

AMADEUS
lyceum



Anti-pestprotocol

Amadeus Lyceum Vleuten

AMADEUS
lyceum



Inhoudsopgave

Vooraf	2
1. Pesten	
Wat is pesten?	3
Hoe wordt er gepest?	3
De gepeste leerling	3
Signalen van pesten	4
De pester	4
De meelopers en de andere leerlingen	4
Het aanpakken van pesten	4
2. Het anti -pestprotocol	
Uitgangspunten	5
De vijfsporenaanpak	5
Preventieve maatregelen	6
3. Het stappenplan na een melding van pesten	
De OOP'er	7
Vakexpert	7
Mentor	7
Anti pest coördinator	7
Afdelings leider	7
Het pestproject	8
Schorsing	8
Schoolverwijdering	8
4. Cyberpesten	
Wat is cyberpesten?	9
Hoe wordt er gepest?	9
Het Stappenplan na een melding van cyberpesten	9
5. Bijlagen	
Bijlage 1: Voorbeelden van programma's en middelen	
Bijlage 2: No blame methode	
Bijlage 3: Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	
Bijlage 4: Leidraad voor een gesprek met de leerling die pest	
Bijlage 5: Extra informatie	



1. Vooraf

Dit is het anti-pestprotocol van het Amadeus lyceum te Vleuten. Enerzijds bevat het richtlijnen bij geconstateerd pestgedrag, anderzijds bevat het ook voorwaarden en activiteiten die pesten kunnen voorkomen.

Veel van wat er in dit boekje staat, wordt al meerdere jaren toegepast binnen het Amadeus Lyceum.

In die jaren hebben we opnieuw gemerkt, dat alles wat we willen doen voor onze leerlingen valt of staat bij de signalering en/of melding van pestgedrag. Het signaleren en het melden blijft een aandachtspunt, zodat de leerling met zijn probleem niet alleen blijft staan. Dit protocol is erop gericht om alle volwassenen (het schoolpersoneel en de ouders) en het liefst ook jongeren op de hoogte te brengen, van alles wat de school wil doen om een zo veilig mogelijk schoolklimaat te scheppen. Het heeft als belangrijkste doel om het vertrouwen van allen te winnen op een gebied waar nog te vaak wantrouwen overheerst. De acties die we ondernemen zijn niet statisch. Afhankelijk van alle andere ontwikkelingen binnen de school, zal ook het handelen rond pesten zich verder ontwikkelen. In dat geval zal dit protocol aangepast worden. Met dank aan het Nederlands Jeugd Instituut.



2. Pesten

Wat is pesten?

We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling regelmatig en systematisch bedreigd en geïntimideerd wordt. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend. Over de redenen waarom mensen zich agressief gedragen, bestaan allerlei theorieën. Volgens de ene theorie is geweld een onontkoombaar verschijnsel, dat op zijn best op een acceptabele wijze kan worden gekanaliseerd. Volgens een andere theorie komt geweld voort uit frustratie en kan dit worden voorkomen door ontevredenheid weg te nemen, de agressie opwekkende omgeving om te vormen en reflectie op het gedrag te stimuleren. Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen slachtoffer worden. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen. Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er greep op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten leerkrachten en anderen niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan. Experts en onderwijsondersteunend personeel hebben echter een taak (samen met de ouders en de leerlingen zelf) bij het tegengaan van pesten. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar de leerlingen. Voor mentoren betekent het dat ze groeps gesprekken houden, aandacht hebben voor de groeps sfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep. Ze maken afspraken met de klas en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden.

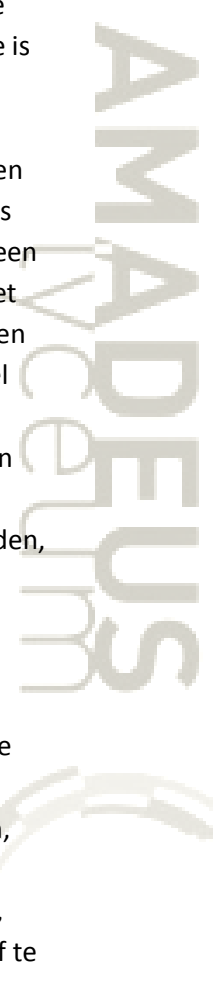
Hoe wordt er gepest?

Met woorden: vernederen, belachelijk maken, schelden, dreigen, met bijnamen aanspreken, gemene briefjes, mailtjes, appjes schrijven. Lichamelijk: trekken aan kleding, duwen en sjorren, schoppen en slaan, krabben en aan haren trekken. Achtervolgen: opjagen en achterna lopen, in de val laten lopen, klem zetten of rijden, opsluiten. Uitsluiting: doodzwijgen en negeren, uitsluiten van feestjes en bij groepsopdrachten. Stelen en vernielen: afpakken van kledingstukken, schooltas en/of schoolspullen, kliederen op boeken banden lek prikken, fiets beschadigen. Afpersing: dwingen om geld of spullen af te geven, het afdwingen om iets voor de pester te doen.

De gepeste leerling

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dat kan met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen te maken hebben. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te kiezen, 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. 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 dan nog erger wordt
- het probleem lijkt onoplosbaar
- het idee dat het niet mag klikken



Mogelijke signalen van gepest worden (ook van belang voor ouders)

- Niet meer naar school willen
- Niet meer over school vertellen thuis
- Nooit meer andere jongeren mee naar huis nemen of bij anderen gevraagd worden
- Slechtere resultaten op school dan vroeger
- Regelmatig spullen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen
- Regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben
- Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben
- De verjaardag niet willen vieren
- Niet buiten willen spelen
- Niet alleen een boodschap durven doen
- Niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan
- Bepaalde kleren niet meer willen dragen
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn
- Zelf blessures scheppen om niet naar school te hoeven

De pester

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Zij zijn of lijken populair maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken. Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig want het slachtoffer vraagt er immers om gepest te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken.
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas
- Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school; een expert is autoritair en laat op een onprettige wijze blijken dat hij de baas is. Dergelijke spanningen kunnen op een zondebok worden afgereageerd.
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau)
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid)

De meelopers en andere leerlingen

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te liften met de pester. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen. De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen.

Het aanpakken van pesten

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de school. De grote vraag is: hoe kan dat het beste en vooral hoe we dat als team het beste kunnen aanpakken.



3.Het anti-pestprotocol

- Uitgangspunten
- De vijfsporenaanpak
- Preventieve maatregelen

Het anti-pestprotocol vormt de verklaring van de vertegenwoordiging van de school en de ouders waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op school niet accepteren en volgens een vooraf bepaalde handelwijze gaan aanpakken.

Uitgangspunten

Een dergelijk protocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

1. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; leerkrachten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen. Met het ondertekenen van het Nationaal onderwijsprotocol (zie bijlage I) laten alle betrokken partijen zien, dat zij bereid zijn tot samenwerking om de problemen rond pesten aan te pakken.
2. De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
3. Experts en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. De school dient te beschikken over een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (het anti-pestprotocol).
5. 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 experts 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 gebeurt
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen
- Het aanbieden van hulp door de leerlingbegeleider



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 leerlingbegeleider

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. Echter een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op school; het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

Preventieve maatregelen

Elke mentor bespreekt ergens aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.

In de brugklas wordt aandacht besteed aan omgangsvormen en werken aan de goede groep in één of meerdere studielessen. Tijdens deze studielessen wordt het verschil besproken tussen plagen en pesten. De mentor kan ervoor kiezen om de leerlingen, aan het eind van deze les(sen), een aantal samen gemaakte afspraken betreft omgang met elkaar te laten ondertekenen.

Indien een mentor of expert daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groeps gesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd. Van de gesprekken rondom pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de pester als het slachtoffer.

Contract “veilig in school”

Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in school. Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:

- Ik accepteer de ander zoals hij is en ik discrimineer niet
- Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen
- Ik blijf van de spullen van een ander af
- Als er ruzie is, speel ik niet voor eigen rechter
- Ik gebruik geen geweld en bedreig niemand, ook niet met woorden
- Als iemand mij hindert, vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
- Als dat niet helpt, vraag ik een expert, mentor of domeinbeheerder om hulp

ANTI-PESTPROTOCOL: HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN

De domeinbeheerder of conciërge (OOP)

- Wanneer het OOP lid het pesten signaleert, grijpt deze op dat moment corrigerend in en geeft naam/namen door aan de betreffende mentor.
- Wanneer het OOP lid hoort over pesten dan neemt deze ook contact op met de mentor

De Expert

- De expert die het pesten signaleert, grijpt op dat moment corrigerend in en geeft naam/namen door aan de betreffende mentor.
- De expert die van het pesten *hoort*, neemt ook contact op met de mentor
- De expert verplicht zich om pestsignalen te noemen bij leerling-besprekingen

De mentor

- De mentor praat, wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, eerst met de gepeste en later met de pester apart. Hij maakt duidelijk dat pestgedrag niet getolereerd wordt, ongeacht de oorzaken. We duiden hier op een eenmalige correctie om ruimte te laten om de no-blame methode te gaan hanteren. De mentor begint met de registratie via het formulier uit bijlage 2. (indien nodig kan advies worden gevraagd aan de a.p.c)
- De mentoren nemen met elkaar contact op, wanneer het pesten plaatsvindt tussen leerlingen uit verschillende klassen. Zij maken afspraken over wie de betreffende leerlingen benadert.
- De mentor neemt contact op met de afdelingsleider indien het probleem zich herhaalt. Met elkaar overleggen zij voor welke aanpak gekozen gaat worden.
- Als het pesten niet stopt, wordt de situatie besproken met de a.p.c. en afdelingsleider.
- De mentor bespreekt de mogelijkheden van evt. hulpverlening met de ouders.

De anti-pestcoördinator

- De a.p.c. adviseert zo nodig de mentor bij het uitvoeren van de no-blame methode.
- De a.p.c. helpt bij het verwijzen van leerlingen naar interne of externe hulpverlening. Dit geldt zowel voor de pesters als de gepesten.

De afdelingsleider

- De afdelingsleider verplicht zich ertoe om bij alle leerling besprekingen te vragen of er sprake is van pestgedrag
- De afdelingsleider stimuleert de mentor/vakexpert bij het geringste pestgedrag actie te ondernemen en zo nodig advies/materiaal te vragen aan de a.p.c.
- De afdelingsleider heeft bij herhaling een gesprek met de gepeste en de pester(s) apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden. In contact met de pester(s) is het doel driedig, namelijk: Confronteren, mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen en helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling pesten.
- In contact met de gepeste wordt gekeken of hij/zij sociaal gedrag vertoont, waardoor hij/zij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters. (doorverwijzen training, school maatschappelijk werk)
- De afdelingsleider stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
- De afdelingsleider onderhoudt nauw contact met de a.p.c. als deze met de pester een traject doorloopt, waar bij recidief gedrag, schorsing of zelfs schoolverwijdering aan de orde kunnen komen.
- De afdelingsleider ziet erop toe dat de pester het individuele pestproject volgt na schooltijd.

Het anti-pestproject

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.

- Verplicht mee laten doen aan een Agressieregulatietraining (eigen bijdrage 35€)
- De interactieve film "It's up to you" 3x bekijken en hier een verslag over schrijven.
Vooraf benoemen waarom je bepaalde keuzes maakt.

Schorsing

Wanneer ook het verplichte pestproject geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een interne schorsing van een dag, later kan dit nog eens herhaald worden maar dan voor meerdere dagen of een externe schorsing.

Schoolverwijdering

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

Dit gebeurt alleen als uiterste situatie en wordt alleen ingezet indien de school de veiligheid van de overige leerlingen niet meer kan verantwoorden



4. Cyberpesten

Wat is Cyberpesten?

Cyberpesten (of digitaal pesten) is het pesten of misbruiken via het internet en via mobiele telefoon. Cyberpesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Tegelijkertijd komen kinderen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

“Toen ik een half jaar geleden op een woensdagmiddag op MSN ging, werd ik in tien minuten, veertien keer met de dood bedreigd, vertelt Janna (13). De dagen daarna stroomde mijn mailbox vol met berichten van een adres dat ik niet kende: “We komen je halen. Laat het licht maar aan ’s nachts”. Er ging een e-mail mijn klas langs met een foto waarop mijn hoofd op het lichaam van een pornomeisje was geplakt, daaronder stond: Deze hoer gaat sterven”. (1/07/07 uit mijn Pers)

Hoe wordt er gepest?

- pest-mail (schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen)
- stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van haat-mail of het dreigen met geweld in chatrooms.
- het tegenkomen van ongewenst materiaal zoals: porno en kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- ongewenst contact met vreemden
- webcam-seks: beelden die ontvangen worden kunnen opgeslagen worden en te zijner tijd misbruikt worden
- hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pest-mail.

Het stappenplan na een melding van cyberpesten

- 1. Bewaar de berichten.** Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen doen (Whats-app, Twitter en instagram -gesprekken opslaan).
- 2. Blokkeren van de afzender.** Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pestmail kan blokkeren.
- 3. Probeer de dader op te sporen.** Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer op school het bericht is verzonden. Neem contact op met de ICT-coördinator of de systeembeheerder. Het is mogelijk om van het IP adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden. Ook is er van alles mogelijk via de helpdesk.
- 4. Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling.** Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
- 5. Verwijs de ouders zo nodig door.** Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk: • 0800-5010: de onderwijstelefoon • 0900-11131113: de vertrouwensinspectie
- 6. Adviseer aangifte.** In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen de ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp (www.slachtofferhulp.nl, tel: 0900-0101)
- 7. A.P.C.** Verwijs de pester en/of de gepeste door naar de A.P.C. wanneer verdere begeleiding nodig is.

Bijlage 1

Voorbeelden van programma's en middelen

Mentorlessen Het creëren van een veilige school is erg belangrijk. Om dit te bereiken is intensieve begeleiding bij de groepsvorming erg belangrijk. Op onze school wordt hier veel aandacht aan besteed tijdens de mentorlessen. In deze lessen komen oefeningen en spelsituaties voor die pesten bespreekbaar maken, normen en waarden benoemt en de veiligheid binnen de klas vergroot. Om het pestgedrag in kaart te kunnen brengen is er de mogelijkheid om in de klas een vragenlijst over pesten af te nemen. De bevindingen uit deze vragenlijst zijn een aanleiding om in te spelen op wat er in de praktijk gebeurt. Een onderdeel hiervan is dat een deel van de mentorlessen zal worden ingevuld met dat wat speelt.

Enquete digitaal pesten:

<http://www.kennisnet.nl/diensten/diploma-veilig-internet/leerkrachten/pestenquete>

Projecten Voorbeeld 1: Wat je pest ben jezelf In dit project werken de leerlingen samen aan hun 'pestschrift'. Zij leren hiermee o.a. het verschil tussen plagen en pesten en gaan kijken naar andere mogelijkheden om, om te gaan met lastige situaties. Voorbeeld 2: Meidenvenijn Met de meiden van de klas wordt er in groepsverband gewerkt aan het project "Meidenvenijn is niet fijn". Dit gaat in op de verschillende rollen die meiden kunnen hebben in een groep, hoe zij hiermee om kunnen gaan en leren zij de effecten van hun gedrag.

Theatervoorstellingen Het is mogelijk om schooltheater in te huren. De leerlingen krijgen een theatervoorstelling over zaken als digitaal pesten, seksuele voorkeuren of pesten in het algemeen. Zo'n theatervoorstelling neemt de leerlingen mee in het verhaal en vaak worden de leerlingen uitgedaagd om met elkaar in discussie te gaan over gewenst en ongewenst gedrag. De oplossingen op al deze vragen worden samen met de leerlingen gezocht. Naar aanleiding van een theatervoorstelling zal er worden nagepraat in klassenverband.

Films: Ben X Pesten lijkt af te nemen vanaf het 15e levensjaar. Er wordt nog wel gepest en de impact hiervan is enorm. Om deze impact van pesten te bespreken bekijken we met de leerlingen de film Ben X of Spijt. "Ben X is een Belgische film uit 2007 van Nic Balthazar. De film is gebaseerd op het boek 'Niets was alles wat hij zei' uit de Fahrenheit-reeks. Het verhaal gaat over een jongen met het Syndroom van Asperger, die op school gepest wordt en vlucht in de virtuele wereld van een computerspel. De film 'Spijt', gebaseerd op het gelijknamige boek van Carry Slee, vertelt het verhaal van een jongen in de tweede klas, Jochem, die gepest wordt. Een groepje klasgenoten doet er alles aan om hem het leven zuur te maken. Jochem durft het aan niemand te vertellen. Wanneer het pesten maar niet lijkt te stoppen, neemt Jochem een drastisch besluit.

Preventieve film digitaal pesten: (interactieve film met lesprogramma)

<http://itsuptoyou.nu/>

Bijlage 2

No Blame methode

De No Blame methode werd in de jaren 80 in Engeland door George Robinson en Barbara Maines ontwikkeld. De methode werd vervolgens in Zwitserland en Australië bekend. In Duitsland is de No Blame methode sinds 2002 bekend. De bond voor sociale verdediging in samenwerking met 'actie mens' is bezig de No Blame methode in heel Duitsland op scholen bekend te maken en toe te passen. Inmiddels is de methode in België, Zwitserland, Nederland en beginnend in Oostenrijk en Luxemburg met succes toegepast.

Het is een oplossingsgerichte methode en staat in de traditie van de systeemtheorie en korte termijn therapie van Steve de Shazer. De oplossingsgerichte methode gaat in tegenstelling tot de probleemgeoriënteerde methode ervan uit 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, het slachtoffer te helpen en het pesten te stoppen. Hoe het probleem eruit ziet, hoe het is ontstaan en wie de dader is, is bij deze methode niet van cruciaal belang.

Het fascinerende van deze methode is dat, ondanks de serieuze problematiek van het pesten, er niet gestraft wordt. De aanpak vertrouwt op de kwaliteiten en bekwaamheden van leerlingen goede oplossingen te bedenken en toe te passen.

De No Blame aanpak is een makkelijk toe te passen en waardevol instrument om het pestgedrag te laten stoppen en het slachtoffer te helpen. De methode werkt volgens onderstaande 7 stappen met daarbij een korte uitleg.

Stap 1: gesprek met slachtoffer

- informatie vragen, geen details over wat er juist gebeurd is,
- vraag naar beleving, gevoelens van het doelwit,
- uitleg over aanpak, nadruk op niet-bestaftende aspect, vraag toestemming,
- stel met het slachtoffer een groep samen bestaande uit pesters, meelopers, vrienden en/of positief ingestelde jongeren,
- bereikbaar blijven voor het slachtoffer.

Stap 2: gesprek met de groep

- bestaat uit pesters, meelopers, vrienden en/of positief ingestelde jongeren,
- slachtoffer is niet aanwezig, dit kan de probleemoplossende aanpak bemoeilijken.

Stap 3: Het probleem duidelijk maken

- probleem duidelijk maken aan de hand van het verhaal/het gevoel van het slachtoffer,
- geen details van gebeurtenissen, geen beschuldigen,
- duidelijk maken dat er een probleem is dat moet opgelost worden.

Stap 4: De verantwoordelijkheid delen

- nadruk leggen op de oplossing en de toekomst,
- elk groepslid kan bijdragen aan de oplossing.

Stap 5: de groep naar ideeën vragen

- alle positieve voorstellen aanvaarden,
- concreet maken van de voorstellen.

Stap 6: De verantwoordelijkheid overdragen

- de verantwoordelijkheid bij de groep leggen; zij alleen kunnen het probleem oplossen,
- duidelijkheid verschaffen over het vervolgtraject,
- bedanken en vertrouwen geven.

Stap 7: Evaluatie

- Elk lid vertelt afzonderlijk over zijn bijdrage,
- indien het slachtoffer niet helemaal tevreden is, kan de procedure herhaald worden.

Registratie

De ouder(s)/verzorger(s) van de gepeste leerlingen zullen op de hoogte gesteld worden van de situatie, de genomen stappen en de nog te ondernemen stappen. De ouders wordt gevraagd de No Blame methode de kans te geven. Na de evaluatie zullen de ouders weer op de hoogte gesteld worden. Aan de hand van het No Blame format wordt zowel inhoud als proces geregistreerd. Dit verslag wordt gearchiveerd in het dossier van de betrokken leerlingen . Een korte samenvatting hiervan wordt door de mentor in het leerlingvolgsysteem geplaatst.

	Datum	Verslaglegging	Acties
<i>Stap 1: gesprek met slachtoffer</i>			
<i>Stap 2: gesprek met de groep</i>			
<i>Stap 3: Het probleem duidelijk maken</i>			
<i>Stap 4: De verantwoordelijkheid delen</i>			
<i>Stap 5: de groep naar ideeën vragen</i>			
<i>Stap 6: De verantwoordelijkheid overdragen</i>			
<i>Stap 7: Evaluatie</i>			

Bijlage 3:

Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem
 - Door wie wordt je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
 - Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
 - Hoe vaak word je gepest?
 - Hoe lang speelt het pesten al?
 - Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
 - Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
 - Zijn er jongeren die jou wel eens proberen te helpen?
 - Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?
-
- Bespreek samen met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:
 - Hoe communiceert de leerling met anderen?
 - Welke lichaamstaal speelt een rol?
 - Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
 - Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Ergens is er iets in zichzelf dat de pester gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan want **niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.**

Bijlage 4

Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest

Het doel van dit gesprek is driedelig:

- de leerling confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan
- Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
- Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt

Confronteren

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde.

Confronteren is

- probleemgericht en richt zich op gedrag wat waar te nemen is. Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht, bijvoorbeeld: je hebt cola in de tas van Piet laten lopen. Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent! Zodra we gaan interpreteren reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met kritiseren.
- relatiegericht. Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt maar met behoud van de relatie, bijvoorbeeld. Ik vind dat je heel erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt. **Zeg nooit: Je bent heel gemeen.** Je wilt duidelijk verder met de jongere. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.
- specifiek blijven. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
- veranderingsgericht. Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

Achterliggende oorzaken:

Nadat het probleem benoemt is, richt jij je op het waarom? Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Etc. Maak duidelijk dat er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. Wat ga je daaraan doen? Bied zo nodig hulp aan van de counselor (op vrijwillige basis)

Het pestgedrag moet stoppen

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

Bijlage 5

Extra informatie

-<http://www.schoolenveiligheid.nl/pesten>

Pesten (algemeen)

- www.pestweb.nl Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor voornamelijk ouders en experts.

- www.pesten.net Voor en door slachtoffers. Opgericht door Bob van der Meer, bedenker van de vijfsporenaanpak.

-<http://www.schoolenveiligheid.nl/pesten>

Cyberpesten/veilig internetgebruik/veilige school

- www.digibewust.nl Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken, over het veilig gebruik van internet.

- www.ppsi.nl PPSI is het expertisecentrum van het APS op het gebied van het voorkomen en bestrijden van seksuele intimidatie en seksueel misbruik in het onderwijs. Je kunt er ook terecht voor informatie over pesten, agressie, geweld, discriminatie en racisme.

- www.schoolenveiligheid.nl Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.

- www.veilig.kennisnet.nl Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT coördinatoren.

Ons Middelbaar Onderwijs

- www.omo.nl Regeling ter voorkoming van seksuele intimidatie, agressie, geweld (waaronder pesten) en discriminatie

Meldpunt politie digitaal pesten

<http://www.meldknop.nl>