



**College St.Paul**

*Voor ons is  
bijzonder heel gewoon*

# **ANTI- PESTPROTOCOL**

**COLLEGE ST. PAUL**

Onderdeel van het schoolveiligheidsprotocol

## Voorwoord

Op College St. Paul vinden wij het zeer belangrijk dat al onze leerlingen een veilig pedagogisch klimaat wordt geboden waarin zij zich op een adequate manier kunnen ontwikkelen in een prettige, harmonieuze leeromgeving.

Hierin spelen de docenten, onderwijsondersteunend personeel, schoolleiding en het zorgpersoneel een belangrijke rol. Het is van belang dat zij een open en prettige werksfeer creëren in de klas en daarbuiten. College St. Paul is een kleine school, waardoor er veel sprake is van herkenning en overzicht, zodat het gevoel van veiligheid wordt gecreëerd en vergroot.

Op deze manier moet het voor iedere leerling mogelijk worden het gevoel te ervaren er te mogen zijn en zichzelf te mogen zijn, binnen bepaalde gestelde persoonlijke en algemene grenzen.

‘Pesten’ is in strijd met onze normen en waarden en daarom wordt dit niet getolereerd op College St. Paul.

Dit document geeft het beleid weer t.a.v. pesten. Het is een belangrijk document voor leerlingen, ouders en medewerkers van de school. Het beschrijft wat we onder pesten verstaan, hoe pesten kan worden voorkomen en welke stappen wij ondernemen als er wordt gepest.

**Anti-pestcoördinator:** Denise Groeneveld

**Vertrouwenslijn** van College st. Paul voor o.a. het melden van pesten: 0683839798

## Inhoud

Wat is plagen? .....	4
Wat is pesten? .....	4
Voorbeelden .....	5
Hoe herken je de signalen? .....	5
Wat wordt er van de leerlingen verwacht? .....	6
Wat wordt er van het personeel verwacht? .....	6
Wat wordt er van de ouders verwacht? .....	7
Wat houdt de begeleiding in voor elke categorie? .....	7
Wat zijn preventieve maatregelen? .....	8
Wat is het stappenplan na een melding van pesten? .....	9
Cyberpesten .....	11

## Wat is plagen

Over plagen wordt gesproken wanneer de effecten van het gedrag niet onaangenaam zijn voor anderen. Meestal gaat het om een spel, het uitlokken van een reactie, een grapje. Het wordt door de betrokkenen als niet bedreigend ervaren. Plagen heeft geen negatieve gevolgen voor degene die het ondergaat. De pedagogische waarde van plagen is de speelse wijze van omgaan met 'conflictsituaties'. Later in het leven komen deze opgedane vaardigheden van passen wanneer conflicten moeten worden opgelost.

## Wat is pesten

Pesten is het systematische en langdurig uitoefenen van psychologisch of fysiek geweld door één of meerdere personen ten opzichte van één persoon, die niet (langer) in staat is zichzelf te verdedigen.

### De kenmerken:

- Het pesten gebeurt systematisch.
- De macht is ongelijk verdeeld.
- Het heeft een psychische of fysieke schade als gevolg.
- De gepeste is niet weerbaar.
- De bedoeling is om angst te veroorzaken of schade te berokkenen bij de gepeste.
- Het is een universeel verschijnsel.

### De betrokken partijen:

Bij pesten gaat het niet alleen om de 'pester' en de 'gepeste'. De pester zorgt er namelijk voor dat anderen ook zullen mee pesten om bij de groep te horen.

### **Pester**

Pesters komen heel zelfverzekerd over. Het lukt hen zelfs zo goed dat ze anderen kunnen betrekken in hun pestactiviteiten. De pester is meestal een populair/opvallend persoon die zich stoer gedraagt. Hij is een opstandig type die uitkomt voor zijn mening. De pester heeft moeite met regels en grenzen. Toch is hij minder zeker over zichzelf dan hij zich voordoet. Het pestgedrag dient meer als afleiding voor zijn eigen problemen. Het slachtoffer is vaak een uitlaatklep voor de frustraties van de pester.

### **Gepeste**

Vaak is degene die gepest wordt 'anders dan de anderen'. Dat 'anders-zijn' kan gebaseerd zijn op uiterlijke kenmerken (een bril dragen, ouderwetse kleren aan hebben), maar vooral op het niet beantwoorden aan de groepsnorm. Ook hobby's, taalgebruik, thuissituatie,... kunnen een aanleiding zijn tot pesten. De meeste gepeste kinderen kunnen zich niet goed verdedigen en kunnen geen respect afdwingen van anderen. Ze zijn stil en introvert. Ze schamen zich dat ze gepest worden en houden dan ook hun mond daaromtrent. Ze hebben weinig vrienden om op terug te vallen.

### **Middengroep**

De middengroep is zeer belangrijk. Dat zijn degenen die niet pesten en niet gepest worden.

Meestal willen ze populair zijn. Wanneer de middengroep niet reageert op het pesten, houdt het pesten waarschijnlijk op.

De middengroep is onderverdeeld in enkele kleinere groepen.

Er is een groep die zich aansluit bij de pester: het pestgroepje. Zij kunnen zich aansluiten om verschillende redenen: uit bewondering, om er voordeel uit te halen, als uitlaatklep om frustraties te uiten of uit angst om zelf gepest te worden. Er is ook een groep die het pesten niet opmerkt. Een andere groep wil er niets aandoen omdat het hen onverschillig laat, maar op deze manier stopt het pesten niet. Er is maar een hele minieme groep die reageert en opkomt voor de gepeste kinderen.

## Voorbeelden

Pesten kan dezelfde vormen van plagen aannemen. Hieronder zes categorieën.

Verbaal: schelden, uitlachen, bijnamen geven op basis van lichaamskenmerken, afkomst, geloof of seksuele voorkeur, of uitlachen na een verkeerd antwoord in de klas, via social media gemene opmerkingen verspreiden, iemand online zwartmaken, ongewild video's en foto's online verspreiden et cetera.

Fysiek: trekken, duwen, spugen, bijten, krabben, schoppen, aan de haren trekken et cetera.

Intimidatie: de doorgang versperren, klemzetten, een leerling achter na blijven lopen, dwingen spullen af te geven, seksuele intimidatie et cetera.

Isolatie: uitsluiten door voortduren duidelijk te maken dat hij of zij niet gewenst is, doodzwijgen.

Stelen of vernielen van bezittingen.

Cyberpesten: Zie het losse hoofdstuk cyberpesten voor meer informatie

## Hoe herken je de signalen

**Mogelijke signalen van een gepeste leerling:**

- isoleert zich van de anderen, soms met één vriend(in)
- is vaak betrokken bij samenscholingen of opstootjes in de klas of op de speelplaats
- is vaker afwezig, gaat niet graag naar school
- zoekt de veiligheid van de leerkracht op
- heeft psycho-somatische klachten (hoofdpijn, buikpijn)
- zijn/haar schoolresultaten gaan plots achteruit
- wordt dikwijls als laatste gekozen bij het indelen van groepjes (sportles, groepswerk)

*Naast passieve slachtoffers zijn er ook de provocerende slachtoffers. Zij vertonen vaak agressief gedrag of afwijkend sociaal gedrag (gaan vleien, klikken, afkopen) waardoor ze irritatie en spanning in hun omgeving oproepen.*

*Een afwijkend uiterlijk kenmerk (huidskleur, gestalte, gewicht, kledij) is op zich niet de oorzaak van de pesterijen, eventueel wel de aanleiding. Het maakt de afwijzing concreet en kanaliseert de opgebouwde spanning.*

### **Mogelijke signalen van een pester:**

- doet stoer en wil imponeren
- is vaak fysiek sterker dan het slachtoffer
- wil overheersen en zichzelf bewijzen, ten koste van alles
- is impulsief en reageert agressief bij tegenwerking
- heeft een groot idee van zichzelf
- omringt zich met meelopers die zorgen voor zijn aanzien
- is eerder gevreesd dan geliefd in de groep

### **Wat wordt er van de leerlingen verwacht**

Pesten is voor de hele groep nadelig. Wij verwachten van onze leerlingen dat ze pesten melden. Wij zijn ons ervan bewust dat dit alleen mogelijk is in een veilig schoolklimaat. Zoals omschreven in het pestbeleid zetten wij ons in om die veiligheid te waarborgen. Wanneer er actie wordt ondernomen op een pestsituatie verwachten wij van onze leerlingen dat ze meewerken.

### **Wat kun je doen als leerling:**

- Meld het pesten altijd aan je mentor of bij de leerlingbegeleider. Indien je dit niet wilt kun je het ook melden bij de anti-pest coördinator (Mw. Groeneveld), de vertrouwenspersoon (Dhr. van der Kraan) binnen school of via de vertrouwenslijn (0683839798).
- Vertel je vrienden wat je ervan vindt als je merkt dat iemand gepest wordt. Laat merken dat je het gedrag van de pester afkeurt. Laat dat ook merken aan de meelopers;
- Vecht of scheld niet terug. Maak je niet schuldig aan dezelfde dingen;
- Laat aan het slachtoffer merken dat jij pesten niet fair vindt. Geef het slachtoffer het idee dat niet de hele klas meepest.
- Durf uit te komen voor je eigen mening en laat je niet gebruiken door pesters om mee te pesten. Stel de pester voor om iets anders te gaan doen.

### **Wat wordt er van het personeel verwacht**

Van ons personeel wordt een positief leiderschap en pro-actieve houding verwacht. We verwachten dat ons personeel professioneel en dus bewust pedagogisch handelt.

- Observeer intensief en probeer de dader te betrappen.
- Praat met collega's over mogelijke pestsituaties, vraag ook hun mening.
- Vraag hen om in specifieke gevallen uit te kijken en op de pesterijen te reageren.
- Bevorder de communicatie rond het probleem in de schoolgemeenschap: ouders, leerlingen, personeel.

### **De mentor en zijn klas.**

- Bespreek in de klas het verschil tussen plagen, ruzie maken en pesten. Ga klasgesprekken niet uit de weg.
- Leg uit wat de gevolgen kunnen zijn.
- Geef duidelijk aan dat het gedrag van de pesters grensoverschrijdend is .
- Laat de leerlingen zelf oplossingen bedenken om de school/klas opnieuw veilig en aangenaam te maken voor iedereen.
- Leer hen hoe ze in peestsituaties kunnen reageren. Als pester met hun gedragingen geen succes meer ervaren bij de meerderheid, of op weerstand botsen, zullen de pesterijen vaak ophouden.
- De leerlingen die niet rechtstreeks bij het pesten betrokken zijn, kunnen het slachtoffer meer bij hun activiteiten betrekken en erop toezien dat de pester zijn gemaakte afspraken nakomt.
- Volg de gemaakte voorstellen en afspraken op.

### **Wat wordt er van de ouders verwacht**

De ouder(s)/verzorger(s) delen de verantwoordelijkheid voor de ontwikkeling van hun kinderen met ons. In peestsituaties verwachten wij dan ook van ouder(s)/verzorger(s) dat zij hun verantwoordelijkheid nemen in de uitvoering van het plan van aanpak.

### **Wat houdt de begeleiding in voor elke categorie**

#### **De gepeste**

- Neem het verhaal van het slachtoffer serieus, ga na wat er gebeurt en vang het kind op met ondersteunende gesprekken. Het kind moet voelen dat men hem gelooft. Geef niet de indruk dat de oplossing nabij is. Geef hem ook nooit de schuld door te zeggen dat hij meer voor zichzelf moet opkomen.
- Ga in op positieve kenmerken of op positieve reacties van de groep. Ze kunnen het zelfbeeld van het slachtoffer ondersteunen.
- Bespreek de concrete peestsituaties en bespreek alternatieve reactiewijzen: wat had je kunnen doen? Hoe zou je in het vervolg kunnen reageren?
- Ga op zoek naar de reden waarom het kind gepest wordt. Soms zal het kind extra begeleiding nodig hebben om te leren opkomen voor zichzelf of sociale vaardigheidstraining. Los het probleem niet alleen op, zoek in overleg met ouders hulp bij een externe hulpverleningsinstantie als dat nodig is.

#### **De pester**

- Spits je toe op zijn negatief of ongewenst gedrag, niet op zijn persoon. Kwets of kleiner hem niet. Hoe beter de band is tussen jou en de pester, hoe meer kans op resultaat.
- Neem hem apart voor een gesprek en vertel wat je zag.
- Maak samen afspraken
  - wat doe je om het goed te maken?
  - wat als het nog eens gebeurt?
  - hoe ga je er op letten?
- Ga op zoek naar de reden van het pesten
  - mogelijke conflicten

- zoeken naar aandacht
- belangrijk willen zijn
- Soms is verdere begeleiding nodig, in geval van gedragsproblemen, gebrek aan zelfcontrole... Bekijk dit samen met de leerlingbegeleider of meldt aan bij het Intern zorgoverleg.

#### **De ouders:**

- Uit je bezorgdheid.
- Aan college St. Paul zijn een vertrouwenspersoon en anti-pestcoördinator verbonden, zodat de drempel voor melden van pesten of gepest worden lager is. Ouders voelen zich soms bezwaard om het probleem bekend te maken.
- Bij de ouders van de pester kan het bericht hard aankomen. Het lijkt een beschuldiging. De pester kan thuis voorbeeldig en braaf zijn. Vertel uitvoerig wat op school gebeurt. Stimuleer de ouders om het probleem met hun kind te bespreken en niet meteen te bestraffen. Vertel welke sanctie hij krijgt.
- De gepeste kinderen moeten meer zelfvertrouwen krijgen. Het kan bijvoorbeeld zinvol zijn om het kind buiten school naar een club of een vereniging te laten gaan, waar zij mogelijk hun zelfvertrouwen kunnen vergroten en hun sociale netwerk uit kunnen breiden. Overtuig hun ouders dat er oplossingen zijn. Help hen zoeken naar de oorzaak van het pesten en naar alternatieve reacties op concrete pestsituaties.
- Ouders van kinderen die niet rechtstreeks met een pestgeval te maken hebben, kunnen de rol van hun kind bespreken. Ze kunnen luisteren naar de pestverhalen en die bespreken met de leerkrachten.

### **Wat zijn preventieve maatregelen**

1. Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het anti-pestprotocol. Ook wordt duidelijk uitgelegd dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.
2. In de leerjaren 1 t/m 4 wordt aandacht besteed aan pesten in een of meerdere mentorlessen/ lessen. De leerlingen onderschrijven aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (het non-contract).
3. Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgeprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd.
4. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in Magister van zowel de leerling die pest als van de leerling die gepest wordt.

#### **Zes tips:**

1. Leerlingen als vol bekijken, met ze praten, ze geloven, vertrouwen en verantwoordelijkheid geven, voorkomt frustraties en agressie.
2. Zorg voor een school waar iedereen zijn plaats heeft, waar geen anonimiteit heerst en niemand aan zijn lot wordt overgelaten.
3. Stel samenwerking boven competitie. Kanaliseer geldingsdrang naar activiteiten als discussie en sport.



4. Spreek de gedragscode ('hoe gaan we met elkaar om?') uit, een soort reglement met betrekking tot pesten. Duidelijke afspraken over wat men toelaat of niet. En daar gepast en consequent op reageren. Alle leerlingen moeten vanaf het begin van het schooljaar op de hoogte zijn van de gedragscode en regels. Ze moeten ook weten waar ze pesterijen kunnen melden. Wie ernaar streeft om (een aantal van) die regels samen met de groep op te stellen, zal minder ontgoochelingen oplopen en minder moeten sanctioneren. Zo groeien verbondenheid en verantwoordelijkheidsgevoel.
5. Een goed uitgebouwde dialoog tussen opvoeders en school onderling, zorgt voor een vlugge signalering van een probleem.
6. Nevenactiviteiten kunnen verveling en (dus) pesten voorkomen.

### **Rots en Water**

Het Rots & Water programma kan worden beschouwd als een weerbaarheids -programma en effectief anti-pest-programma, maar dan één dat zich onderscheidt van andere programma's door zijn meervoudige doelstelling en het bredere pedagogische perspectief waarbinnen de training van weerbaarheid samen gaat met de ontwikkeling van positieve sociale vaardigheden. Weerbaarheid en solidariteit, rots en water, worden in balans gepresenteerd en getraind.

Op college St. Paul zijn een aantal medewerkers tot trainer opgeleid en wordt dit programma ingezet bij een deel van onze leerlingen. Rots en Water heeft als doel het verbeteren van zelfbeheersing, zelfreflectie, zelfvertrouwen, en communicatieve en sociale vaardigheden.

Rots en Water is een bewezen effectieve anti-pest methodiek: na implementatie kan pestgedrag afnemen. Rots en Water maakt gebruik van een psychofysieke didactiek, wat inhoudt dat startend vanuit een fysieke invalshoek, mentale en sociale vaardigheden worden aangereikt en verworven. Actie (spel, spelen en simpele zelfverdedigingsvormen) wordt afgewisseld door momenten van zelfreflectie en kringgesprekken.

## **Wat is het stappenplan na een melding van pesten**

### **A. De mentor**

De mentor speelt een zeer belangrijke rol bij het neerzetten van een veilig klassenklimaat vanaf de allereerste schooldag. De nadruk van de start van ieder schooljaar ligt op het goed leren kennen en accepteren van elkaar. Ook worden er omgangsregels opgesteld in elke klas. De kern van deze regels gaan over respect: het toekennen van een hoge waarde aan iemand en er als zodanig mee omgaat.

Belangrijk hierin zijn:

- Luister naar elkaar;
- Laat elkaar uitpraten;
- Los ruzies op door met elkaar te praten over wat voor jou belangrijk is;
- Blijf van elkaar en elkaars spullen af;
- Geef aan wat en wanneer iets voor jou onprettig is;
- Meld het wanneer iemand wordt gepest; dat is geen snitchen!

Stappenplan bij pestgedrag in de klas:

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester apart. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor neemt contact op met de opvoeders/verzorgers van de pester en de gepeste en betreft hen bij de oplossing.
3. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.  
In Magister worden alle gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt genoteerd. De afspraken worden ook teruggekoppeld aan de pester en gepeste.
4. De mentor praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groeps sfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groeps lid heeft.
5. Indien het probleem escaleert, meldt de mentor het gedrag aan de leerlingbegeleider van de leerling(en).
6. Indien het probleem escaleert (zie 5) worden de opvoeders/verzorgers/verzorgers op de hoogte gesteld en zo nodig betrokken bij het vinden van een oplossing.

### **B. De leerlingbegeleider**

1. De leerlingbegeleider kan in onderling overleg, de rol van de mentor overnemen bij escalatie van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
2. Hij/zij heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
  - confronteren
  - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
  - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
4. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij bepaald gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. Hij/zij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis door een (externe) deskundige.
6. Hij/zij stelt alle betrokken opvoeders/verzorgers op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
7. Hij/zij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de opvoeders/verzorgers.
8. Hij/zij koppelt alle informatie weer terug naar de mentor (en opvoeders/verzorgers en leerling) en maakt een verslag dat wordt opgenomen in Magister.

### **C. Hulpverlening**

Wanneer de pester opnieuw in pestgedrag vervalt, wordt er door de school aangedrongen op externe hulpverlening. Dit zal samen met de leerling en zijn/haar opvoeders/verzorgers worden besproken. Dit vindt plaats in de eigen tijd en dus niet tijdens schooltijd. Het doel hiervan is reflectie, het gevoelig maken van de pester voor wat hij aanricht bij de gepeste leerling en het stoppen van pestgedrag.

### **D. Schorsing**

Wanneer bovenstaande stappen geen resultaten opleveren, volgt een schorsing van een dag. Als er ook daarna geen verbetering geconstateerd wordt krijgt de pestende leerling een langere schorsing, dit in overleg met de leerlingbegeleider en teamleider.

Indien de aard van het pesten erom vraagt, kan direct overgegaan worden op een schorsing.

### **E. Verwijdering**

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag liggen er geen perspectieven meer tot verandering. College St. Paul kan en wil geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen. Er rest College St. Paul niets anders dan verwijdering. In overleg met centrale directie en het Samenwerkingsverband wordt er gekeken naar mogelijkheden buiten de school.

## **Cyberpesten**

Cyberpesten, online pesten, digitaal pesten: het zijn termen die we gebruiken voor pestgedrag via sociale media. Omdat dit vaak anoniem gebeurt, kan deze vorm van pesten heftige vormen aannemen. Bijvoorbeeld:

- Uitsluiting van whatsapp-groepen, of continu toevoegen aan app-groepen om daar vervolgens vervelende berichten in te sturen;
- Misbruik van privégegevens (wachtwoorden stelen, het aanmaken van nep-accounts);
- Het verspreiden van beeldmateriaal (intieme foto's of filmpjes);
- Dreigtweets en haatposts op en via allerlei platformen.

### **Hoe kan cyberpesten worden voorkomen?**

Het helpt om te praten over kinderen wat zij doen op internet en maak hierover afspraken. Dit helpt om een kind weerbaar te maken.

- Deel nooit privégegevens, zoals naam, adres, telefoonnummers of naam van je school;
- Verwijder onbekenden uit de vriendenlijst;
- Adviseer het profiel in te stellen op 'Alleen zichtbaar voor vrienden';
- Houd wachtwoorden en inloggegevens altijd geheim voor iedereen;
- Verzin een goede nickname en een sterk wachtwoord;
- Plaats alleen neutrale foto's online (geen sexy foto's) of beter nog