote schaal voorkomt. Wij vinden echter dat elk geval van pesten er één te veel is. Daarom willen wij er alles aan doen om dit probleem te voorkomen. Wanneer pestgedrag plaats vindt, willen wij kunnen rekenen op een zo goed mogelijke samenwerking tussen school, ouders en leerlingen, gebaseerd op afgesproken beleid.

School, ouders en leerlingen hebben bij pesten een signaleringsfunctie!

Onze basisregel is: "We behandelen elkaar met respect en fatsoen."

Omdat de school een plaats moet zijn waar iedereen zich veilig voelt en met plezier werkt, wordt deze basisregel door alle docenten in hun lessen gehanteerd en heeft een plaats in het mentorprogramma.

Plagen

Plagen is een spel, dat door niemand als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren.

Plagen is niet systematisch en heeft geen nadelige gevolgen voor degene die het ondergaat. Er is sprake van gelijkwaardigheid tussen de partijen.

Door elkaar eens uit te dagen, leren kinderen heel goed om met allerlei conflicten om te gaan, dat is een vaardigheid die hen later in hun leven van pas komt bij conflicthantering.

Zo kan plagen zelfs een pedagogische waarde hebben.

Als plagen pesten wordt

Bij pesten wordt het plagen tot een probleem. De regel geldt dat degene die het ondergaat bepaalt wanneer plagen pesten wordt: wat gewenst is en wat niet meer. 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 wordt een probleem als je er samen niet meer uitkomt. Pesten wordt als bedreiging ervaren. De pester speelt de baas, de gepeste is niet meer in staat voor zichzelf op te komen en ondervindt duidelijk nadelige gevolgen.

We spreken van pestgedrag als het zo regelmatig gebeurt, dat de leerling zich niet langer veilig voelt in de school.

Pestgedrag in soorten:

▪ **Verbaal en direct**

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 of andersoortig gedrag

▪ **Fysiek**

Bijv. trekken, duwen, spugen, schoppen, slaan, laten struikelen, krabben, bijten, aan de haren trekken; seksuele intimidatie.

- **Isolatie**
Bijv. uitsluiten door een klasgenoot voortdurend duidelijk te maken dat hij of zij niet gewenst is, doodzwijgen of roddelen met anderen over de gepeste.
- **Intimidatie**
Bijvoorbeeld het dreigen met geweld.
- **Discriminatie**
Discriminatie wil zeggen dat er (uiteraard onterecht) onderscheid wordt gemaakt tussen mensen op grond van kenmerken die er niet toe doen, zoals sekse, handicap, leeftijd, afkomst, religie, huidskleur, enz... Dat mag niet. Maar het gebeurt wel!
Discriminatie is zeker ook een vorm van pesten. Kinderen en jongeren op school die worden gediscrimineerd worden buiten gesloten omdat zij worden veroordeeld door hun schoolgenoten.
- **Stelen of vernielen van bezittingen**
Bijv. afpakken, beschadigen en kapotmaken van spullen.
- **Digitaal pesten**
Ongewenste sms'jes sturen, via mail of chatprogramma's opmerkingen verspreiden, het gebruiken van mobiele telefoons of websites met de bedoeling iemand zwart te maken door het verzenden van opmerkingen en /of foto's of filmpjes).

Wat te doen om digitaal pesten te voorkomen?

- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het Internet tegenkomt.
- Gebruik een apart hotmail-adres om jezelf te registreren op websites. Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Wees zuinig op je wachtwoorden.
- Zorg dat je je wachtwoorden en inlognamen niet doorgeeft aan anderen of dat ze makkelijk te raden zijn. Zo kunnen anderen niet bij je website of e-mail. Als dit wel gebeurd is, neem dan contact op met de beheerder van de site.
- Gebruik altijd een bijnaam als je chat.
- Als je je vervelend voelt door iets dat je hebt gezien, vertel dat dan aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf altijd vriendelijk en eerlijk en scheld niet (terug).
- Verwijder onbekende mensen uit je MSN contactlijst.
- Ga weg uit de chat als er iets vervelends gebeurt.
- Bel of mail niet zomaar met iemand die je van Internet kent, en spreek niets af zonder dat je ouders dat weten.
- Verstuur geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van het chatten kent. Dus: geef geen e-mailadressen, gewone adressen, namen (ook niet van school), Telefoonnummers, wachtwoorden enz. 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, ook als jij hem al weggehaald hebt. Foto's kunnen 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.

Wat te doen tegen digitaal pesten?

- Als het pesten komt van mensen die je niet kent, vat scheldpartijen of beledigingen dan niet persoonlijk op. De anonimiteit van Internet maakt dat mensen makkelijk gaan schelden.
- Negeer de pest- /mails / sms/chat. Reageer niet op haatmailtjes of andere digitale pesterij. Verwijder de mail zonder hem te openen. Onderdruk je nieuwsgierigheid! Negeren is 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. Als daar vervelende opmerkingen worden gemaakt, stop dan met chatten, verlaat die chatroom.
- Blokkeer de afzender.
Krijg je pest e-mails , blokkeer dan de afzender .
- Ongewenste sms'jes sturen, via mail of chatprogramma's opmerkingen verspreiden, het gebruiken van mobiele telefoons of websites met de bedoeling iemand zwart te maken door het verzenden van opmerkingen en /of foto's of filmpjes) geheim) In ernstige gevallen kan een geheim nummer worden aangevraagd.
- Praat erover.
Erover praten met je vrienden, je ouders of een leraar die je vertrouwt is belangrijk. Zeker als het pesten al een tijdje duurt en je je er bedreigd door voelt. Liefst met iemand die veel van computers en Internet weet en die niet doorvertelt dat je gepest wordt.
- Bewaar de bewijzen
Als er via de sms, 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 e-mail verzonden is. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail, sms-jes e.d. aan kan nemen. Daar heeft men ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie het verstuurt. Bel de helpdesk op.
- 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. Ook het verspreiden van informatie die niet waar is (laster) en het verspreiden van informatie die privé is (smaad) is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen: www.pestenslaf.nl
- Voel je niet schuldig als er iets vervelends gebeurt. Het is niet jouw schuld.

Partijen bij het pestprobleem

Bij pesten zijn meerdere partijen betrokken: de gepeste leerling(en), de pester(s), de zwijgende middengroep, het personeel en de ouders.

Het is noodzakelijk dat alle partijen betrokken worden bij de aanpak van het ongewenste gedrag.

- **De gepeste leerling**

Iedere leerling loopt het risico gepest te worden, maar sommige kinderen lijken daarop een grotere kans te maken dan anderen. Dat kan komen door uiterlijke kenmerken, maar het heeft vaker te maken met gedrag, de wijze waarop gevoelens worden beleefd en de manier waarop die worden geuit. Kinderen die gepest worden hebben vaak andere interesses dan de meeste leeftijdgenoten of ze doen dingen anders. Ze zijn goed in vakgebieden of juist niet.

Veel kinderen die gepest worden hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat actie te ondernemen tegen de pestkoppen en stralen dat dan ook uit. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep en durven ze weinig of niets te zeggen omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden. Deze angst en onzekerheid worden verder versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor het gepeste kind in een vicieuze cirkel komt waar het zonder hulp zeker niet uit komt.

- **De pester**

Pestende leerlingen zijn vaak fysiek en /of verbaal de sterksten.

Meisjes pesten vaker door middel van psychisch geweld zoals buitensluiten en roddelen.

Bij jongens wordt juist vaker fysiek geweld gebruikt.

Pesters kunnen het zich permitteren zich agressief op te stellen en ze reageren dan ook met dreiging van geweld of indirecte inzet van geweld. Ze lijken populair te zijn in een klas, maar dwingen hun populariteit in de groep af door te laten zien hoe sterk ze zijn en wat ze allemaal durven.

Ook pesters hebben op de langere termijn last van hun pestgedrag. Ze hebben vaak moeite om een vriendschap op te bouwen en te onderhouden op andere gronden dan die van macht en het delen in die macht.

- **De zwijgende middengroep**

De meeste leerlingen zijn niet direct betrokken bij pesten in de actieve rol van pester. Sommigen blijven op enige afstand en anderen doen, uit angst of uit berekening, mee. Dit zijn de zogenaamde 'meelopers'. Er zijn ook leerlingen die niet merken dat er gepest wordt. Heel af en toe neemt een leerling, of een klein groepje leerlingen, het voor het gepeste kind op.

Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf in de slachtofferrol te geraken. Maar het kan ook zijn dat meelopers hopen op de populariteit van de pester mee te liften.

- **Medewerkers/docenten**

Pesten is een goed bewaard groepsgeheim: (bijna) iedere leerling weet dat in de groep wordt gepest, toch durft niemand het aan docent of ouder te vertellen. De medewerkers weten dus ook vaak niet dat er in de groep wordt

gepest. Zelfs als ze ongewenst gedrag zien, dan wordt dat lang niet altijd als pesten geïnterpreteerd.

▪ **Ouders**

Wanneer kinderen worden gepest, durven ze vaak niet aan hun ouders te vertellen dat hen dit overkomt. Ze kunnen bang zijn dat hun ouders naar school gaan, het aan de mentor vertellen en dat deze het verkeerd aanpakt. Ze schamen zich vaak dat hen dit overkomt. Soms denken ze dat ze het gedrag van de pester zelf hebben uitgelokt en dat ze dus verdienen om gepest te worden.

Afspraken

In de mentorlessen in de onderbouw worden in het eerste kwartaal de volgende, jaarlijks terugkomende, afspraken gemaakt:

- Als geplaagd worden niet meer leuk is, geef je een duidelijk signaal af.
- Als dit signaal gegeven wordt, stopt het plagen.
- Niemand mag een andere leerling pesten.
- Je neemt elkaar zoals je bent, iedereen kan zichzelf zijn
- Niemand wordt buitengesloten.
- Je blijft van elkaar af.
- Je blijft van elkaars spullen af
- Je bedreigt elkaar niet.
- Je luistert naar elkaar.
- Je laat elkaar uitspreken
- Je lost ruzies op door met elkaar te praten
- Je spreekt een pester aan op zijn gedrag en kunt daarbij rekenen op steun van de klas.
- Als je pestgedrag meldt, is dat geen klikken.

In en rond de school, tijdens pauzes en tussenuren worden leerlingen op hun gedrag aangesproken. Ook spreken we ons uit over het gedrag tijdens de reis van en naar school.

Laat je horen

Als je op school gepest wordt, laat dat dan weten aan je mentor of aan iemand anders waar je gemakkelijk mee kunt praten.

Aanpak

Wij nemen de gepeste serieus en bieden een luisterend oor.

Geef de gepeste een duidelijk perspectief dat het probleem serieus aangepakt wordt door duidelijk te maken dat er zo nodig andere instanties binnen (en eventueel buiten) de school er bij betrokken worden (mentor, teamleider, vakdocenten, zorgteam, OOP etc).

De gepeste wordt actief betrokken in het te volgen traject.

Mogelijke stappen

- Een gesprek tussen de pester(s) en de gepeste.

- Een klassengesprek en andere activiteiten organiseren met als doel de veiligheid in de klas weer te herstellen door de zwijgende meerderheid te mobiliseren. Dit moet niet op basis van het individuele geval maar moet een algemeen karakter hebben, zodat de gepeste er niet op aangekeken kan worden.
- Een gesprek met de gepeste en diens ouders.

Aanspreken van de leerling die pest

- In een eerste gesprek wordt de pester geconfronteerd met de beschuldiging van pesten. De situatie wordt in kaart gebracht en hem / haar wordt duidelijk gemaakt dat hij /zij, ondanks de met elkaar gemaakte afspraken, toch geen veiligheid heeft geboden aan klasgenoten. De afspraken worden opnieuw onder de aandacht gebracht en eventueel vastgelegd.
- Afhankelijk van de ernst van het vertoonde gedrag wordt er afgesproken dat het bij een gesprek en excuses tegenover de gepeste blijft, of dat er ook sancties volgen. Bij herhaling zal er altijd gestraft worden. Die straf moet in verhouding zijn tot de ernst van het pesten en wordt op zo kort mogelijke termijn uitgevoerd. De teamleider bepaalt of er gestraft wordt en de strafmaat.
- De pester biedt excuses aan in een gesprek met de gepeste of eventueel in een brief. De situatie wordt vastgelegd in het leerling-dossier en gecommuniceerd naar de ouders in een gesprek of eventueel in een brief.
- In een vervolgesprek wordt vastgesteld of er verbetering in het gedrag is opgetreden.
- Eventueel wordt een aantal nagesprekken gevoerd. De doelen hiervan zijn:
 - Het achterhalen van de mogelijke oorzaak van pesten.
 - Poging tot vergroten van het empathisch vermogen van de pester, door bijvoorbeeld:
 - De leerling opdracht geven een (gedeelte van een) boek over pesten te lezen en, na de opdracht te hebben uitgevoerd, de inhoud van het boek te vertellen;
 - De leerling zich laten aanmelden bij het forum van de website www.pestweb.nl en daar te zien wat kinderen en volwassenen aan elkaar over de gevolgen van pesten te vertellen hebben;
 - Een opstel over pesten en de gevolgen ervan maken.

Als de leerling blijft pesten, dan volgen:

- Zwaardere straffen .
- De ouders worden met hun kind voor een gesprek op school uitgenodigd door de mentor of teamleider. Doel is de ouders inzicht te geven in het gedrag van hun kind en te komen tot een gezamenlijke aanpak door de school en de ouders.
- In overleg kan externe deskundigheid ingeroepen worden om de pester verder te helpen het gedrag te veranderen. De school kan er op staan dat er een sociale vaardigheidstraining gevolgd wordt.

- De teamleider kan de leerling de toegang tot een bepaalde les ontzeggen, of een dag lang schorsen, de leerling kan officieel geschorst worden met een melding aan de inspectie (schorsing langer dan 1 dag) en, als ook dit niet helpt, van school verwijderd worden.

Links

<http://www.pestenislaf.nl/>

<http://www.pesten.net>

<http://www.stichtingveiligonderwijs.nl/pesten-en-gezin.html>

<http://www.pestweb.nl>

<http://www.stoppestenu.nl/digitaal-pesten-cyberpesten>

<https://www.tele2.nl/mobiel/telefoons/kinderen>

<http://pesten.startpagina.nl/>