

Pesten

is niet cool

Over pesten en wat we er tegen doen.

Voorwoord

Dit is het pestbeleid van het Trajectum College. Het bevat enerzijds richtlijnen bij geconstateerd pestgedrag, anderzijds staan er ook voorwaarden en activiteiten in die pesten kunnen voorkomen.

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

Het lastige is dat veel pestgedrag niet zichtbaar is, het speelt zich verscholen af. Daardoor is het moeilijk om er greep op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten we niet altijd hoe we ermee om kunnen gaan.

Het doel van het pestbeleid is om docenten, ouders en leerlingen handvatten te bieden in het signaleren, voorkomen en tegengaan van pesten en/of cyberpesten.

Op het Trajectum-College wordt er vanuit verschillende perspectieven gekeken naar 'pesten en cyberpesten'. Iedereen heeft zijn eigen taken met betrekking tot het voorkomen en tegengaan van pesten.

Leraren, directie en onderwijsondersteunend personeel hebben een taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf).

Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen en interesse te tonen in en te luisteren naar wat zij te vertellen hebben. Leerlingen en ouders moeten serieus genomen worden. Tijdens de mentorlessen wordt de groepssfeer besproken. Uiteraard is hierbij aandacht voor de omgang met elkaar, voor het scheppen van een veilig klimaat. Er worden samen met de leerlingen afspraken gemaakt (vanuit het Vreedzame School programma) en alle partijen zien toe op de naleving.

Voor leerlingen en hun ouders biedt dit pestbeleid een handvat in het geval ze te maken krijgen met pesten en/of cyberpesten. De in dit beleid opgenomen informatie en verwijzingen kunnen helpen bij het vinden van ondersteuning.

Samenvatting

Plagen is een eenmalig incident dat beide partijen niet als bedreigend of vervelend ervaren. Het wordt als een grapje bedoeld. Plagen heeft ook een pedagogische waarde. Pesten is ernstiger. Pesten is opzettelijk bedoeld. Degene die het ondergaat bepaalt of er sprake is van pesten. Pesten kan plaatsvinden in de vorm van: woorden, lichamelijk, achtervolgen, uitsluiting, stelen/vernietiging of afpersing.

Onze school heeft het Nationaal Onderwijsprotocol ondertekend. Dat betekent dat wij ons verbonden hebben aan de vijfsporenaanpak. Dat houdt in dat het Trajectum-college zorgt voor:

Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt.

Het bieden van steun aan de pester.

Het betrekken van de middengroep bij het probleem.

Het bieden van steun aan de ouders.

De algemene verantwoordelijkheid van de school

Het Trajectum-College is een Vreedzame School. Dat betekent dat wij er van uit gaan dat hoe beter leerlingen elkaar accepteren, hoe minder er gepest zal worden. Deze methodiek is een vorm van preventieve aanpak tegen pesten. Een andere preventieve maatregel schuilt in de rol van de mentor. De mentor zorgt voor een veilig klassenklimaat en gebruikt daarvoor o.a. een anti-pestcontract. Daarin worden samen met de klas afspraken omtrent pesten gemaakt. Daarnaast spelen docenten een belangrijke rol. Docenten hebben een voorbeeldfunctie en het is daarom belangrijk dat zij zich hiervan bewust zijn en gedrag laten zien dat zij ook van de leerlingen verwachten. Daarnaast is het belangrijk dat zij leerlingen stimuleren tot gewenst gedrag door hierop positief te reageren.

Mochten alle preventieve maatregelen pesten niet kunnen voorkomen, dan hanteren we de "No-Blame" aanpak. Daarbij wordt met alle betrokkenen, met behulp van de mentor en de vertrouwensleerlingen van de klas, op zoek gegaan naar een oplossing om het pesten te stoppen.

Naast 'gewoon' pesten is er ook cyberpesten. Cyberpesten, ook wel digitaal pesten genoemd, is een vorm van pesten waarbij gebruik wordt gemaakt van communicatietechnologieën en media. Cyberpesten kan plaatsvinden via mobiel, sociale netwerksites, foto's en filmpjes, websites, webcam en hacken. Als er een melding wordt gedaan van cyberpesten, volgt hetzelfde stappenplan als na een melding van pesten op school.

Dit beleid wordt verspreid onder allen die verbonden zijn aan onze school, zodat we in samenwerking met elkaar het pesten kunnen bestrijden.

Inhoudsopgave

Voorwoord	3	
Samenvatting	4	
Hoofdstuk 1. Het wettelijke kader		6
Hoofdstuk 2: Pesten	7	
Hoofdstuk 3: Cyberpesten	12	
Hoofdstuk 4: Het pest-protocol		13
Hoofdstuk 5: Stappenplan na een melding van pesten		16
Bronnenlijst	19	

Hoofdstuk 1. Het wettelijke kader

Scholen in PO en VO zijn sinds 1 januari 2006 verplicht een plan op te stellen voor veiligheid, gezondheid en milieu conform de cao's basis- en voorgezet onderwijs. Dit plan wordt ook wel (school-) veiligheidsplan genoemd. Hierin beschrijft een school hoe zij fysieke en sociale veiligheid in en om het schoolgebouw waarborgt. Hieronder valt ook de aanpak tegen het pesten. Meestal legt de school in een pestprotocol vast wat zij onder pesten verstaat, hoe de school dit gedrag signaleert en hoe zij ermee omgaat.

Plan van aanpak tegen pesten

Eind maart 2013 stuurden staatssecretaris Dekker (OCW) en de Kinderombudsman een "Plan van Aanpak tegen Pesten" naar de Tweede Kamer en naar de scholen. In dit plan werd beschreven waarom het noodzakelijk is om te komen tot een integrale aanpak tegen het pesten en waarom pesten zo lastig te bestrijden is. Tegelijkertijd werden een aantal initiatieven aangekondigd om te komen tot een doeltreffend beleid gericht op preventie en het oplossen van (pest-)problemen.

Onderstaand overzicht toont de aangekondigde initiatieven die inmiddels in ontwikkeling zijn bij het Trajectum College:

Een schoolbrede en structurele aanpak van het pesten.

Gebruik van een bewezen effectief anti-pestprogramma.

Het monitoren van de sociale veiligheid op school.

De aanwezigheid van een vertrouwenspersoon in de school.
Een helder pestprotocol.
De aanwezigheid van een programma waarbinnen aandacht besteed wordt aan (het voorkomen van) pesten.
Een helder sanctiebeleid.
Regelmatige oudercontacten o.a. over pesten, in elk geval in het begin van ieder schooljaar.
Aandacht voor de afhandeling van klachten over pesten (zo nodig verbetering/aanpassing klachtenregeling).
Ontwikkeling van programma's die gericht zijn op het tegengaan van cyberpesten.
Aanbod aan docenten van na- en bijscholingsprogramma's op dit thema.

De eerste vier bovengenoemde zaken vallen onder inspectietoezicht.

Hoofdstuk 2: Pesten

Omdat het verschil tussen plagen en pesten niet altijd duidelijk is, beginnen we dit hoofdstuk met een definitie van plagen. Daarna gaan we verder in op het verschil met pesten, op welke manieren er gepest kan worden en hoe je pesten kunt herkennen.

Definitie van plagen

We spreken van plagen als er een eenmalig incident is dat beide partijen niet als bedreigend of vervelend ervaren. Het gevolg van plaaggedrag is niet onaangenaam voor anderen. Als het als grapje bedoeld is, dan gaat het om plagen. Als het kind geplaagd wordt, kan het er meestal de humor wel van inzien en merkt het dat er niets kwaads mee bedoeld wordt. 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.

Verskil met pesten

Plagen wordt pesten wanneer het opzettelijk bedoeld is om het kind te kwetsen. Het plagen, dat een pedagogische waarde heeft, heeft dan nadelige gevolgen voor degene die het ondergaat. Degene die het ondergaat bepaalt dus of er sprake is van pesten. Bovendien gebeurt pesten regelmatig zonder dat het kind er iets tegen kan doen. Er is dan sprake van regelmatige en systematisch bedreiging en intimidatie.

Wat voor de één een vorm van ongewenst gedrag is, hoeft dat voor de ander niet te zijn. Wat voor de één een plagerijtje of grapje is, kan door de ontvanger erg vervelend of kwetsend worden ervaren. Iemand bedoelt het misschien niet persoonlijk, maar zo kan het wel voor de ontvanger overkomen. Daarom is het nodig om het in voorkomende gevallen bespreekbaar te maken. Op het Trajectum-College doen we dat volgens de "No Blame" aanpak vanuit de Vreedzame School. In hoofdstuk 5 kunt u hier meer over lezen.

Verschillende pesterijen

Er kan op veel verschillende manieren worden gepest:

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.

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

Uitsluiting: doodzwijgen en negeren, uitsluiten van feestjes, bij groepsopdrachten, niet mee mogen fietsen school/huis, er niet bij mogen horen in de groepjes tijdens de pauze.

Stelen en vernielen: afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen. Kapot maken van schoolspullen en/of andere eigendommen. Banden lek prikken, fiets beschadigen.

Afpersing: dwingen om geld of spullen af te geven het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen. Spullen voor anderen in de kluis doen.

Cyberpesten: anonieme berichten versturen via internet en mobiele telefoon schelden, roddelen, bedreigen, foto's van mobieltjes en webcam op internet plaatsen.
Privégegevens op een site plaatsen.

Hacken: wachtwoorden en credits stelen en misbruiken, haatprofielen aanmaken virussen sturen. Ongevraagd nummers doorgeven.

In hoofdstuk 6 wordt nader aandacht besteed aan cyberpesten (digitaal pesten).

Pestsignalen

Er is een aantal signalen dat kan wijzen op de aanwezigheid van pestgedrag:

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 kunnen 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.

Betrokken partijen

In het geval van pesten worden meerdere partijen betrokken: de gepeste leerling(en), de pestende leerling(en), de meelopers, de zwijgende middengroep, de docenten en medewerkers, de ouders/verzorgers van de gepeste leerling of pestende leerling.

De gepeste leerling

Van belang is op te merken dat iedere leerling het mikpunt kan worden van pesterijen. Daarbij lopen sommige leerlingen 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. Veel leerlingen die gepest worden hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen het pesten en stralen dat ook uit. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep, voelen ze zich eenzaam en durven ze weinig of niets te zeggen, omdat ze bang zijn afgewezen te worden. Deze angst en onzekerheid worden verder versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor de gepeste leerling in een vicieuze cirkel komt waar hij zonder hulp zeker niet uit komt.

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.
Ouders hebben soms een "makkelijke" oplossing die niet bij het kind past.
De pestende leerling (pester).

De pestende leerling

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Zij zijn of lijken populair maar zijn dat uiteindelijk niet omdat ze dit afdwingen en door te laten zien hoe sterk ze zijn en wat ze allemaal durven. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken.

Meisjes pesten in drie kwart van de gevallen door middel van psychisch geweld (buitensluiten, roddelen) en voor de rest door middel van fysiek geweld (slaan, schoppen). Bij jongens is dat precies andersom. Agressieve pestende leerlingen zijn niet alleen fysiek sterker dan de rest van de klas, ze hebben ook vaak een slecht ontwikkeld empathisch (invoelend) vermogen, zijn impulsief en domineren graag andere kinderen.

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, naar beleving van de pester, vraagt het slachtoffer er immers zelf om, om gepest te worden.

Een pestende leerling heeft niet geleerd zijn agressie op een andere manier te uiten dan door het ongewenste pestgedrag te vertonen. Ook pestende leerlingen hebben op de langere termijn last van hun pestgedrag. Door hun verkeerde en vooral beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om een vriendschap op te bouwen en te onderhouden op andere gronden dan die van macht en het delen in die macht. Pestende leerlingen maken geen normale sociale ontwikkeling door met alle gevolgen van dien ook voor henzelf.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

Een problematische thuissituatie, negatief voorbeeldgedrag van ouders.

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. Zulke spanningen kunnen door pesters 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

De meeste leerlingen zijn niet direct betrokken bij het actief pesten, zij houden zich afzijdig als er gepest wordt, maar voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen.

Er zijn ook leerlingen die uit angst of uit berekening af en toe meedoen met het pesten. Dit zijn de zogenaamde 'meelopers'. Zij doen dit meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen. Het kan echter ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te kunnen liften met de pester. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen.

Het schoolpersoneel

Pesten is vaak een goed bewaard groepsgeheim: veel leerlingen weten dat er in de groep wordt gepest, toch durft niemand het aan de docent of ouder te vertellen.

Docenten, directie en onderwijsondersteunend personeel hebben de plicht vermoedens van pesten door te geven aan de mentoren van de betreffende leerling (zowel van pester als van gepeste). Zij hebben een taak (samen met leerlingen en ouders) in het voorkómen van pesten en mocht het zich voordoen, in het serieus nemen van het probleem.

Dat betekent dat mentoren zowel bij de gepeste als bij de pester achterhalen wat er precies gebeurd is (gepeste leerling), wat de achterliggende redenen zijn (pester), welke oplossingen er zijn en welke hulp aangeboden moet worden. De pester zal bovendien geconfronteerd moeten worden met zijn gedrag (en het gebrek aan empathisch vermogen) en de gevolgen daarvan. Daarnaast houden mentoren groeps gesprekken, hebben ze aandacht 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.

De ouders/verzorgers

Wanneer leerlingen worden gepest, durven ze dit in de meeste gevallen niet aan hun ouders te vertellen. 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 pestende leerling zelf hebben uitgelokt en het dus verdienen gepest te worden.

De ouders/verzorgers kunnen in dit geval een belangrijke rol spelen door te luisteren naar de behoefte van hun kind als deze gepest wordt: wil het kind dat er wel/niet actie wordt ondernomen richting school? Waar is het bang voor?

Ouders/verzorgers van het pestende kind kunnen hun kind hierop aanspreken en het goede voorbeeld geven. Verder kan het gedrag van ouders/verzorgers een verkeerd voorbeeld zijn voor het kind. In dat geval is het belangrijk hierop aanspreekbaar te zijn.

Hoofdstuk 3: Cyberpesten

Cyberpesten, ook wel digitaal pesten genoemd, is een vorm van pesten waarbij gebruik wordt gemaakt van communicatietechnologieën en media. Net als bij het traditionele pesten gaat het erom iemand doelbewust pijn te doen. Niet

één keer, maar met een bepaalde regelmaat over een lange periode. Bij cyberpesten krijgen slachtoffers weinig kans om zich te verdedigen, want het is niet altijd duidelijk wie de pesters zijn. Door het anonieme en tegelijkertijd zeer nabije karakter van het cyberpesten wordt het een stuk directer en agressiever dan het traditionele pesten. Cyberpesten is veel harder dan gewoon pesten. Ouders en leerkrachten zien het zelden, waardoor ingrijpen moeilijker is dan bij het traditionele pesten.

Verschillende vormen van cyberpesten

Via mobiel:

Whatsapp, Snapchat, Instagram, sms en chats.

Via sociale netwerksites zoals facebook: fake profielen, nare foto's plaatsen, een apart profiel wordt gemaakt waarop de persoon belachelijk wordt gemaakt.

Via foto's en filmpjes: via snapchat en/of Instagram ongewenste foto's versturen, zonder toestemming foto's maken en versturen, vechtpartijen filmen en rondsturen, happy slapping (voor de gein iemand schoppen, slaan en hier een filmpje van maken).

Via websites: privacyschending, hatewebsites.

Stalking: het continue lastigvallen van iemand door het blijven sturen van hatemail of berichtjes.

Webcam-seks:

beelden die gemaakt worden kunnen door een ander opgeslagen worden en bijvoorbeeld rondgespreid worden onder andere kinderen.

Hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander mails versturen met de bedoeling iemand te kwetsen of te irriteren.

Mogelijke signalen voor cyberpesten

Dit gedrag is voornamelijk in de thuissituatie te zien, dus zal voornamelijk door ouder(s)/verzorger(s) kunnen worden gesignaleerd.

Nervositeit vlak voor of na het computeren.

Om geld of 'virtuele credits' vragen, omdat de leerling geld of eigendommen op internet is 'verloren'.

Opeens scheldwoorden gebruiken tegen anderen die u nooit eerder hebt gehoord.

Extrem competitief gedrag vertonen tegenover familieleden, vrienden of klasgenoten.

Vermijdingsgedrag. De leerling zit niet meer of weinig op Internet.

Angsten. De leerling durft zijn of haar e-mail niet meer te lezen (Wantenaar, 2006).

Hoofdstuk 4: Het pest-protocol

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

Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; leerkrachten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. Met het ondertekenen van het Nationaal onderwijsprotocol (zie bijlage F) laten alle betrokken partijen zien, dat zij bereid zijn tot samenwerking om de problemen rond pesten aan te pakken.

De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.

De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt.

De school ontplooit preventieve (les)activiteiten.

De vijfsporenaanpak

Door het ondertekenen van het Nationaal onderwijsprotocol heeft de school zich verbonden aan de vijfsporenaanpak. Dit houdt in:

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.

Het bieden van steun aan de jongere die gepest wordt

Het probleem wordt serieus genomen.

Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurd is.

Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen.

Het aanbieden van hulp door de counselor.

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 counselor.

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.

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. Maar 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

Om bij te dragen aan een veilig schoolklimaat heeft het Trajectum-college ervoor gekozen gebruik te maken van het "Vreedzame School" programma. Dit is een programma voor sociale competentie en democratisch burgerschap. Het gaat uit van de school als leefgemeenschap, waarin leerlingen gehoord en gezien worden, een stem krijgen en leren om samen beslissingen te nemen en conflicten op te lossen. Leerlingen voelen zich verantwoordelijk voor elkaar en voor de gemeenschap en ze staan open voor de verschillen tussen mensen.

Het programma van de "Vreedzame School" voorziet in een lesaanbod voor alle leerjaren. Elk semester komen er diverse thema's rondom sociale competentie en democratisch burgerschap aan bod.

Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas, waarbij het onderling plagen en pesten benoemd en onderscheiden wordt. Vervolgens stelt hij met alle leerlingen van de klas een anti-pestcontract op.

Dit contract kan per klas verschillen, omdat het door de leerlingen zelf opgesteld en ondertekend wordt. Voorwaarde voor het contract is dat de regels bondig en eenduidig moeten zijn en vooral positief geformuleerd. Het klassencontract wordt ingelijst en opgehangen op een prominente plaats in het mentorlokaal.

De mentor benadrukt vervolgens dat het melden van pesten verplicht is en niet als klikken beschouwd mag worden.

Leerlingen spiegelen zich aan het gedrag van degenen die hen opvoeden (o.a. ouders/verzorgers/docenten). Het is belangrijk ons dat te realiseren. Dat betekent dat we ons bewust moeten zijn van ons gedrag: bv. over hoe we praten over of tegen anderen (kleinerend, kwetsend). Dit kan leerlingen dermate raken, dat deze de opvoeder niet meer vertrouwt en zich af gaat zetten of zich niet meer geaccepteerd voelt, hetgeen zich kan uiten in pestgedrag of in gepest worden. Het voorbeeldgedrag van de volwassen opvoeder is derhalve een preventieve maatregel tegen pesten.

Positief gedrag benoemen en signaleren is een andere manier om pesten tegen te gaan. Dit kan door aan alle leerlingen/ de hele klas je waardering te uiten en welgemeende aandacht te geven. Dit vergroot het vertrouwen in elkaar en laat zien dat iedereen gelijk behandeld wordt. Daarmee wordt bovendien een buffer gecreëerd om evt. ongewenst gedrag beter te kunnen "horen" en om te zetten naar gewenst gedrag.

Hoofdstuk 5: Stappenplan na een melding van pesten

Als er binnen het Trajectum College sprake is van pestgedrag, kan de "No-Blame" aanpak worden ingezet. Bij deze aanpak wordt naast de gepeste en de pester ook de zwijgende middengroep aangesproken op de verantwoordelijkheid voor elkaar. Hierdoor krijgt niemand in het bijzonder de schuld en wordt pesten een gezamenlijk probleem.

De 7 stappen van de No-Blame aanpak

Stap

1: Gesprek met het slachtoffer: Als de docent merkt of hoort dat er gepest wordt, voert hij een gesprek met het slachtoffer. Het doel van dit gesprek is te achterhalen wat de situatie is, wat de gevoelens van het slachtoffer zijn en wie er betrokken zijn geweest bij het pesten. Het is niet nodig om na te gaan wat er allemaal is gebeurd. De docent garandeert de leerling dat hij met andere leerlingen alleen over de gevoelens van de gepeste leerling zal praten en dat hij de daders niet zal straffen. De docent maakt de leerling duidelijk dat hij ervoor zal zorgen dat het pesten ophoudt.

Stap

2: Gesprek met de dader(s): De docent regelt een gesprek met alle leerlingen die bij het pesten betrokken zijn, zoals de dader(s), de zwijgende middengroep en vrienden van het slachtoffer. Het slachtoffer is niet aanwezig. Een groepsgrootte van zes tot acht leerlingen is het beste. De sfeer tijdens het gesprek moet zo rustig en ontspannen mogelijk zijn.

Stap

3: Het probleem duidelijk maken: De docent legt het doel van het gesprek uit. Het doel is om een oplossing te zoeken voor het pestprobleem en duidelijk te maken hoe het slachtoffer zich voelt. De docent maakt de groep zonder verwijten duidelijk wat het slachtoffer voelt. Als de leerlingen vertellen wat er gebeurd is, gaat de leerkracht daar nauwelijks op in. De docent legt ook uit dat het gesprek niet bedoeld is om de schuldigen te straffen.

Stap

4: De verantwoordelijkheid verdelen: De docent benadrukt dat de leerlingen er verantwoordelijk voor zijn dat het slachtoffer zich weer goed gaat voelen. De groep kan dus iets aan het probleem doen.

Stap

5: De daders naar tips voor oplossingen vragen: Één voor één wordt aan alle betrokken leerlingen gevraagd welke ideeën ze hebben om het slachtoffer te helpen, zodat het zich op school en in de klas gelukkiger gaat voelen. De leerkracht begint met de vrienden van het slachtoffer en de zwijgende middengroep en geeft tot slot pas de dader het woord. De leerkracht spreekt voor elk voorstel zijn positieve waardering uit.

Stap

6: De verantwoordelijkheid op de daders overdragen: Het gesprek eindigt met dat de docent de verantwoordelijkheid om het probleem op te lossen op de groep overdraagt. De mediators (vertrouwensleerlingen) worden ingeschakeld. Dit zijn er 2 per klas. Deze mediators proberen onpartijdig tussen de partijen die deel uit maken van het probleem, te bemiddelen. In gezamenlijkheid worden er oplossingen gezocht en vervolgens houden de leerlingen elkaar daaraan. Hierbij wordt een beroep gedaan op de eigen kracht van leerlingen. Er wordt tussen docent en betrokkenen een afspraak gemaakt voor een vervolgspraak, waarin besproken wordt wat er veranderd is.

Stap

7: Evaluatie: Ongeveer een week later praat de docent individueel met elk groepslid over hoe het gegaan is. Zo krijgt hij inzicht in de veranderingen. De leerkracht interviewt ieder apart en vraagt wat er verbeterd is. Zo nodig kunnen de stappen nog eens doorgenomen worden en kan een andere groep samengesteld worden.

Rol van de 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 (bij mentoren) om hulp en overleg in gang te zetten. Op die manier blijft de school een veilige omgeving voor alle leerlingen.

Rol van de mentor

De mentor is de spil in de begeleiding op het Trajectum College. Wanneer het pesten binnen klassenverband plaatsvindt is hij degene die de "No-Blame" aanpak inzet en volgt. De mentor is verantwoordelijk voor het op de hoogte stellen van vakdocenten, teamleider, zorgteam en ouders van beide partijen. Bovendien houdt de mentor de contactverslagen bij van de gevoerde gesprekken en gemaakte afspraken, zodat andere docenten op de hoogte zijn en blijven van de actuele afspraken. Bij herhaling van het pestgedrag schakelt de mentor de teamleider in en overhandigt hij het dossier waarin de gebeurtenissen en de gemaakte afspraken beschreven staan.

Rol van de teamleider

De teamleider organiseert een bijeenkomst met de mentor en de zorgcoördinator als het pesten voortduurt of wanneer het pesten het klassenverband overstijgt. Het pestprobleem wordt besproken en er wordt besproken welke rol het zorgteam kan spelen bij het oplossen van het probleem. Dit kan bestaan uit ondersteuning van de mentor, observaties van de klas, individuele gesprekken met de dader en het slachtoffer door de orthopedagoog of een combinatie van genoemde. Na toestemming van ouders (pester en/of gepeste) kan er ook voor gekozen worden het probleem voor te leggen aan de kernpartners van de school. De teamleider stelt ouders van zowel het slachtoffer als de dader op de hoogte van de mogelijke vervolgstappen bij herhaling van pesten en bespreekt zonedig met ouders van zowel pester als gepeste mogelijkheden tot hulp. De teamleider koppelt alle informatie weer terug aan de mentor.

Rol van het zorgteam

Het zorgteam kijkt samen met mentoren en coördinatoren tijdens de verschillende fasen in het proces welke ondersteuning nodig is aan de groep en/of aan het individu.

De rol van ouders/verzorgers

De mentor brengt de ouders/verzorgers van beide partijen op de hoogte van het pestprobleem. Ouders hebben daarnaast ook een signalerende rol. Als ouders/verzorgers merken dat er sprake is van pestgedrag in de school of dat hun kind pest of gepest wordt, is het belangrijk dat zij hierover contact opnemen met de mentor van hun kind.

Belangrijk is dan te melden wie er pest of gepest wordt en op welke manier dit gebeurt. De mentor zet vervolgens de "No-Blame" aanpak in om het pestprobleem te verhelderen en op te lossen.

De rol van de vertrouwenspersoon

De vertrouwenspersoon heeft een meldingsplicht t.a.v. de mentor.

Sancties

Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, wordt hij ertoe verplicht om individueel een programma te volgen. Dit vindt plaats in de eigen tijd en dus niet tijdens schooltijd. Het doel van dit programma is reflectie en het gevoelig maken van de pester voor wat hij aanricht bij de gepeste leerling. Het kan hierbij gaan om een schoolintern-traject of een traject bij een externe hulpinstantie.

De ouders worden van dit traject op de hoogte gesteld. Wanneer ook dit traject geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een schorsing van een dag.

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. De pester zal in dat geval van school worden verwijderd.

Los van wat hiervoor is bepaald kan, afhankelijk van de ernst van het pesten of het pestincident, de schoolleiding op ieder moment straffen opleggen. Daarbij kan als uiterste sanctie ook schorsing en verwijdering aan de orde zijn.

Bronnenlijst

Goossens, F., Vermande, M., Meulen, M. van der. (2012). Pesten op school: achtergronden en interventies. Den Haag: Boom Lemma Uitgevers.

Ruigrok, J. (2010). Handboek alles over pesten. Esch: Quirijn.

Limper, M. (2006). Nergens meer veilig : digitaal pesten, wat is het en hoe ga je ermee om? Almere: Vereniging voor Openbaar Onderwijs.

Dekker, S., & Dullaert, M. (25 maart 2013). Plan van aanpak tegen pesten. Geraadpleegd van

<http://www.rijksoverheid.nl/documenten-en-publicaties/rapporten/2013/03/25/plan-van-aanpak-tegen-pestent.html>

NJI. (z.d.). Effectieve interventies. De Vreedzame School. Geraadpleegd van <http://nji.nl/nl/Databanken/Databank-Effectieve-Jeugdinterventies/Erkende-interventies/De-Vreedzame-School>

Munro, S. (2003). Pesten bij kinderen: hoe kunt u als ouder helpen. Oosterhout: Deltas.

Redactie Snap je Kind!. (z.d.). Pesten op school. Geraadpleegd van <http://www.snapjekind.nl/artikelen/pesten-op-school>

No Blame Nederland. (z.d.). Inleiding. Geraadpleegd van <http://www.noblame.nl/cursus-info/inleiding>

De Vreedzame School. (z.d.). De Vreedzame School in het Voortgezet Onderwijs. Geraadpleegd van <http://www.devreedzameschool.net/andere-onderwijstypes/voortgezet-onderwijs-1>

