

# Pestprotocol

---

## Intentieverklaring

De directie, MR (medezeggenschapsraad) en het voltallige personeel van het Nuenens College willen een schoolklimaat handhaven waarin iedereen elkaar respecteert. Dat wil zeggen dat we willen voorkomen dat iemand kwaad aangedaan wordt. Daarom voeren de directie en het personeel een actief beleid, dat gericht is op het voorkomen en bestrijden van agressie, geweld, seksuele intimidatie en pesten. De directie behandelt klachten over dergelijke zaken serieus. De directie en het personeel staan geen enkele vorm van agressie, seksuele intimidatie en pesten toe. Daarom is op het Nuenens College een anti-pest coördinator (Michelle Struik, m.struik@nuenenscollege.nl). De anti-pest coördinator heeft als taak alles te coördineren rondom het onderwerp pesten. Zowel preventief als handelend optreden hoort hierbij.

## Inhoudsopgave

<b>Intentieverklaring</b> .....	<b>1</b>
<b>Hoofdstuk 1 – Wat is pesten?</b> .....	<b>3</b>
1.1 Definitie van pesten .....	3
1.2 Nieuwe vormen van pesten .....	3
<b>Hoofdstuk 2 – Preventie rondom pesten op NC</b> .....	<b>3</b>
2.1 Rots & Water (R&W) .....	3
2.2 Preventielessen .....	4
2.3 BIG-overleg met ondersteuningscoördinatoren en mentoren .....	4
<b>Hoofdstuk 3 – Het protocol bij pesten in zes fases op NC</b> .....	<b>4</b>
<b>Hoofdstuk 4 – Routekaart van de 6 stappen</b> .....	<b>6</b>
<b>Hoofdstuk 5 – De vijfsporenaanpak</b> .....	<b>7</b>
5.1 Hulp voor de gepeste leerling .....	7
5.2 Correcte hulp voor de pester .....	7
5.3 NoBlame steungroep: aandacht voor de sfeer in de groep waar gepest wordt .....	8
5.4 Ouders van alle betrokken partijen betrekken bij de aanpak .....	8
5.5 Ondersteuning voor personeel om pesten adequaat aan te pakken .....	9
<b>Hoofdstuk 6 – No Blame steungroep op NC</b> .....	<b>11</b>
6.1 Stap 1: gesprek met de gepeste .....	12
6.2 Stap 2: praten met steungroep .....	14
6.3 Stap 3: Uitleg probleem .....	15
6.4 Stap 4: deel de verantwoordelijkheid .....	16
6.5 Stap 5: ideeën en voorstellen verzamelen .....	16
6.6 Stap 6: spreek je vertrouwen uit tegenover de groep .....	17
6.7 Stap 7: Vervolggesprekken .....	17
<b>Hoofdstuk 7 – Leerling-bemiddeling</b> .....	<b>18</b>
7.1 Wat is leerling-bemiddeling? .....	18
7.2 Wanneer wordt leerling-bemiddeling ingezet? .....	18
<b>Hoofdstuk 8 – Als het toch uit de hand is gelopen</b> .....	<b>19</b>
8.1 Vertrouwenspersoon en klachtencommissie .....	19
8.2 Strafbare feiten .....	19

## Hoofdstuk 1 – Wat is pesten?

### 1.1 Definitie van pesten

Pesten is een systematische, psychologische of seksuele handeling van geweld door een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer medeleerlingen, die niet (langer) in staat is/zijn zichzelf te verdedigen. Pesten is niet hetzelfde als plagen. Bij plagen zijn de machtsverhoudingen gelijk. Pesten is een universeel verschijnsel. Onderzoek heeft aangetoond dat ongeveer 1 op de vier leerlingen slachtoffer is van pestgedrag. Het is daarom van belang dat er een duidelijke aanpak is van dit probleem door ouders/verzorgers van leerlingen en leraren op school.

Kenmerken van pesten:

- Pesten gebeurt opzettelijk
- Pesten is bedoeld om schade aan te brengen (fysiek, materieel of mentaal)
- Bij pesten is er altijd sprake van ongelijke machtsverhoudingen (fysiek of verbaal sterkere personen kiezen minder weerbare personen als slachtoffer)
- Pesten gebeurt systematisch
- Pesten houdt niet vanzelf op, maar wordt eerder erger als er niet wordt ingegrepen
- Pesten is van alle tijden en komt in alle (leeftijd)groepen en culturen voor.

### 1.2 Nieuwe vormen van pesten

De huidige samenleving is verrijkt met nieuwe producten en diensten, zoals laptops, internet, mobiele telefoons en sociale media. Dit biedt veel mogelijkheden en voordelen voor de huidige maatschappij. Op scholen wordt veelvuldig gebruik gemaakt van deze producten. De COVID-19 pandemie heeft de digitalisering van het onderwijs in een sneltreinvaart mogelijk gemaakt. Naast de vele voordelen worden deze producten tegenwoordig veelvuldig misbruikt om slachtoffers lastig te vallen. Het digitale pesten verschilt in bepaalde opzichten van het traditionele pesten. Het kan op afstand, anoniem en non-stop. Ook buiten school worden slachtoffers nu lastiggevallen met pesterijen.

## Hoofdstuk 2 – Preventie rondom pesten op NC

### 2.1 Rots & Water (R&W)

Rots & Water, verder genoemd als R&W, is een psycho-fysieke training met als doel het bevorderen van een positieve ontwikkeling van sociale en emotionele competenties en het voorkomen en/of verminderen van agressie, seksueel grensoverschrijdend gedrag, pesten en gepest worden.

Op het Nuenens College hebben alle docenten Lichamelijke Opvoeding (LO) een R&W 3-daagse training gevolgd. Daardoor mogen zij de R&W module aanbieden aan leerlingen. Alle

brugklasleerlingen volgen een training van tien lessen LO, in combinatie met een werkboekje tijdens de mentorlessen.

## 2.2 Preventielessen

Buiten de lessen R&W brengen we het onderwerp ‘Pesten’ op verschillende momenten naar voren. In de week tegen pesten wordt aandacht besteed middels preventielessen, afgestemd per leerjaar. Verder worden de vier activiteitenweken gebruikt om verschillende lessen te organiseren, bijvoorbeeld in samenwerking met HALT. Deze lessen worden gecoördineerd en geïnitieerd door de Anti-pestcoördinator. Als mentoren buiten deze georganiseerde momenten behoefte hebben aan meer lessen tijdens mentoruur, kunnen zij contact opnemen met de mentorcoaches.

## 2.3 BIG-overleg met ondersteuningscoördinatoren en mentoren

Voor alle mentorklassen wordt er driemaal per jaar een BIG-overleg (Begeleiding Individuen en Groepen) gepland. Iedere mentorklas heeft een ondersteuningscoördinator ter begeleiding van onze leerlingen. Bij dit overleg worden individuele problemen op aanwezigheid, didactisch niveau en gedrag vroegtijdig in kaart gebracht. Bij opgemerkte problemen worden direct afspraken gemaakt en taken uitgezet. Verder wordt het pedagogisch leerklimaat besproken. Door deze overleggen hopen wij als school in een vroeg stadium in te kunnen grijpen bij problematieken bij individuen en groepen.

## Hoofdstuk 3 – Het protocol bij pesten in zes fases op NC

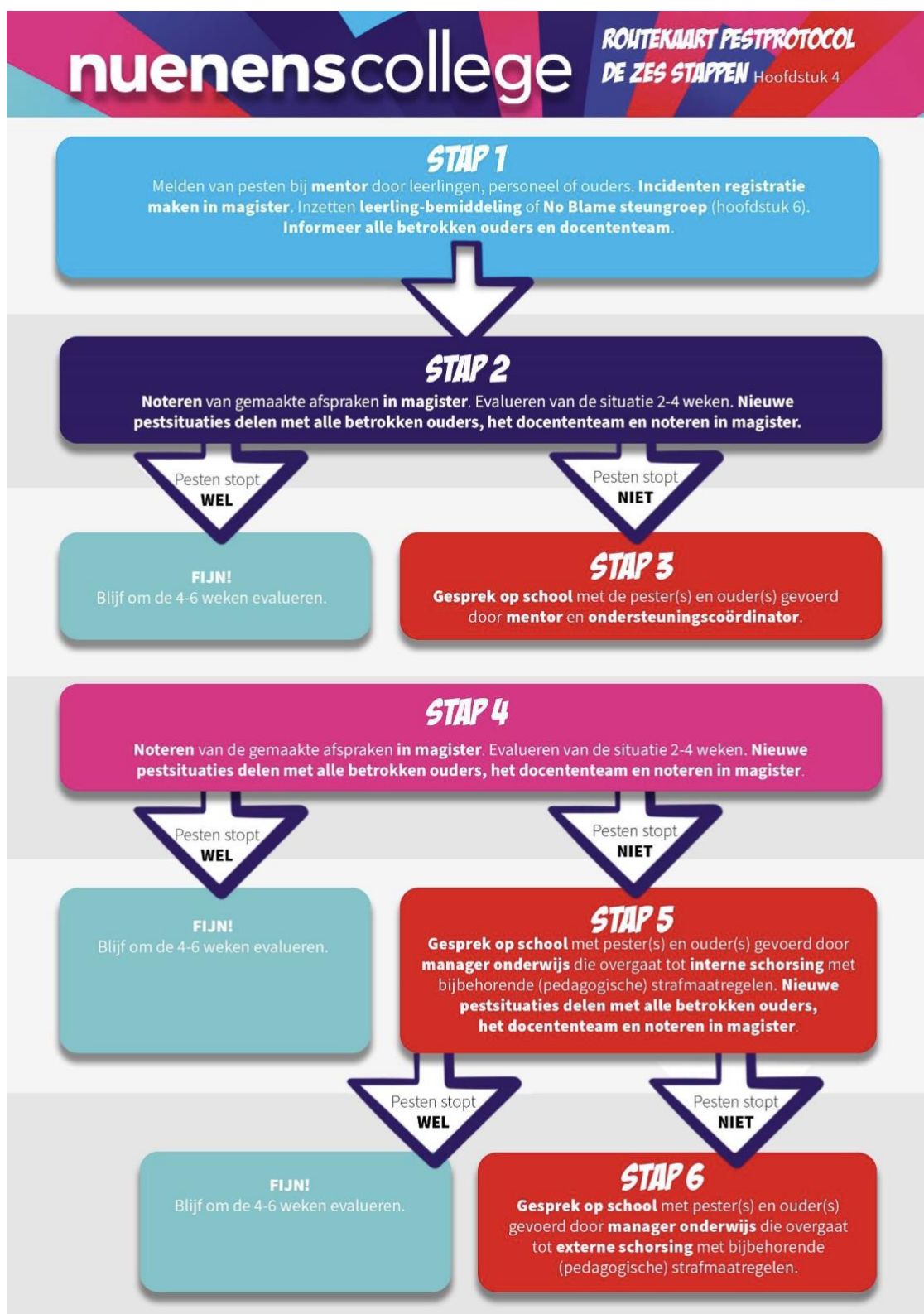
1. Op het moment dat pesten is geconstateerd door personeel, slachtoffer of omstanders op het Nuenens College, dan dient dit gemeld te worden bij de desbetreffende mentor(en). De mentor maakt meteen een incidentenregistratie aan in Magister onder ‘grove pesterijen’ of ‘persoonlijke kwetsing’. Vervolgens dient het pestincident ingeschat te worden. Bij heftige vergrijpen kunnen fases overgeslagen worden. Als het pesten klas overstijgend is kan worden gekozen om ‘leerling-bemiddeling’ (zie hoofdstuk 7) in te zetten. Als het pestprobleem binnen de mentorgroep plaatsvindt, kan zowel ‘leerling-bemiddeling’ als een ‘NoBlame-steungroep’ (zie hoofdstuk 6) worden opgezet. In hoofdstuk 5 (vijf sporen aanpak) staat meer informatie over hulp voor de gepeste, de pester, ouders, personeel en de toeschouwers/meelopers. Deel de genomen maatregelen met betrokken ouders en informeer het docententeam.
2. In een termijn van 2-4 weken dient een evaluatie moment plaats te vinden met alle betrokken partijen. Nieuwe pesterijen dienen genoteerd te worden in magister en te worden gedeeld met betrokken ouders. Als het pestgedrag niet is gestopt volgt stap 3.
3. Een gesprek volgt met de pester/meeloper en hun ouders, onder leiding van de mentor(en) en ondersteuningscoördinator. Er volgen (pedagogische) strafmaatregelen tegen de pester/meeloper. Tevens kan ‘SoVa training’ (Sociale Vaardigheidstraining) ingezet worden om tot gedragsverandering te komen. De genomen maatregelen dienen genoteerd te worden in magister en gedeeld te worden met alle betrokken ouders. Breng het docententeam op de hoogte.
4. In een termijn van 2-4 weken dient een evaluatie moment plaats te vinden met alle betrokken partijen. Nieuwe pesterijen dienen genoteerd te worden in Magister en gedeeld te worden met alle betrokken ouders. Als het pestgedrag niet is gestopt volgt stap 5.
5. Een gesprek volgt met de pester/meeloper en hun ouders, onder leiding van de Manager Onderwijs. Hierbij wordt overgegaan tot een interne schorsing op basis van pestincidenten

---

die zijn vastgesteld in voorgaande fases. Tijdens de interne schorsing moet de pester/meeloper een opdracht maken die past bij situatie. Noteer deze genomen maatregelen in magister en informeer het docententeam en betrokken ouders.

6. Indien het pestgedrag aanhoudt na bovenstaande maatregelen, kan de school overgaan tot externe (meerdaagse) schorsing. Hierbij volgt wederom een gesprek met de pester/meeloper en hun ouders, onder leiding van de Manager Onderwijs. Noteer deze genomen maatregelen in magister en informeer het docententeam en betrokken ouders.

## Hoofdstuk 4 – Routekaart van de 6 stappen



## Hoofdstuk 5 – De vijfsporenaanpak

### 5.1 Hulp voor de gepeste leerling

Uiteraard moet allereerst hulp aan het slachtoffer worden geboden. Kinderen die voortdurend worden gepest, kunnen op twee manieren reageren: ze worden passief (keren zich naar binnen of sluiten zichzelf af) of ze gaan uitdagen (gaan zelf pestgedrag vertonen of aandacht vragen). Beide vormen van gedrag zijn aangeleerd, in de zin van reacties op uitstoting. En wat is aangeleerd, kan ook weer worden afgeleerd.

Net als pesters kunnen ook gepeste kinderen baat hebben bij een sociale vaardigheidstraining. Tijdens de les Lichamelijke Opvoeding kan er aandacht worden besteed aan zelfverdediging en/of Rots & Water lessen. Hiermee wordt de geestelijke en lichamelijke weerbaarheid van het kind verbeterd. Dat geldt ook voor sporten als judo en karate. Er kan de ouders geadviseerd worden om hun kind op een dergelijke sport te doen. Het gepeste kind moet dit echter wel willen.

### 5.2 Correcte hulp voor de pester

Uit onderzoek blijkt dat pesters fysiek en verbaal vaak sterker zijn dan hun klasgenoten. Ze zien hun slachtoffers als waardeloos, zijn agressief, hebben een gebrek aan zelfbeheersing en een positieve houding ten aanzien van geweld. Verder blijkt dat pesters erg impopulair zijn bij andere leerlingen (hoewel dat soms niet zo lijkt). Ze gebruiken verschillen (andere kleur haar, andere kleding, een handicap, betere of slechtere cijfers, enzovoort) als vals excuus om anderen het leven zuur te maken. In wezen hebben zij zondebokken nodig waarop zij hun frustraties kunnen afreageren. Ze hebben doorgaans geen idee van wat ze aanrichten en hebben daardoor weinig schuldgevoelens. Het is ijdele hoop om van hen te verwachten dat zij vanzelf wel met het pesten ophouden. Uit onderzoek blijkt dat de kans dat de pesters later crimineel worden vier keer zo groot is als bij andere leerlingen. Hulp is dus noodzakelijk! Die hulp zou kunnen bestaan uit: deelname aan de NoBlame steungroep in de klas, een (pedagogisch) straffend gesprek, een probleemoplossend gesprek, een probleemoplossende opdracht/werkstuk, een gesprek met de ouders, een training in sociale vaardigheden en schorsing.

Een straffend gesprek is kort. De mentor en/of ondersteuningscoördinator vertelt de leerling dat hij de regels heeft overtreden. Kijkend naar het OPP wordt er een passende straf bedacht en worden ouders geïnformeerd. De ouders moeten dan voorzichtig, maar duidelijk worden verteld wat hun kind anderen aandoet.

Als dit geen resultaat oplevert, is de volgende stap het voeren van een aantal probleemoplossende gesprekken met de pester om de oorzaak van het pestgedrag bloot te leggen. Dit is nodig om de juiste hulp te kunnen bieden. De mentor en/of ondersteuningscoördinator kan daarbij voorzichtig de volgende gespreksonderwerpen aanroeren: de wijze waarop de ouders aandacht besteden aan hun kind; lichamelijke bestraffing door ouders als reactie op wangedrag; lichamelijke en/of psychische mishandeling door de ouders; het niet corrigeren van agressief gedrag door de ouders; zelf eerst gepest zijn; bang zijn om zelf het mikpunt te worden als niet een ander de zondebok is; zich groot voor willen doen t.o.v. anderen;

- jaloers zijn op anderen;
- verwend zijn (kind is gewend om altijd zijn zin te krijgen);
- slecht voorbeeld van ouders, leraren of andere volwassenen;

Is de oorzaak enigszins duidelijk, dan wordt er bekeken welke aanpak geschikt is om de pester te laten stoppen met pesten. Ook hier wordt het OPP gebruikt. Daarna maken mentor en/of ondersteuningscoördinator met inspraak van ouders en pester afspraken over gedragsverandering.

Alle betrokkenen hebben zo het probleem erkend en zijn het eens over de afspraken die er gemaakt zijn. Als het pestgedrag blijft voortduren is een sociale vaardigheidstraining een optie.

### 5.3 NoBlame steungroep: aandacht voor de sfeer in de groep waar gepest wordt

Als een peestsituatie zich voordoet in een klas is het belangrijk dat er gewerkt wordt aan een klimaat waarbij leerlingen het voor elkaar opnemen in plaats van de pesters hun gang te laten gaan. Om dit te ondersteunen kan worden gekozen voor de NoBlame steungroep in de klas (zie hoofdstuk 6 voor uitgebreide uitwerking). Hieronder enkele tips om de zwijgende middengroep tot bondgenoot in de strijd tegen het pesten te maken.

- Als een mentor met de klas spreekt over pesten, is het raadzaam om geen peestsituatie in de klas als uitgangspunt te nemen, maar het onderwerp daar bovenuit te tillen. Bijvoorbeeld aan de hand van een krantenknipsel, een tv-uitzending, een website, een lesbrief of een (voor)leesboek. Gebeurt dit niet, dan kan de klas het probleem ontkennen, bagatelliseren, het slachtoffer de schuld geven of zeggen dat het maar een grapje is. Of de pesters gaan het slachtoffer voor zijn klikken bestraffen.
- Tijdens mentorlessen aandacht besteden aan lessen positieve groepsvorming. Deze lessen kan je in overleg met de ondersteuningscoördinator en/of de anti-pestcoördinator verkrijgen.

Bij lessen over pesten is het voorbeeldgedrag van de mentor van groot belang. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar aanvaarding van verschillen wordt aangemoedigd, waar ruzies worden uitgesproken en niet met geweld worden opgelost, waar leerlingen in hun eigenheid worden gerespecteerd, waar agressief gedrag van leerlingen, ouders en mentoren niet wordt geaccepteerd en waar mentoren duidelijk stelling nemen tegen dergelijke gedragingen. Het benoemen van de schoolregels die schoolbreed gelden, deze zijn opgenomen in de schoolgids.

### 5.4 Ouders van alle betrokken partijen betrekken bij de aanpak

Mentoren krijgen te maken met de ouders van slachtoffers, pesters en van de zwijgende middengroep. De ouders van de slachtoffers zullen het meest geneigd zijn om de hulp van de school in te roepen, maar ook de ouders van de zwijgende middengroep zullen zich misschien zorgen maken. Pesten verziekt immers de sfeer in de klas. Voor ouders van pesters kan de mededeling dat hun kind pest soms erg confronterend zijn. Het kan voorkomen dat ouders van pesters antwoorden met “dat herken ik niet”, “dat doet mijn kind thuis nooit”, “dan zal die ander ook wel iets hebben gedaan”. Het is belangrijk om als mentor de aanpak van school aan te halen in dergelijke gesprekken en te benoemen dat de ondersteuning en medewerking van de ouders daarbij van belang is.

Adviezen aan ouders van pesters:

- Neem het probleem serieus. Raak niet in paniek; elk kind loopt kans pester te worden.
- Praat met het kind om achter de mogelijke oorzaak van het pesten te komen.
- Maak het kind gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed aandacht aan het kind.
- Stimuleer het kind tot het beoefenen van een sport om zijn agressie vreedzaam kwijt te kunnen.
- Schakel eventueel deskundige hulp in.

Adviezen aan ouders van gepeste kinderen:

- Complimenteer het kind dat het open is richting jou als ouder. Het vergt erg veel moed om over pesterijen te praten.
- Bespreek het probleem met de direct betrokken mentor(en).
- Lees samen met kind literatuur over pesten op school.



- Beloon het kind en help het zijn zelfrespect terug te krijgen.
- Stimuleer het kind tot het beoefenen van een sport.
- Houd de communicatie met het kind open en blijf dus in gesprek met het kind.
- Steun het kind in het idee dat er een einde aan komt.
- Laat het kind opschrijven wat het heeft meegemaakt.
- Laat het kind deelnemen aan een socialevaardigheidstraining.

Als de ouders aangeven dat zij er eigenlijk van hun kind niet met de school over mogen praten, maak hen dan duidelijk dat de school het voorzichtig zal aanpakken en dat er regelmatig afstemming plaatsvindt met hen.

Adviezen aan andere ouders:

- Neem het probleem serieus: het kan ieder kind overkomen.
- Neem de ouders van het gepeste kind serieus.
- Maak het tot een gemeenschappelijk probleem.
- Praat met het kind over school, over relaties in de klas, over pesten in de groep en over wat mentoren doen.
- Koppel informatie van het kind terug naar de school: wie pest er, wat doen zij en waarom.
- Corrigeer het kind als het voortdurend anderen buitensluit of als het meedoet met pesten.
- Corrigeer het kind als het probleem bij de gepeste wordt gelegd. Probeer bij het aandeel en de kern van het gedrag van het kind te blijven en niet bij anderen.
- Geef als ouder het goede voorbeeld, wees niet neerbuigend of respectloos t.o.v. anderen.
- Leer het kind voor anderen op te komen.

## 5.5 Ondersteuning voor personeel om pesten adequaat aan te pakken

Leraren hebben een sleutelrol in de aanpak van het pesten. Zij zijn de eerstverantwoordelijken voor de aanpak op school. Van leraren wordt verwacht dat zij pesten vroegtijdig signaleren en effectief bestrijden. Hierbij is melding maken in magister noodzakelijk voor het opbouwen van een pestdossier. Maak een incidentenregistratie aan en vink daarbij 'pesten' aan.

### Het signaleren van pesten

Om het pesten tegen te gaan, moeten leraren eerst weten of en hoe er wordt gepest. Dit kunnen zij allereerst doen door steeds bedacht te zijn op signalen die kunnen wijzen op pestgedrag. Hieronder volgen veel voorkomende pesterijen die pesters met hun slachtoffers uithalen:

- volstrekt doodzwijgen
- isoleren
- psychisch en / of fysiek mishandelen
- een kring vormen of insluiten in de klas, op de gang of het schoolplein;
- buiten school opwachten;
- slaan of schoppen;
- klopjachten organiseren;
- op weg van en naar school achtervolgen;
- naar het huis van het slachtoffer gaan;
- als slaaf behandelen;
- nooit de echte naam gebruiken, maar een bijnaam;
- voortdurend zogenaamd leuke opmerkingen maken over de gepeste;

- opdrachten geven huiswerk te maken of huiswerk in te nemen;
- bezittingen afpakken of stukmaken;
- cadeaus eisen of geld afpersen;
- jennen;
- het slachtoffer voortdurend de schuld van iets geven;
- steeds het slachtoffer uitschelden of er tegen schreeuwen;
- opmerkingen maken over kleding of uiterlijk; beledigen;
- briefjes doorgeven;
- social media berichten met een bedreigende of beledigende inhoud versturen;
- in groepsapps worden toegevoegd met vreemden om daarin uitgescholden of bedreigd te worden.
- beledigende afbeeldingen of video's van het slachtoffer digitaal verspreiden of op het internet plaatsen;
- steeds (anoniem) opbellen.

Om het niet direct merkbare pesten toch op het spoor te komen, kan een mentor gebruik maken van een klassenthermometer (verkrijgbaar bij de anti-pest coördinator). Een ander middel om de ontwikkeling in het gedrag van leerlingen te monitoren is het BIG-klein en BIG-groot overleg van de klas. Ieder jaar komt dit drie keer terug en bespreken mentoren de individuele leerlingen met de ondersteuningscoördinator (BIG-klein). Verder kan elke mentor een BIG-groot aanvragen, waarin de (sociale) sfeer en duidelijke afspraken met de vakdocenten worden besproken.

### **Pesten in de kiem smoren**

Mentoren kunnen, om pesten zoveel mogelijk te voorkomen, werken aan een sociaal gedrag versterkende leeromgeving. Hierbij kan gedacht worden aan socialevaardigheidslessen om ongewenst gedrag te corrigeren, schoolregels en afspraken kenbaar maken en doornemen, samen regels en afspraken opstellen over hoe met elkaar om te gaan, consequent te straffen, pestprotocollen te ondertekenen en projecten of lessen te organiseren. Voor lesonderdelen over positieve groepsvorming kunnen mentoren contact opnemen met de ondersteuningscoördinator of anti-pest coördinator.

### **Het pesten aanpakken**

Pestgedrag op school mag nooit getolereerd worden. Leerlingen en ouders verwachten namelijk van mentoren dat zij duidelijk stelling tegen het pesten nemen. Dit kan op een confronterende en niet-confronterende wijze gebeuren.

De niet-confronterende methode wordt toegepast als er sprake is van onderhuids pesten. Het heeft geen zin dit vermoeden aan de klas te vertellen: de leerlingen zullen het ontkennen of met een eigen interpretatie komen. Als de leraar voor de niet-confronterende manier kiest, stelt hij problemen in algemene zin aan de orde. Dat kan bijvoorbeeld aan de hand van de volgende onderwerpen:

- de schending van mensenrechten of rechten van kinderen;
- respect in de klas en op school;
- discriminatie en racisme;
- machtsmisbruik in het algemeen;
- pesten op school in het algemeen waarbij wordt ingegaan op de oorzaken en gevolgen voor de slachtoffers, de daders, de meelopers en de zwijgende middengroep.

Een No Blame aanpak kan toegepast worden als leerlingen actief of passief meedoen aan pesten. Dat gaat het best met kleine groepjes. Bij meelopers en passieve omstanders kan veel bereikt worden in een steungroep. Voor een uitgebreide uitwerking van de No Blame steungroep zie hoofdstuk 6.

De confronterende methode is toe te passen wanneer een leerling merkbaar lichamelijk of geestelijk wordt mishandeld. Als er op zo'n moment niet duidelijk stelling wordt genomen, zegt de school in feite: ga maar door. Bij deze methode wordt, na duidelijk stelling te hebben genomen, een gesprek met de klas gevoerd over pesten in het algemeen. Vervolgens spreken mentor en leerlingen regels af.

### **Aanpak van het 'nieuwe' pesten**

De laatste jaren heeft het contact via mobiele telefoon en social media een ware vlucht genomen. Helaas heeft dit de mogelijkheden om elkaar te pesten aanmerkelijk vergroot. Regelmatig verschijnen er in de media berichten dat kinderen en jongeren aanstootgevende berichten ontvangen of dat leerlingen schokkende foto's, sexting (kinderporno) of bedreigingen naar elkaar verzenden.

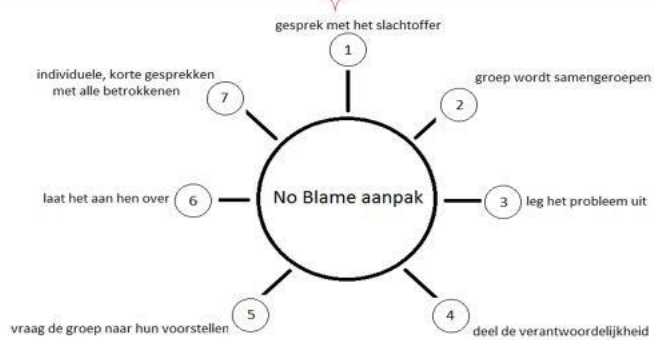
De relatieve anonimiteit van de nieuwe vormen van communicatie werkt de brutaliteit van de pesters in de hand. De kans om gepakt te worden is immers kleiner dan bij het open en bloot pesten. Een ander kenmerk van het nieuwe pesten is dat het onophoudelijk door kan gaan. Want zelfs thuis zijn de slachtoffers niet meer veilig.

Om cyberpesten preventief of achteraf tegen te gaan kunnen mentorlessen worden gegeven over cyberpesten. Neem contact op met de mentorcoaches of anti-pest coördinator voor deze lessen. Voorbeelden van deze lessen zijn:

- Whatshappy (leerjaar 1 en 2);
- Instagrap (leerjaar 1 en 2);
- Pestpiramide cyberpesten (alle leerjaren);
- It's up to you (alle leerjaren);
- SNAP je wat je stuurt? (alle leerjaren);
- Mediawijsheid op het PRO (alle leerjaren);
- Wij zijn LIT-game (alle leerjaren).

De stichting Kinderconsument heeft het meldpunt [www.pestenslaf.nl](http://www.pestenslaf.nl). Kinderen en jongeren kunnen hier melden dat ze worden gepest waarna de scholen advies krijgen hoe ze dit kunnen oplossen en voorkomen. Ook voor ouders staan er tips op hoe ze hun kinderen kunnen behoeden voor digitale pesterijen.

## **Hoofdstuk 6 – No Blame steungroep op NC**



Anke Visser SchoolVeiligheid

Een interventiemethode om een ‘pest-prone’ leerling een steuntje in de rug te geven en om pesterijen een halt toe te roepen. De No Blame-aanpak werd in de jaren 80 in Engeland door George Robinson en Barbara Maines ontwikkeld. De No Blame-approach is een oplossingsgerichte methode en staat in de traditie van de systeemtheorie en kortetermijntherapie van Steve de Shazer. De oplossingsgerichte methode gaat er in tegenstelling tot de probleemgeoriënteerde methode vanuit dat er geen uitgebreide probleemanalyse noodzakelijk is om een probleem op te kunnen lossen. De No Blame-methode is dan ook gericht op de mogelijke oplossing van het probleem – de gepeste te helpen en het pesten te stoppen. Hoe het probleem eruitziet, hoe het is ontstaan en wie de dader is, is bij deze methode niet van cruciaal belang. Het fascinerende van deze methode is dat er niet gestraft wordt. De aanpak vertrouwt op de resources en bekwaamheden van jongeren om goede oplossingen te bedenken tegen pesterijen en deze toe te passen. De No Blame-aanpak is een waardevol instrument om het pestgedrag te laten stoppen en de gepeste te helpen.

**Belangrijk is dat van alle leden van de steungroep ook de ouders op de hoogte zijn van hun deelname hieraan. Hierbij hoeft niet gedeeld te worden waarom de leerling is uitgekozen voor de steungroep, maar het is wel belangrijk dat er thuis wordt gesproken over deze methode en de verantwoordelijkheid die daarbij komt kijken voor de leerling. Er hoeft dus richting ouders niet gesproken te worden over daders. Verder dient voor alle betrokken leerlingen een Magister notitie te worden gemaakt. Deel met het docententeam de aanpak en breng hen op de hoogte wie deelneemt aan de steungroep.**

### 6.1 Stap 1: gesprek met de gepeste

Om jezelf voor te bereiden op een gesprek met een gepeste leerling kan het handig zijn de volgende vragen aan jezelf te stellen:

- Wat weet ik over deze leerling?
- Wat is me opgevallen de laatste tijd m.b.t. deze leerling?
- Is de leerling de laatste weken/maanden veranderd?
- Welke positieve eigenschappen heeft deze leerling?

Voor de leerlingen is het fijn dat ze worden waargenomen en dat iemand geïnteresseerd is in hun situatie.

**Aanpak gesprek met de gepeste:**

- Relatie opbouwen
- Vertrouwen opbouwen
- Rustig in gesprek komen

Het is handig te beginnen met je eigen waarnemingen over wat er gebeurd is. Dat geeft de leerling het gevoel dat je betrokken bent en dat hij/zij er niet alleen voor staat.

Enkele voorbeelden:

- Het is me opgevallen dat je de laatste tijd vaker ziek was
- Het valt me op dat je de laatste tijd alleen staat op het schoolplein en ik vraag me af of daar een reden voor is?

### **Vragen hoe het met de leerling gaat**

Het is belangrijk de leerling de mogelijkheid te geven te openen. In deze fase gaat het er niet om wat allemaal precies gebeurd is binnen de pestsituatie, maar eerder om contact te maken en na te gaan hoe het met hem/haar gaat op school in het algemeen.

Enkele voorbeelden:

- Ga je graag naar school?
- Voel je je hier op je gemak?

### **Vraag naar de wens om verandering**

Waarschijnlijk vertelt de gepeste dat het niet zo goed gaat, dat er moeilijkheden zijn met andere leerlingen. Dit is een goede gelegenheid te vragen of de leerling graag wil dat het weer goed komt of weer beter gaat worden op school.

- Stel dat het weer zo kan worden als vroeger, wil je dat?
- Wil je graag dat jouw situatie verandert/verbetert?
- De situatie zoals die nu is, is niet leuk. Niet voor jou maar ook niet voor de klas. Ik heb er alle vertrouwen in dat we dat kunnen veranderen en ik weet ook al hoe. Wil je dat? Doe je mee?

### **Positief en betrokken zijn**

Normaal gesproken willen gepeste leerlingen dat de situatie beter wordt. Maar sommige leerlingen hebben er geen vertrouwen meer in dat het weer beter wordt. Daarom is het belangrijk een positieve instelling tegenover de gepeste te benadrukken en te laten zien dat je een weg weet uit deze situatie.

- Het is niet in orde wat er gebeurd is!
- Ik vind het belangrijk dat niemand bang naar school hoeft te gaan.
- Jij bent niet de enige die dit overkomt. Dit is ook anderen overkomen. Het is eerder gelukt dit soort situaties te stoppen en ik weet hoe we jouw situatie kunnen veranderen.

### **Uitleg geven over de aanpak**

Nadat de leerling heeft aangegeven dat hij/zij graag wil dat de situatie gaat veranderen en jij hebt aangegeven dat jij er alles aan gaat doen dat de situatie gaat veranderen, is het moment gekomen uit te leggen wat je gaat doen.

#### **1. Uitleg geven over de steungroep**

- Ik ga met enkele leerlingen uit je klas praten om samen een steungroep te vormen.
- Met hen ga ik overleggen hoe wij jouw situatie en die van de klas kunnen verbeteren.
- Er zijn kinderen bij de steungroep die jij leuk vindt maar er zitten ook kinderen bij die niet aardig tegen je deden.

## 2. De gepeste erbuiten houden

- Jij hoeft niets te doen – ik ga alles regelen.
- Jij hoeft er niet bij te zijn – ik ga het gesprek voeren.

## 3. Zekerheid geven

- Het is belangrijk voor jou te weten dat niemand gestraft wordt en niemand in de problemen komt.
- Ik ga niets doen waardoor de pesters nog bozer op je gaan worden. Niemand die meedoet aan het gesprek komt in de problemen.

## 4. Leerlingen voor de steungroep kiezen (samen met de gepeste). Uit de praktijk blijkt dat het handig is met medeleerlingen te beginnen die positief bezet zijn.

- Wie uit de klas is je vriend/vriendin?
- Wie heeft je wel eens geholpen/ wie denk je zal je helpen?
- Om je te kunnen helpen moet ik weten wie niet aardig/lelijk tegen je doet (pesters)
- Wie doet er nog mee, wie is er verder bij betrokken (meeloper, omstander)?

### **Vertrouwelijk maar niet anoniem**

Misschien vindt de gepeste het belangrijk om een boodschap te geven aan de groep om te laten zien of horen hoe het met hem/haar gaat of hoe hij of zij zich voelt door de peestsituatie. Jij legt uit aan de leerling dat jij de boodschap aan de groep gaat geven.

Misschien zijn er dingen besproken die je absoluut niet verder mag vertellen. Als dat niet eerder al afgesproken is, is nu het moment hierover afspraken te maken. Soms wil de gepeste niet dat zijn naam genoemd wordt – dat is helaas niet mogelijk. Je kan uitleggen dat je geen details over de omstandigheden hoeft te noemen maar de leerlingen moeten wel weten over wie het gaat om te kunnen helpen.

### **Afspraak maken over vervolg**

Aan het eind van het gesprek maak je een afspraak over een vervolgesprek over 8 tot 14 dagen. De leerling zelf hoeft verder niets te doen, maar je geeft haar/hem wel opdracht te kijken of de pest-situatie verandert. Voor het geval dat de leerling heel bang is, is het handig af te spreken dat hij/zij altijd bij jou terecht kan.

## 6.2 Stap 2: praten met steungroep

De steungroep bevat 6 leerlingen.

- De pester
- Een meeloper.
- 1 vriend(in)
- leerlingen die tot nu toe niets met het pestgedrag te maken hadden en tot een oplossing kunnen bijdragen. (sociaal sterke kinderen die een positieve houding hebben in de groep).

### Uitnodiging steungroep

- De uitnodiging is persoonlijk
- De reden voor de uitnodiging wordt nog niet precies genoemd. “Ik heb jou nodig om een probleem op te lossen. Wil je helpen?”

### Gesprek met de steungroep

- Het gesprek vindt plaats tijdens lestijd.
- Hierbij is het handig rekening te houden met leerkrachten van leerlingen uit andere klassen m.b.t. toetsen, enz.
- Het gesprek duurt gemiddeld een half uur tot drie kwartier.
- De steungroep steunt de mentor met het doel de peestsituatie te laten stoppen – de groep steunt niet de gepeste leerling.
- Binnen school zijn normaal gesproken de docenten/mentoren verantwoordelijk de peestsituatie te beëindigen. Alleen hebben zij hierbij hulp nodig van de leerlingen. Juist die hulp vraag jij van de steungroep.
- De persoon die het gesprek met de steungroep leidt moet vertrouwen van de groep hebben

NB. Het is niet handig een mentor het gesprek te laten leiden die zelf op dit moment onderdeel van het probleem is of met de leerlingen uit andere redenen niet goed overweg kan.

### Mijn houding tegenover de steungroep

- Hoe blijf ik waardierend ondanks de moeilijke situatie?
- Hoe voorkom ik het maken van verwijten tegenover de pester of meeloper/aanmoediger?
- Hoe maak ik de leerlingen duidelijk dat ik hun steun nodig heb?
- Duidelijk de sterke kanten en bekwaamheden van de leerlingen kunnen benoemen.

### Hoe bouw ik het gesprek op, met de steungroep

- Duidelijk sturen
- Blijf waardierend
- Niet oordelen
- Geen eigen ideeën inbrengen voor de oplossing
- Verwijten onderling vriendelijk onderbreken
- Niet reageren op provocaties of aanvallen tegenover de gepeste
- Leidt het gesprek steeds weer naar de toekomst (hoe kan de situatie verbeteren?)
- Houdt oogcontact
- Betrek alle leerlingen van de steungroep bij het gesprek – iedereen is belangrijk voor de oplossing

### Het gesprek met de steungroep

- Kring of ronde tafel
- Begroet iedere leerling
- Inleiding gesprek

In het begin weten de leerlingen nog niet wat hun te wachten staat. Het is daarom handig een positieve insteek te kiezen:

- Fijn dat jullie hier zijn.
- Jullie zijn uit de les gehaald, voor een belangrijke bijdrage. We hebben hiervoor de tijd tot.....
- De reden is dat ik jullie hulp nodig heb.
- Met jullie medeleerling ... gaat het niet goed.

## 6.3 Stap 3: Uitleg probleem

Op dit moment is het belangrijk geen verwijten te maken, in de ik-taal te spreken en te laten zien dat jij je zorgen maakt:

- Ik maak me zorgen over ...
- Ik wil deze situatie graag verbeteren.
- Ik ben geschrokken over het feit dat iemand op onze school bang is om naar school te gaan omdat hij/zij zich niet meer veilig voelt.
- Ik vind het belangrijk dat onze school een veilige plek is voor alle leerlingen. Ik denk dat wij allemaal een steentje kunnen bijdragen dat niemand bang hoeft te zijn op school. Daarom heb ik jullie uitgenodigd om jullie te vragen wat wij met zijn allen zouden kunnen doen dat ... zich weer veilig voelt op school.

Belangrijk: niet noemen wat er precies is gebeurd in de peestsituatie. Je gaat ook geen details vertellen waarover je met de gepeste hebt gepraat. In eerste instantie ga jij vertellen hoe de gepeste zich voelt. Voor het geval dat de gepeste een boodschap heeft gemaakt kun jij die nu aan de groep voorlezen of laten zien. Aan het einde van deze fase is het iedereen in deze groep duidelijk wat het probleem is.

## 6.4 Stap 4: deel de verantwoordelijkheid

### Omgan met schuldverwijten

Nadat het probleem is uitgelegd voelen sommige leerlingen zich misschien ongemakkelijk. Nu is het belangrijk duidelijk te maken aan de groep dat het hier niet om straf of schuld gaat maar dat wij hier met zijn allen zijn om de situatie te verbeteren.

Voor het geval dat leerlingen uit de steungroep beginnen met verwijten of iemand gaan beschuldigen is het handig er niet op het verwijt in te gaan maar naar de toekomst te kijken.

Het is niet belangrijk voor mij uit te zoeken wie wat gedaan heeft maar hoe wij het probleem kunnen oplossen en wat wij kunnen doen dat ... weer zonder angst naar school gaat. Het verleden kunnen wij niet meer veranderen. Maar wij kunnen met zijn allen kijken hoe het in de toekomst beter kan worden.

### Waarom heb je deze leerlingen in de steungroep gevraagd?

Nadat de leerlingen hebben gehoord wat het probleem is vragen zij zich soms af waarom zij erbij zitten. De leerlingen willen dan vaak weten waarom zij zijn uitgenodigd om te helpen. Het is dus handig tegenover iedere leerling een reden te kunnen noemen waarom hij/zij erbij zijn.

- Ik heb jullie uitgenodigd omdat jullie volgens mij de juiste leerlingen zijn die mij kunnen helpen
- Ik heb jou (naam) uitgenodigd omdat het mij al vaker opviel dat jij goede ideeën hebt hoe je iemand kan helpen
- Jij (naam) hebt een goed contact met de meeste leerlingen uit de klas. Het is makkelijk voor jou anderen dingen uit te leggen die voor de klas belangrijk zijn.

## 6.5 Stap 5: ideeën en voorstellen verzamelen

Nu is het voor de kinderen in de steungroep duidelijk dat niemand gestraft of beschuldigd wordt. Dat geeft hun gelegenheid naar oplossingen te kijken. Ieder kind krijgt de ruimte eigen ideeën in te brengen om de situatie te verbeteren.

- Hebben jullie een idee wat jij zelf kunt doen?

Het is belangrijk de verzamelde ideeën vast te houden en elk idee aan een leerling te koppelen!



## 6.6 Stap 6: spreek je vertrouwen uit tegenover de groep

### Bedanken

Je bedankt de steungroep voor al die goede ideeën en de steun. Je geeft de verdere oplossing in hun handen.

- Ik wil jullie bedanken voor jullie hulp
- Jullie hebben veel ideeën verzameld en ik weet zeker dat het voor .....zo weer mogelijk wordt om zich goed te voelen. Ik denk dat het voor de hele klas fijn is als de sfeer weer beter wordt.
- Ik vertrouw op jullie steun en ben overtuigd dat jullie dat voor elkaar krijgen.

### Vervolggesprek afspreken

- Aan het eind van het gesprek met de steungroep maak jij een afspraak voor een vervolggesprek.
- Over 8 dagen wil ik graag nog eens met jullie praten om te horen hoe jullie de situatie inschatten
- Ik ga jullie dan niet in een groep spreken zoals nu, maar één voor één
- Afscheid met handdruk.

## 6.7 Stap 7: Vervolggesprekken

### Vervolggesprek met de gepeste

Vraag naar de ervaring van de leerling.

- Hoe ging het de laatste weken?
- Wat is er verbeterd?
- Heb je je waardering laten merken?
- Wat heb je verder nog nodig, wat wil je nog graag anders?
- Is er nog iets dat ik voor je kan doen?

### Afsluiting

Als de situatie verbeterd is: Als de situatie weer slechter gaat worden – laat het me snel weten. Als de situatie niet voldoende is verbeterd: Ik ga nogmaals met jouw medeleerlingen praten en dan opnieuw met jou overleggen wat wij meer kunnen doen.

### Vervolggesprekken met de steungroepleden (apart)

Met ieder lid van de steungroep voer je een apart gesprek. Ieder lid van de steungroep is verantwoordelijk voor zijn/ haar bijdrage aan de oplossing. Door een leerling apart te spreken heeft deze de mogelijkheid eerlijker te zijn. Ook hier is het belangrijk waardering te tonen voor de bijdrage van iedere leerling van de steungroep.

Tijd: De gesprekken duren tussen 5 tot 10 minuutjes.

Uitnodiging: Het is handig van tevoren vast te leggen in welke volgorde de leerlingen naar je toe komen.

Je kan de gesprekken ook b.v. in de pauze of op het schoolplein voeren en dan over meerdere dagen verdelen. Het is echter niet handig de gesprekken onder tijdsdruk te voeren ook al zijn het maar korte gesprekken.

Opbouw gesprek:

- Wij hadden afgesproken dat ik iedereen nog eens aanspreek hoe het nu gaat met... Ik ben benieuwd hoe jij de situatie nu inschat en of jij vindt dat de situatie verbeterd is.

Aansluitend vraag jij de leerling over de situatie:

- Wat denk jij hoe het nu gaat met ...?
- Wat denk jij dat nu is verbeterd?
- Wat denk jij dat zou moeten gebeuren, zodat ...zich beter voelt in de klas?
- Hoe vond jij de steungroep?
- Hoe gaat het nu met jou?

### **Afsluiting**

Als de situatie is verbeterd, bedank je de leerling voor de steun en hulp. Als de situatie niet voldoende is verbeterd, dan geef jij aan dat er nog een bijeenkomst met de groep zal plaatsvinden en dank jij de leerling voor de bijdrage daaraan.

## **Hoofdstuk 7 – Leerling-bemiddeling**

### **7.1 Wat is leerling-bemiddeling?**

Bij leerling-bemiddeling zoeken twee conflictpartijen samen hun eigen oplossing onder begeleiding van twee leerling-bemiddelaars. De bemiddelaars dragen zelf geen oplossing aan, hij/zij begeleiden alleen het proces en leiden het gesprek in goede banen. De partijen houden zelf het heft in handen en nemen verantwoordelijkheid voor hun eigen aandeel in het conflict én de oplossing.

Op school betekent dit dat twee oudere leerlingen, twee leerlingen uit lagere klassen die een conflict hebben, helpen hun eigen oplossing te vinden voor het conflict. Dit heeft een meerwaarde op de volgende terreinen:

1. De autonomie van de leerlingen wordt versterkt. Er wordt niet over hen besloten; zij kunnen allebei hun verhaal doen en samen, onder begeleiding van getrainde bemiddelaars, op zoek gaan naar wat voor hen belangrijk is en zoeken naar een oplossing.
2. Wanneer een conflict daadwerkelijk wordt opgelost, levert dit een groot leermoment op bij zowel de leerlingen die een conflict hebben als de bemiddelaars.
3. De gezagsverhouding tussen de leerlingen die een conflict hebben en de peermediators is er één van gelijken, waardoor het een minder ‘autoritair’ gevoel oproept bij de leerlingen.
4. Bijkomend voordeel is dat de werkdruk van mentoren wordt verlaagd, zodat zij meer aandacht kunnen besteden aan andere mentortaken.

### **7.2 Wanneer wordt leerling-bemiddeling ingezet?**

- leerling-bemiddeling wordt niet in alle conflictsituaties ingezet. Het wordt niet ingezet bij strafbare conflicten (denk aan geweld, vernielingen, enz.)
- structureel ernstig pestgedrag
- conflicten waar een onderliggende problematiek als een thuissituatie of bijvoorbeeld depressiviteit wordt waargenomen.

De bemiddeling wordt stopgezet zodra de bemiddelaar indruk krijgt van deze uitzonderingen.

Leerling-bemiddeling wordt wél ingezet bij conflicten als: licht pestgedrag, schelden, beëindigen van vriendschappen, enz. Verantwoordelijk voor de goede gang van zaken is de docent Mevr. Keur. Zij is de coördinator van de leerling-bemiddeling.

## Hoofdstuk 8 – Als het toch uit de hand is gelopen

### 8.1 Vertrouwenspersoon en klachtencommissie

Ouders kunnen, ondanks alle inspanningen van school, niet tevreden zijn over de aanpak van het pestprobleem. Als de gesprekken niet meer soepel verlopen kunnen ouders gewezen worden op de mogelijkheid van bemiddeling door de vertrouwenspersoon (vertrouwenspersoon@nuenenscollege.nl). Verder hebben ouders het recht om een klacht in te dienen bij de klachtencommissie van Vereniging OMO. Zie ‘beleid en reglementen’ op de website van Ons Middelbaar Onderwijs.

### 8.2 Strafbare feiten

Pesten kent vele uitingsvormen en gradaties. Sommige uitingen zijn bij wet strafbaar. In dergelijke gevallen doen scholen en/of andere betrokken partijen er verstandig aan om het pestgedrag niet zelf op te lossen, maar hiervoor de hulp van de wijkagent of de politie in te roepen. De kwestie wordt dan verder door justitie afgehandeld. In het Wetboek van Strafrecht (zie [www.wetten.nu](http://www.wetten.nu)) staat het volgende over strafbare feiten die voor kunnen komen bij pesten:

- Belediging (artikel 266).
- Discriminatie (artikel 137c).
- Smaad/laster (artikel 261).
- Bedreiging (artikel 285).
- Aanranding (artikel 285).
- Afdreiging en afpersing (artikel 317).
- Mishandeling (artikel 300).
- Vernieling (artikel 350).

Het nieuwe pesten (cyberpesten) kent aanvullingen op deze lijst aan strafbare feiten, zoals:

- Belaging; stalken met appjes (artikel 285b).
- Kinderporno (artikel 240b).
- Cyberchantage (artikel 246).
- Hacking (artikel 138a).
- Vernieling van computergegevens (artikel 350a).
- Portretrecht: het portretrecht bepaalt dat opnames niet zonder toestemming van degene die gefotografeerd of gefilmd is, verspreid mogen worden -via internet-. Leerlingen die ongevraagd afbeeldingen van hun verspreiden via smartphone, zijn conform dit portretrecht strafbaar. Als het portretrecht geschonden is, kan de geportretteerde op basis hiervan aangifte doen bij de politie.