

Anti-pestprotocol

Een stapsgewijze aanpak van pesten, kortweg "Van een goed gesprek tot vertrek"!

Auteur Anti-pestcoördinator (APC)
N. Kolsté

Versie december 2020
Laatste aanpassing maart 2021

Goedkeuring MT d.d. 2 juli 2019

Inleiding

Het Gerrit Komrij College maakt werk van een **veilige en geborgen leeromgeving**, waarin leerlingen optimaal kunnen presteren. Die veilige omgeving maken docenten, onderwijsondersteunend personeel, teamleiders en leerlingen samen en naast leren is er tijd voor het ontwikkelen van een hechte band tussen de klas en de docent. Tevens bevorderen we deze ontwikkeling door het scheppen van een open en prettige werksfeer in en om de school.

Het Gerrit Komrij College is een school *van en voor* de leerling. Dat betekent dat je niet alleen lessen volgt op school, maar dat je ook mee kunt denken over wat er op school moet gebeuren en dat je je er als leerling thuis voelt. Je wilt graag op school zijn, omdat je er nieuwe dingen leert maar ook omdat je er andere leerlingen ontmoet die belangrijk voor je zijn. Waarbij iedereen met elkaar met respect dient om te gaan.

Er is ruimte voor iedereen om zichzelf te zijn zolang dat niet in strijd is met de schoolregels of dat iemands persoonlijke grenzen overschreden worden. Het moet zo voor iedere leerling mogelijk worden om te ervaren dat zijn/haar persoonlijkheid er mag zijn. En daar past pesten niet bij.

Het anti-pestprotocol is geschreven voor leerlingen, ouders en medewerkers van het Gerrit Komrij College. Het geeft het beleid van de school weer ten aanzien van pesten. Het beschrijft wat we onder pesten verstaan, hoe pesten voorkomen kan worden en wat de aanpak is als er gepest wordt. Het biedt alle betrokkenen duidelijkheid over de specifieke aanpak van dit ongewenste gedrag.

Vanaf schooljaar 2015-2016 moet er op iedere school een anti-pestcoördinator zijn. Leerlingen kunnen altijd bij deze coördinator terecht. Ze kunnen praten over hun eigen situatie, over die van anderen of vragen stellen. De anti-pestcoördinator kan voor leerlingen bemiddelen, maar kan ook leerlingen doorverwijzen.

We moeten als school realistisch blijven en niet denken dat we pesten volledig kunnen uitbannen. Wel hebben we allemaal de plicht om ervoor te zorgen dat leerlingen er niet alleen voor staan. Die plicht geldt voor medeleerlingen, docenten, schoolleiders en ouders. Dit protocol is bedoeld om daarbij te helpen. Wij behouden ons het recht in individuele gevallen af te wijken van het protocol.

Pestgedrag kan bij elke medewerker van de school gemeld worden. Belangrijke personen bij wie je terecht kunt zijn:

Mentor	
Anti-pestcoördinator (APC)	Mevrouw N. Kolsté
Onderwijszorgsteunpunt	Top 580

E-mailadres voor leerlingen om zaken rondom pesten te melden: pesten@gerritkomrijcollege.nl

De anti-pestcoördinator wordt altijd ingelicht en registreert alle pestgevallen voor de verplichte jaarregistratie.

Het anti-pestprotocol is mede door de APC van het Gerrit Komrij College tot stand gekomen. De teksten zijn voornamelijk gehaald uit andere anti-pestprotocollen die gebruikt worden in Nederland met aanvullingen en aanpassingen die passen bij de school.

Inhoudsopgave

Inleiding	2
Inhoudsopgave	3
Definities: de grens tussen plagen en pesten	5
Plagen	5
Pesten.....	5
Soorten pestgedrag	6
Verbaal.....	6
Fysiek.....	6
Intimidatie/afpersing.....	6
Isolatie.....	6
Stelen of vernielen van bezittingen	6
Cyberpesten/digitaal pesten.....	6
Partijen bij het pestprobleem	7
De gepeste leerling	7
De pester.....	7
De meelopers en andere leerlingen (zwijgenden).....	7
Betrokkenen in het proces	8
(Vak-)docenten en onderwijsondersteunend personeel.....	8
Mentor	8
Anti-pest coördinator (APC).....	8
Ouder(s)/verzorger(s).....	8
Pestgedrag aanpakken	9
Preventieve aanpak (overgang POVO).....	9
Methode: Vijfsporen aanpak	9
Algemene aanpak.....	10
Cyberpesten/digitaal pesten aanpakken.....	12
Proces Melding pestgedrag	13
Processtappen.....	13
Schema van het proces	14

Bijlage 1: Rol van de antipestcoördinator	15
Bijlage 2: Protocol gepeste	16
Leidraad voor een gesprek met de gepeste.....	16
Feitenvragen	16
Bijlage 3: Protocol pester	17
Leidraad voor een gesprek met de pester	17
Onderwerpen voor het gesprek	17
Confronteren.....	17
Achterliggende oorzaken uitzoeken	17
Het pestgedrag moet stoppen	18
Bijlage 4: Methode Steungroep-aanpak 'No Blame'	19
Bijlage 5: Herstelrecht	21
Herstelrechtvragen voor conflicten/pesten	21
Bijlage 6: Tips bij Cyberpesten	23
Wat kunt u als ouders doen?.....	23
Waar moet ik op letten als ik internet gebruik?.....	23
Wat doe ik als ik online gepest word?	24
Bijlage 7: Ondersteuningsmateriaal (links naar internet)	25

Definities: de grens tussen plagen en pesten

Er is een verschil tussen pesten en plagen. Plagen is leuk, pesten niet. Pesten is beschadigend en levert verliezers op; plagen is groeibevorderend en zorgt ervoor dat iedereen wint. Maar de grens is niet altijd eenduidig te trekken.

Plagen

Bij plagen is er sprake van incidenten. Plagen duurt niet lang, is onregelmatig en gebeurt vaak spontaan. Ook erg belangrijk is dat bij plagen leerlingen gelijk zijn aan elkaar; er is geén machtsverhouding. Het plagen is onschuldig en nodigt uit tot een reactie van eenzelfde soort. Het gaat om spel; de rollen liggen niet vast, de ene keer plaagt de één, de andere keer plaagt de ander. Plagen gebeurt zonder kwade bijbedoelingen en is daarom vaak leuk, plezierig en grappig. Plagen is niet systematisch en degene die het ondergaat, heeft geen of ervaart geen nadelige gevolgen!

Pesten

We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling regelmatig, systematisch, bedreigend en/of intimiderend gedrag ervaart. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend. Het gebeurt regelmatig en er is een machtsverschil tussen dader en slachtoffer waardoor de leerling zich niet langer veilig voelt in de school. De gepeste is niet meer in staat voor zichzelf op te komen en ervaart duidelijk nadelige gevolgen. Pesten vindt (meestal) plaats in groepen (hoofdpester, meelopers, enz.). Soms is er niet altijd duidelijk onderscheid te maken tussen de pester en de gepeste aangezien de rollen ook om kunnen draaien. Pesten vindt online en offline plaats.

Pestgedrag moet door iedereen serieus worden genomen. Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat er moeilijk greep op te krijgen is. Als het opgemerkt wordt, kan het tevens lastig zijn hoe hiermee om te gaan. Als school hebben we samen met ouders en leerlingen de taak om pesten tegen te gaan.

Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven te vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben. Voor mentoren betekent het dat ze groepsgesprekken 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 nagekomen worden. Groepsdynamiek is heel belangrijk om pesten te kunnen voorkomen. De 1^e zes weken worden wel de 'gouden weken' genoemd en de 1^e zes weken na de kerstvakantie noemen we de 'zilveren weken'. Dit zijn belangrijke weken om in de groepsdynamiek te investeren.

Soorten pestgedrag

Verbaal

Onder verbaal pesten (met woorden) verstaan we o.a. schelden, dreigen, belachelijk maken, uitlachen, met bijnamen aanspreken, vernederen, gemene briefjes, rare geluiden maken, mensen afrekenen op lichamelijke kenmerken, afkomst, geloof, seksuele voorkeur, enz.

Fysiek

Onder fysiek pesten verstaan we o.a. duwen, trekken, sjoeren, schoppen, slaan, krabben, bijten, spugen, laten struikelen, haren trekken, wapens gebruiken, enz.

Intimidatie/afpersing

Onder intimidatie/afpersing verstaan we o.a. seksuele intimidatie, opjagen en achternalopen, opwachten, in de val laten lopen, doorgang versperren of klemzetten, bedreigen, dwingen om je bezit af te geven of geld of ander zaken mee naar school te nemen, iets voor de pestende leerling te doen.

Isolatie

Onder isolatie verstaan we o.a. uitsluiting, doodzwijgen, negeren bij bijv. groepsopdrachten/feestjes/app, duidelijk maken dat iemand niet gewenst is.

Stelen of vernielen van bezittingen

Onder stelen of vernielen van bezittingen verstaan we o.a. afpakken, beschadigen, beklieberen en kapot maken van spullen.

Cyberpesten/digitaal pesten

Onder cyberpesten/digitaal pesten verstaan we alle vormen van intimidatie via sociale media, mobiele telefoon, tablets, enz. Voorbeelden zijn: ongewenste berichten versturen, schelden, roddelen, bedreigen, foto's ongewenst delen (bijv. screenshots maken) en/of op internet plaatsen, privégegevens online plaatsen, wachtwoorden en credits stelen en misbruiken, haatprofielen aanmaken, virussen versturen, emailbom, enz. Bij deze vorm van pesten ontstaan jaarlijks veel nieuwe vormen/manieren. Cyberpesten/digitaal pesten kan veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven, omdat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Kinderen komen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

Uitgangspunt

"online=offline": wat in de echte wereld niet mag, mag ook niet in de virtuele wereld. "Share geen shit"

Voorbeelden

- Laster: (anoniem) schelden, kwetsen, beledigen, (be-)dreigen, zwart maken, discrimineren, roddelen, stalken via WhatsApp, Instagram, snapchat, facebook, twitter, enz.
- Ongevraagd foto's of filmpjes maken en rondzenden/plaatsen
- Cyberchantage
- Tegenkomen van ongewenst materiaal zoals: (kinder-)porno, gewelddadig materiaal, enz.
- Ongewenst contact met mensen/vreemden (in app groep plaatsen, enz.)
- Hate-profiel/-groep aanmaken
- Nep-account/-profiel maken
- Account hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen; uit naam van ander pest-mail sturen
- Virus verspreiden

Partijen bij het pestprobleem

De gepeste leerling

Elke leerling loopt het risico om gepest te worden. Voor sommige leerlingen is deze kans groter. Dit kan komen door uiterlijke kenmerken, gedrag, beleving en uiting van het gevoel of doordat de gepeste leerling andere interesses heeft dan zijn/haar leeftijdgenoten. 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 dingen anders of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten. Veelal is er sprake van een vicieuze cirkel: voortdurende pesterijen verlagen het zelfvertrouwen van het slachtoffer, waardoor deze zich niet kan verweren, hetgeen de pester aanmoedigt door te gaan. Een kind dat wordt gepest, praat er thuis niet altijd over. Er zijn vele mogelijke signalen van gepest worden.

De pester

Pesters zijn meestal de sterkeren in hun groep. Ze lijken populair, maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken. Pesters krijgen regelmatig andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig, omdat in hun optiek de gepeste erom vraagt om gepest te worden. Ze bagatelliseren hun acties en de gevolgen ervan. Ze kunnen zich slechts gering inleven in de rol van het slachtoffer. Pesters handelen vanuit eigen onzekerheid en hun behoefte dit te verbloemen. Soms pesten leerlingen, omdat zij in het verleden zelf slachtoffer van pesten zijn geweest. Pestgedrag van een pester kan een aantal dieperliggende oorzaken hebben.

De meelopers en andere leerlingen (zwijgenden)

Meelopers zijn leerlingen die niet direct betrokken zijn bij het pesten in de actieve rol van pester. Sommigen behouden enige afstand en anderen doen dit uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen. Het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te liften met de pester. De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen. Doordat deze zwijgende groep de gepeste leerling niet steunt en de pester niet probeert te stoppen, kan een pester zijn of haar gang gaan. Door deze groep kan het pesten heel groot worden aangezien mensen zich ermee gaan bemoeien, zonder altijd te weten waarom er gepest wordt.

Betrokkenen in het proces

Het Gerrit Komrij College pakt pesten aan vanuit de begeleidingsstructuur. Hierin spelen mentoren, docenten, OOP en teamleiders een belangrijke rol. Het is een taak van alle medewerkers alert te zijn op pestgevallen/-gedrag (signaleren) en vervolgens duidelijk stelling te nemen tegen pesten. Zij fungeren als voorbeeld wanneer het gaat om het respectvol met elkaar omgaan. Hiermee zorgen zij mede voor het creëren van een veilige sfeer en het naleven van de schoolregels.

(Vak-)docenten en onderwijsondersteunend personeel

Vakdocenten en onderwijsondersteunend personeel 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 de mentor van de gepeste leerling.

Mentor

De mentor is het eerste aanspreekpunt van de leerling en zorgt voor een veilig klimaat in de klas. Gaandeweg het schooljaar voert de mentor gesprekken met de leerlingen over het welzijn van het kind. Bij vermoedens van pesten, gaat de mentor met collega's in gesprek om een goed beeld van het klimaat in de klas te krijgen.

De mentor probeert door middel van gesprekken met docenten en leerlingen te achterhalen wie er gepest wordt, wie de pester is, wie de meelopers en evt. zwijgende leerlingen zijn, waarom er gepest wordt, waar en hoe er gepest wordt. Wanneer het pesten klas-overstijgend is, probeert de mentor dit te achterhalen. De mentor licht bij het signaleren van pesten docenten en anti-pestcoördinator in en eventueel - op advies van APC of naar eigen inschatting - de ouders.

Anti-pest coördinator (APC)

De anti-pest coördinator heeft als taak het in kaart brengen van de leerlingen die gepest worden/werden en werkt samen met TOP 580. Leerlingen kunnen bij de APC en TOP580 aangeven dat zij gepest worden. APC is mede aanspreekpunt voor ouders inzake (aanhoudend) pestgedrag op school, coördineert systematische aanpak van het pestgedrag en springt in waar nodig. Tevens dient de APC als vraagbaak binnen school (collega's, directie) inzake pesten. APC scherpt waar mogelijk het beleid aan t.a.v. het tegengaan van pesten. APC overlegt en bespreekt met de zorgcoördinator wat er speelt en of er extra hulp ingeschakeld moet worden (onderwijszorgsteunpunt TOP580).

Ouder(s)/verzorger(s)

Wanneer leerlingen worden gepest, durven ze dit vaak niet aan hun ouders(s)/verzorger(s) te vertellen. Ze kunnen bang zijn dat hun ouder(s)/verzorger(s) naar school gaan, het aan de mentor vertellen en dat het hierdoor alleen maar erger wordt. Ze schamen zich ervoor dat hen dit overkomt. Soms denken ze dat ze het gedrag van de pester zelf hebben uitgelokt en het dus verdienen gepest te worden. Het valt voor ouder(s)/verzorger(s) niet mee om bij dit alles de signalen op te pikken die horen bij het gepest worden. Indien ouder(s)/verzorger(s) deze signalen opvangen, kunnen zij dit direct melden bij de mentor.

Enkele tips

- Neem het probleem serieus;
- Raak niet in paniek
- Neem contact op met de mentor
- Als uw kind aangeeft er liever niet over te praten, steun dan uw kind, geef het achtergrondinformatie en maak uw kind duidelijk dat de school het voorzichtig zal aanpakken
- Vindt u dat de school het probleem niet voldoende serieus aanpakt, neem dan contact op met de teamleider van uw kind.

Het is belangrijk dat de ouder(s)/verzorger(s) van zowel de pester als de gepeste leerling met de school samenwerken om het pestprobleem aan te pakken.

Pestgedrag aanpakken

Preventieve aanpak (overgang POVO)

- Bij de intake (basisschool – Gerrit Komrij College) wordt informatie over gepeste leerlingen tijdens de periode op de basisschool reeds door de APC in kaart gebracht.
- De school biedt, in samenwerking met de cultuurcoördinator en de APC, in de verschillende leerjaren programma's aan over allerlei aspecten van pesten.
- De mentoren houden in de klassen de groepsdynamiek goed in de gaten, zodat er binnen een klas een goede sfeer ontstaat. Ze bespreken leefregels, maken afspraken e.d.
- In de brugklas wordt een preventief programma rondom pesten aangeboden.
- Weerbaarheidstrainingen Rots-water.
- Paarse Vrijdag: aandacht voor lhbti, seksuele- en genderdiversiteit.

Methode: Vijfsporen aanpak

Binnen de school wordt zoveel mogelijk oplossingsgericht gewerkt, waarbij gebruik gemaakt wordt van de vijf sporen. Deze aanpak is gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn bij pesten: de gepeste leerling, de pester/meelopers, de klasgenoten, de ouders en het personeel van de school.

1. Het bieden van steun aan de gepeste

- Het probleem wordt serieus genomen. Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurt. De school (bij voorkeur de mentor) biedt hulp aan en overlegt over een mogelijk oplossing.
- Zo nodig krijgt de leerling (extern) deskundige hulp.
- Er volgen follow up gesprekken.

2. Het bieden van begeleiding aan de pester en meelopers

- De school spreekt met de jongere over zijn/haar gedrag en de gevolgen hiervan. Er wordt geprobeerd de achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen. Er wordt gewezen op de gevolgen van het handelen van de pester. Dit kan bijv. middels een steungroep (**bijlage 4**).
- Er wordt, zo nodig, begeleiding aangeboden (extern). De begeleiding is er in eerste instantie op gericht de relatie tussen gepeste en pester te herstellen.

3. Het betrekken van de klas(sen) bij het probleem

- Aandacht voor de sfeer in de groep waar gepest wordt; mobiliseren van de middengroep tussen pester en gepeste.
- Mentor zet interventies in die bijdragen aan positieve groepsvorming (preventie). Mocht er toch sprake zijn van pestgedrag, dan volgt een gesprek met de gepeste over de te nemen stappen. Tijdens dit gesprek wordt gesproken over mogelijke oplossingen, de rol van individuen en wat de groep kan bijdragen aan een verbetering van de situatie. De mentor komt hier regelmatig op terug.

4. Het bieden van steun aan de ouders van zowel de gepeste als de pester

- Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen.
- De school (bij voorkeur de mentor) werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken. Zij zijn in alle gevallen medeverantwoordelijk.
- De school geeft ouders tips in het omgaan met hun gepeste of pestende kind afhankelijk van de situatie.

5. De algemene verantwoordelijkheid van de school:

- De school zorgt dat alle personeelsleden voldoende informatie hebben over pesten en het aanpakken van pesten. Wie voelt dat hij hierin te kort schiet, zoekt informatie/steun bij collega's, APC of de schoolleiding.
- De school werkt aan beleid rond pesten, zodat hierop teruggevallen kan worden en de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is.
- Alle medewerkers van de school werken mee aan het voorkomen, het signaleren en tegengaan van pestgedrag (stelling nemen).

Algemene aanpak

De mentor

- praat eerst met de gepeste en later met de pester. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in **bijlage 2** en **bijlage 3**. De mentor probeert tot goede afspraken te komen en organiseert evt. een gesprek tussen beide leerlingen. De 1^e insteek is oplossingsgericht: de pester moet de kans/hulp krijgen zijn gedrag te veranderen zonder sancties (uitzonderingen daargelaten). Als de mentor ondersteuning nodig heeft, schakelt hij/zij de APC in.
- informeert op advies van de APC of afhankelijk van de situatie de ouders van pester en gepeste.
- informeert de APC/zorgcoördinator.
- overlegt indien nodig met de APC over de aanpak.
- bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt en maakt een vervolgspraak voor een evaluatie.
- bespreekt het pestgedrag indien wenselijk met zijn klas. Dit is belangrijk i.v.m. het herstellen van de groepssfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft.
- kan naast individuele aanpak en groepsaanpak ook kiezen voor de **steungroep No Blame (bijlage 4)** aanpak (overleg hierover met APC om de aanpak goed door te spreken).
- licht de vakdocenten in over het pestgedrag om de aanpak van het pesten effectiever te laten verlopen.
- meldt het probleem wanneer het zich herhaalt bij de APC en overhandigt het dossier/magister met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die gemaakt zijn en informeert de ouders.
- meldt direct de APC/TOP580 en teamleider wanneer er sprake is van ernstige gevallen van pesten zoals afpersing, bedreiging, diefstal, fysiek geweld, seksuele intimidatie, etc.

De APC kan in overleg met de mentor een deel van de regie overnemen

De APC

- neemt bij herhaling van het pestgedrag, wanneer het pesten frequent het klassenverband overstijgt of de 1^e aanpak niet heeft gewerkt, na overleg met de mentor, contact op met de gepeste en de pestende leerling.
- heeft een gesprek met de gepeste en de pester apart en organiseert zo nodig een gesprek tussen beiden en/of met ouders; de insteek blijft oplossingsgericht: de pester moet de kans/hulp krijgen zijn gedrag te veranderen.
- heeft in het contact met de pester een driedelig doel, namelijk;
 - confronteren
 - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen, wanneer dit nog niet duidelijk is
 - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten
- kijkt in het contact met de gepeste of hij sociaal gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor de pesters.
- schakelt bij opnieuw recidief gedrag de teamleider van de leerling(en) in en bespreekt een gezamenlijke aanpak; ouders worden hiervan op de hoogte gebracht.

De afdelingsleider

- wordt door de APC ingeschakeld bij o.a. recidief gedrag en bespreekt een gezamenlijk herstelaanpak.
- stelt alle betrokken ouders op de hoogte van de herstelaanpak, verzoekt de ouders om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
- geeft de pester een waarschuwing; een schriftelijke neerslag van deze waarschuwing komt in het dossier van de betreffende leerling.

Bij inschakeling van de afdelingsleider wordt overgegaan tot **herstelaanpak**.

In zeer ernstige gevallen kan directie beslissen van bovenstaande af te wijken en ouders oproepen, leerling schorsen, procedure tot verwijdering opstarten of aangifte doen bij politie.

Herstelaanpak

Wanneer de door de mentor, APC en teamleider genomen stappen geen blijvende vruchten afwerpen, volgt een herstelaanpak. Dit kan leiden tot (straf-)maatregelen. De pester heeft dan genoeg kansen gehad om zijn gedrag aan te passen. Onze houding blijft overigens oplossingsgericht. Meer informatie over herstelrecht is te vinden in **bijlage 5**.

Schorsing

Wanneer de herstelaanpak geen blijvende vruchten afwerpt, volgt een schorsing van een dag. De schorsing kan verlengd worden (met gegronde reden tot maximaal een week). Per brief worden ouders, voogden of verzorgers op de hoogte gesteld. De directie heeft de plicht om de schorsing en de reden van schorsing, wanneer deze langer duurt dan één dag, schriftelijk te melden bij de onderwijsinspectie. Na een schorsing worden ouders op school verwacht voor een gesprek met de afdelingsleider/directie. In het leerlingenstatuut vindt u de procedure en rechten van de leerlingen.

Schoolverwijdering

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 en de structurele overbelasting van haar personeel. Er rest de school niets anders dan over te gaan tot een procedure tot verwijdering (zie leerlingenstatuut).

Cyberpesten/digitaal pesten aanpakken

Hoe te handelen bij cyberpesten?

- Bewaar de berichten:
Probeer de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren (screenshots o.i.d.). Leg de leerlingen indien nodig uit hoe zij de berichten het beste kunnen opslaan/bewaren. Evt. ouders en leerlingen wijzen op de "Vodafone Safety Net".
- Blokkeer de afzender:
Leg de leerling uit hoe hij/zij de pest-mail/berichten kan blokkeren
- 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. Er is van alles mogelijk via de helpdesk. Wanneer je het telefoonnummer hebt, sla deze dan op/noteer deze.
- Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling:
Geef ouders advies over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
- Verwijs de ouders zo nodig door:
Er zijn 2 telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen:

De onderwijstelefoon	0800-5010
De vertrouwensinspectie	0900-11 13 11 13

Er is een website waar ouders informatie over cyberpesten kunnen vinden:
www.meldknop.nl.

Op **www.helpwanted.nl** staat concrete informatie wat te doen in geval van digitale narigheid. Staat het materiaal op een andere site, dan de hierboven beschreven opties, ga dan naar de contact gegevens op die site en meld het misbruik vaak via de link "HELP of ABUSE"

- Adviseer aangifte:
Wordt een leerling stelselmatig belaagd, dan is er sprake van stalking en kunnen ouders aangifte doen (**www.vraaghetdepolitie.nl**). Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Verwijs zo nodig naar Bureau Slachtofferhulp (**www.slachtofferhulp.nl**, tel: 0900-0101)
- De mentor houdt de APC op de hoogte van de genomen of te nemen stappen en of verwijst de pester en/of gepeste door naar de Anti-Pestcoördinator, zeker wanneer verdere begeleiding nodig/gewenst is. De APC kan de gepeste adviseren aangifte te doen als de pesters/meelopers ouder zijn dan 12 jaar. Bij jongeren onder de 18 jaar doen de ouders aangifte. Aangifte wordt altijd gedaan op basis van een vermeende wetsovertreding. Deze overtredingen zijn vastgelegd in het Wetboek van strafrecht. Deze wetten zijn ook te vinden op **www.wetten.nu**. Bewijsmateriaal is hierbij belangrijk.

Proces Melding pestgedrag

Hieronder staan de diverse proces kort beschreven op basis van het anti-pestprotocol. Het anti-pestprotocol is voor intern gebruik en geeft mentoren, docenten en ondersteunend personeel handvatten.

Processtappen

Stap 1. Ontvangen melden pesten

Iedere medewerker kan een melding in ontvangst nemen over het pesten van een leerling. De mentor behandelt als eerste de melding en informeert altijd de anti-pest coördinator (APC). Ook de APC is aanspreekpunt voor ouders/verzorgers. Pesten kan ook gemeld worden via pesten@gerritkomrijcollege.nl.

Stap 2. Toepassen hoor- en wederhoor

De mentor voert in eerste instantie het gesprek met de gepeste leerling en vervolgens met de pester. Afhankelijk van de situatie informeert de mentor de ouders/verzorgers van de pester. De pester moet de kans krijgen om zijn/haar gedrag te veranderen zonder sancties.

Heeft de mentor ondersteuning nodig van de APC/zorgcoördinator/afdelingsleider? Zo ja, ga verder met stap 3, zo niet, ga verder met stap 4.

Stap 3. Inschakelen van APC/afdelingsleider

De mentor schakelt de APC in voor ondersteuning en hulp. Wanneer het gaat om recidief gedrag schakelt de APC de afdelingsleider in. Pester krijgt dan een waarschuwing van de afdelingsleider. Deze schriftelijke waarschuwing wordt opgeslagen in het dossier van de leerling. Bij ander gedrag geldt dat ondersteunt de APC de mentor bij het bepalen van de aanpak. In het protocol staan diverse manieren van aanpak afhankelijk van het gedrag van de pester(s).

Stap 4. Bepalen manier van aanpak

De mentor/APC bepalen de meest effectieve aanpak. Dit kan individueel zijn of met een steungroep.

Stap 5. Vastleggen van de gemaakte afspraken

Eventuele stappen/invulling van afspraken en vervolgacties met pester en gepest legt de mentor/APC vast in Magister. Het is belangrijk dat in Magister in ieder geval de APC en de zorgcoördinator aangevinkt worden, naast alle andere personen die op de hoogte gesteld dienen te worden.

Stap 6. Controleren aanpak

Regelmatig controleert de mentor/APC wat de situatie is aan de hand van de gemaakte afspraken. Heeft de pester zijn/haar gedrag aangepast? Is het nodig om een contract op te stellen om eerder besproken doelen te realiseren?

Is de situatie opgelost?

De mentor/APC beantwoordt deze vraag aan de hand van de uitkomst van processtap 6. Is de situatie nog niet opgelost, ga dan verder met stap 7. Is de situatie opgelost, ga dan verder met stap 8.

Stap 7. Uitnodigen van ouders/verzorgers

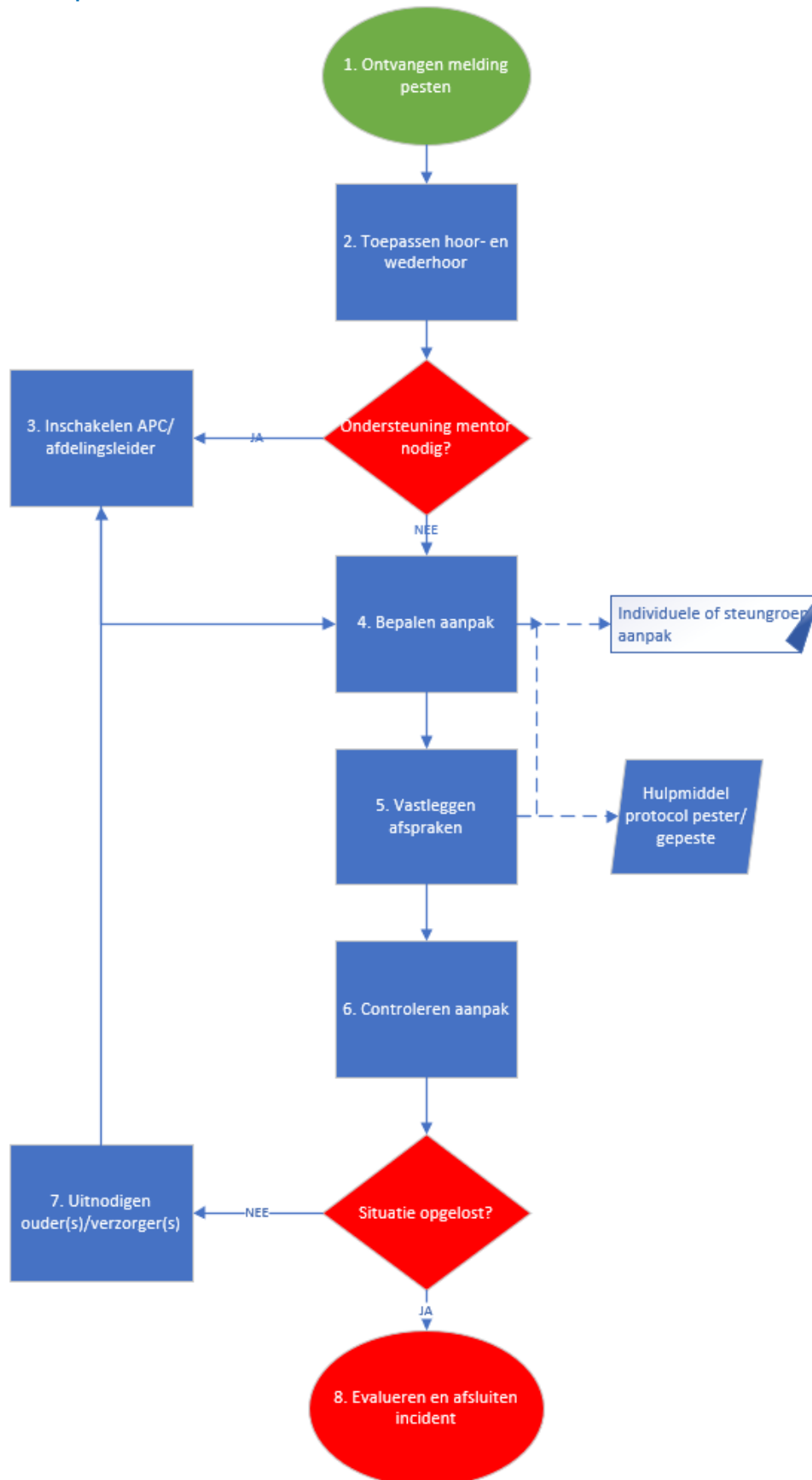
De mentor nodigt de ouders/verzorgers uit voor een gesprek. Het doel van het gesprek is een bijdrage te leveren aan het oplossen van het pesten. Dit kunnen zowel de ouders/verzorgers zijn van de gepeste als de pester. Ook hiervan maakt de mentor/APC een notitie in Magister.

Stap 8. Afsluiten incident

Het incident is opgelost en de mentor/APC sluit het af en indien nodig geeft de APC een terugkoppeling aan de afdelingsleider.

Indien u meer informatie wilt hebben over het anti-pestprotocol kunt u contact opnemen met info@gerritkomrijcollege.nl.

Schema van het proces



Bijlage 1: Rol van de antipestcoördinator

De antipestcoördinator:

- neemt de regie van de mentor over wanneer het pesten het klassenverband overstijgt. Bij pesten binnen een klas wordt de APC wel ingelicht (magister/mail) en evt. om hulp gevraagd waar nodig. In eerste instantie kijkt de mentor zelf naar de mogelijkheden om het probleem op te lossen. Evt. neemt de APC (of teamleider?) de regie van de mentor over bij herhaling van het pestgedrag.
- heeft zo nodig eerst een gesprek met de gepeste en daarna met de pester of organiseert een gesprek tussen beiden. De APC (en/of teamleider) legt de afspraken vast (evt. in een contract). Het doel van het contact met de **pester** is drieledig, namelijk:
 - confronteren,
 - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen,
 - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.In het contact met de **gepeste** wordt gekeken of hij sociaal gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor de pesters.
- adviseert zowel aan de pester als de gepeste (en in overleg met de zorgcoördinator) hulp door zorgcollega's (TOP580).
- stelt de betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om nogmaals met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
- bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
- noteert alle informatie in Magister. De informatie wordt met de mentor besproken. Ook brengt de APC de teamleider op de hoogte.
- zorgt voor inschakelen van collega's om tot een positief resultaat te komen.

Wanneer de APC niet aanwezig/bereikbaar is kan er via de zorgcoördinator (TOP580) meldingen worden gedaan.

De antipestcoördinator:

- is laagdrempelig, heeft nauwe contacten met mentoren, zorgcoördinator, teamleiders, leerlingbegeleiders, leden van het zorgteam, conciërges etc.
- krijgt alle meldingen binnen.
- ondersteunt naar behoefte en waar nodig docenten.
- zet acties uit (i.s.m. zorgpunt TOP580) zodat het PPC gekend/gedragen wordt door de school.
- zorgt voor het monitoren (of het PPC gevolgd wordt bij acute pestproblemen).
- is een vraagbaak voor medewerkers, leerlingen, directieleden en ouders.
- geeft directie/MT gevraagd en ongevraagd advies inzake 'pestaangelegenheden'.

Bijlage 2: Protocol gepeste

Leidraad voor een gesprek met de gepeste

Ga buiten de les het gesprek aan met het gepeste kind, bv. na schooltijd of in de pauze. Zo voorkom je dat andere kinderen mee kunnen luisteren en het kind een onveilig gevoel krijgt. Benadruk dat het de bedoeling is om te praten, om oplossingen te vinden en niet om te beschuldigen of te straffen. Vertel dat het probleem zich niet verergert door erover te praten. Zorg dat je niet meteen in alle emoties tot handelen over gaat, zodra een leerling iets over pesten vertelt. Luister naar het kind en stel vragen.

Feitenvragen

- Klopt het dat je gepest wordt? > (h)erkenning van het probleem
Als de leerling dit ontkent kun je vertellen dat je hebt gehoord dat ouders, collega's, klasgenoten etc. zich zorgen maken en dat je graag wilt weten hoe je deze mensen gerust kunt stellen.
- Hoe word je gepest?
- Door wie word je gepest? > Doorvragen: zijn er nog meer kinderen die je pesten?
- Waar word je gepest? > Doorvragen: zijn er nog meer plekken waar je gepest wordt?
- Hoe vaak word je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Wat denk je op zo'n moment?
- Wat is het ergste voor jou?
- Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Hoe heeft dat geholpen?
- Zijn er jongeren die jou wel eens proberen te helpen?
- Wie/wat zou je kunnen helpen?
- Wat wil je dat er nu gebeurt; wat wil je bereiken?
- Wat is daarvoor nodig?

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/zij 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. Pesters voelen dit vaak haarfijn aan (soms zijn pesters vroeger zelf ook gepest). Besteed hier aandacht aan. Biedt, als de leerling dat wil en je dit nodig acht, hulp aan.

- Belangrijk: Laat de leerling weten welke vervolgstappen je gaat nemen.

Bijlage 3: Protocol pester

Leidraad voor een gesprek met de pester

Ga buiten de les het gesprek aan met de leerling die pest. Benadruk dat het de bedoeling is om te praten, om oplossingen te zoeken. Zorg dat je niet meteen in alle emoties tot handelen over gaat, zodra een leerling iets over pesten vertelt. Luister naar het kind en stel vragen.

Onderwerpen voor het gesprek

Laat de leerling weten dat een aantal mensen zich zorgen om hem/haar maakt (voorbeelden geven), vraag of de leerling weet wat je bedoelt.

- Of: Elke leerling heeft recht op een veilige schoolomgeving en de school doet er alles aan om dat te bereiken. Toch voelt een bepaalde leerling zich niet prettig op deze school. Weet jij over wie we het hebben?
- Hoe komt het dat deze leerling zich niet prettig voelt?
- Wie geven deze leerling een onprettig gevoel?
- Vind je dat vervelend dat jij de veroorzaker bent?
- Wat zou je kunnen doen om deze leerling te helpen? > Probeer de pester zoveel mogelijk oplossingen te laten verzinnen. Laat hem vertellen welke oplossing(en) hij/zij kiest. Vraag wanneer hij/zij van plan is dit uit te gaan voeren.
- Wat kun je zelf doen en waar heb je hulp bij nodig en van wie?

Onderstaande vragen zijn bedoeld als de leerling niet bereid is tot meewerken/oplossen:

- Confronteer de leerling met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan
- Maak de pester bewust van het effect van zijn gedrag (evt. gedrag spiegelen)
- Probeer achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen
- Schets de stappen die volgen wanneer het pesten niet stopt > afhankelijk van de ernst van het pesten kan een straf worden uitgedeeld

Confronteren

- Richt je op waarneembaar gedrag, interpreteer en bekritiseer niet.
- 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 een heel spontaan kind maar het gedrag dat je nu laat zien is niet acceptabel" Je wilt duidelijk verder met deze leerling. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing.
- Specifiek blijven. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Gebruik je deze woorden dan wordt de kritiek algemeen.
- Veranderingsgericht. Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.
- Ook de pester moet de kans krijgen zichzelf te verbeteren en om ander gedrag te laten zien

Achterliggende oorzaken uitzoeken

(Nadat het probleem is benoemd)

- Waarom doe je dit?
- Wat levert het jou op?
- Wat reageer je af op die ander?

Probeer duidelijk te maken dat er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. Het zoeken naar oorzaken en "wat levert het je op" is voor veel kinderen lastig te benoemen. Als kinderen dit niet kunnen, besteed er dan niet te veel tijd aan. Biedt, als de leerling dat wil of jij dit nodig acht, hulp aan.

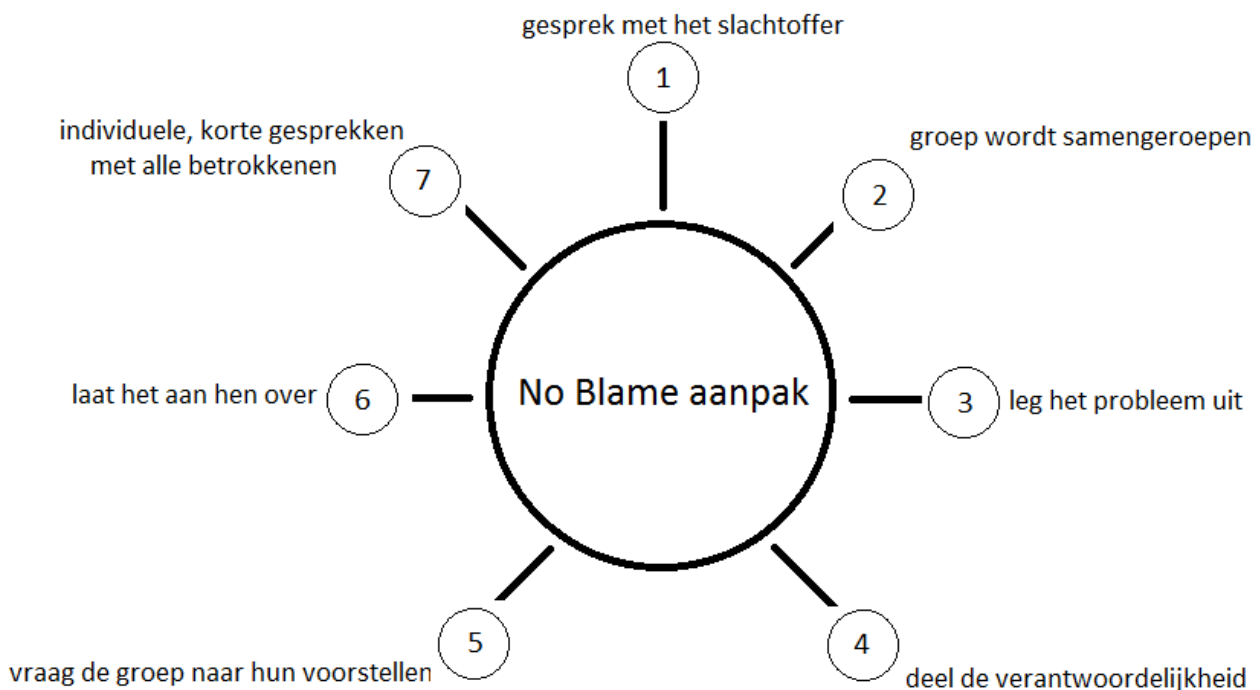
Het pestgedrag moet stoppen

- Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt.
- Vertel de pester dat je contact opneemt met z'n ouder(s)/verzorger(s) (afhankelijk van wat er speelt: direct of wanneer het niet stopt), dat er een melding in magister wordt gemaakt en dat je de docenten op de hoogte brengt over zijn/haar pestgedrag.

Het is goed om duidelijk te zijn over eventuele consequenties. Maar het is eerst zaak het verhaal van de pester aan te horen en vervolgens de pester betrokken te maken bij het zoeken naar oplossingen. Speel, afhankelijk van wat er speelt, in op de kans het gedrag te veranderen zonder sanctie. Maak daar concrete afspraken over en zorg dat de ander aan het werk is. Dus hij/zij moet brainstormen, nadenken en als vragensteller moet je je zo veel mogelijk op de achtergrond houden, om sociaal wenselijke antwoorden te voorkomen. Bij te snel en te veel op straf insteken pak je de pester op het gebied waar hij/zij het meest gevoelig voor is. Het risico is dat de pester zich af gaat reageren op het slachtoffer en dat het pesten minder zichtbaar wordt. Het slachtoffer zal hierdoor nog minder geneigd zijn leraar/mentor te benaderen.

Straffen is eventueel in latere instantie aan de orde. Wel moet materiële schade altijd vergoed worden.

Bijlage 4: Methode Steungroep-aanpak 'No Blame' een interventiemethode om pesten te stoppen



De steungroep-aanpak is een praktische manier om pesten te stoppen. Het is een oplossingsgerichte aanpak, die aansluit bij de mogelijkheden van kinderen en die het positieve gedrag stimuleert. Het probleem wordt niet bij de individuele leerling neergelegd; pesten is een probleem dat de hele groep aangaat. Ook andere kinderen lijden eronder, want de sfeer in de groep wordt onveilig. Kinderen doen mee met de pester of houden zich afzijdig om niet óók slachtoffer te worden. De sfeer in de groep wordt dan steeds meer gekenmerkt door competitie, negatieve feedback en angst. De steungroep voelt zich verantwoordelijk en probeert de gepeste te steunen. Ze bedenkt concrete acties om het kind weer mee te laten doen, opdat het zich weer prettig en veilig voelt op school.

LET OP

Voor de procesbegeleider is het belangrijk, wanneer deze geen APC is, contact op te nemen voor de totaal uitgewerkte methode, tips e.d. want het vergt even voorbereiden en inlezen (anders kun je de situatie ook erger maken). Het is een mooie methode bij pestincidenten binnen een bestaande klas. De mentor kan dan een goede procesbegeleider zijn. Bij klas-overstijgende situaties is dit de APC.

Hoe werkt de steungroep?

- 1. De samenstelling van de groep is van belang.**
De begeleider bespreekt met de gepeste, hoe de groep wordt samengesteld. Er komen enkele kinderen in die sympathie voelen voor de gepeste (drie neutrale leerlingen, één vriend(in)) en één of twee pesters en meelopers (pak de ergste). Groeps grootte van 6 tot 8 leerlingen is gewenst.
- 2. De begeleider praat met de steungroep.**
De gepeste is er niet bij. De begeleider legt het probleem uit, zonder de pesters te beschuldigen. Vandaar dat deze aanpak de 'No Blame'-aanpak werd genoemd. Er wordt niemand gestraft. De pester krijgt juist de gelegenheid te stoppen met het pestgedrag en ander gedrag te vertonen.
- 3. De Kinderen in de steungroep wordt gevraagd te bedenken wat zij zelf kunnen doen voor de gepeste.**

Hierbij gaat het om kleine concrete handelingen, zoals groeten, betrekken, meespelen, iets aardigs zeggen. De begeleider vraagt door en geeft veel positieve feedback. De begeleider geeft de kinderen het gevoel dat zij gekozen zijn, omdat zij belangrijk zijn: zij kunnen een belangrijke bijdrage leveren aan de sfeer in de klas en aan het gevoel van veiligheid.

4. Na een week spreekt de begeleider individueel met de gepeste en de leden van de steungroep.

Wat hadden ze zich voorgenomen en hoe is het gegaan? Ook praat de begeleider met de gepeste, om te horen of er iets veranderd is.

5. Zo nodig wordt dit proces herhaald met dezelfde groep of met een andere steungroep.

Bijlage 5: Herstelrecht

Herstelrecht is de tegenhanger van straffen. Het is geen "echt" recht in die zin dat er wetboeken over geschreven zijn, maar een stroming binnen de rechtsgeleerdheid die vindt dat het recht een andere wending moet krijgen. Het strafrecht is dadergericht, het gaat erom de dader van een misdrijf te bestraffen. Het slachtoffer speelt slechts een minimale rol in de juridische procedure, namelijk die van getuige. Bij het herstelrecht staat het slachtoffer centraal en gaat het om de schade die door het misdrijf is aangericht te herstellen; de dader hoort de schade ongedaan te maken.

Op school werken we met het herstelrecht onder het motto: neem verantwoordelijkheid voor je daden en herstel de schade. Herstelrecht kan toegepast worden bij gerezen spanningen tussen een pestende en een gepeste leerling. De procedure voor herstelrecht is in handen van een procesbegeleider (mentor/APC/ teamleider/.....). Zijn/haar taak is het de gepeste leerling en de pester bij elkaar te brengen met het doel de gepeste leerling alle ruimte te geven om zijn/haar verhaal te doen. De procesbegeleider stelt onderstaande vragen aan de gepeste om de pester te confronteren met zijn/haar daden en nodigt aansluitend de pester uit om de schade te herstellen.

Belangrijk:

Herstelrecht kan alleen worden ingezet als beide partijen daartoe bereid zijn (je moet beide partijen kennen). De pester kan zijn/haar bereidheid onderbouwen met een reflectieverslag over het pestincident of een excuusbrief. Er is in het herstelrecht geen ruimte voor een pester die het gebeurde bagatelliseert, ontkent, verdedigt of de gepeste verwijten maakt (je moet een berouwvolle pester hebben) anders is de gepeste opnieuw kwetsbaar. Herstelrecht vraagt een strakke regie van de procesbegeleider die de gepeste de ruimte geeft en de pester enerzijds kort houdt en anderzijds stimuleert tot positieve actie(s) ten aanzien van de gepeste.

Herstelrechtvragen voor conflicten/pesten

Vragen die je kunt stellen aan iemand die schade of last heeft ondervonden van het gedrag van een ander (gepeste)	Vragen die je kunt stellen aan iemand die schade heeft toegebracht door zijn handelen (pester)
1. Wat is er precies gebeurd?	
2. Wat dacht je toen het gebeurde, wat ging er door je heen?	
3. Welk effect heeft de gebeurtenis op jou en je omgeving gehad? Hoe denk je er nu over?	
4. Wat is het meest nare/ergste voor jou?	
5. Wat moet de dader jou aanbieden om wat er gebeurd is goed af te kunnen ronden en weer met elkaar verder te kunnen? Wat is er nodig om dit te herstellen?	
	Hoe denk je nu over wat je gedaan hebt? Waar heb je het meeste spijt van? (De vragen die je hiervoor stelde aan de gepeste kun je ook stellen aan de pester)
6. Is dit voor jou voldoende?	Wat kun jij doen om de schade die je hebt toegebracht te herstellen en weer met elkaar verder te kunnen

Je kunt van de pester vragen:

- Een excuusbrief te schrijven, waarin hij/zij het voorgaande goed evalueert en excuses aanbiedt. Deze gaat naar de procesbegeleider en deze geeft de brief door aan het slachtoffer.
- Een reflectieverslag te schrijven van hetgeen hierboven e.d.
- Een herstelplan in te vullen (zie hieronder)

Voorbeeld algemeen herstelplan (taalgebruik past in dit geval beter bij P.O.)

Herstelplan

Naam:

De school wil graag dat jij je normaal gedraagt richting anderen onder schooltijd, tijdens de pauzes, maar ook na schooltijd. Dit betekent dat je bijdraagt aan een positieve, fijne en respectvolle sfeer richting docenten, leerlingen en anderen.

1. Hoe ziet dat eruit, normaal gedrag van jou?

- a. In de klas
- b. In de pauzes/ atrium, wandelgangen, buiten
- c. Na schooltijd/telefoon/internet

2. Wat doe jij als iemand je uitdaagt?

- a. In de klas
- b. In de pauzes/ atrium, wandelgangen, buiten
- c. Na schooltijd/telefoon/internet

Je hebt nu een plan. Dit wordt besproken samen met je ouders maar zorg er zelf voor dat je dit uitvoert. Natuurlijk mag je wat extra hulp regelen, want hulp is altijd fijn....

- a. Hoe kan de docent en/of mentor je hierbij helpen? **Hoe regel je dit?**
- b. Hoe kan je beste vriend hierbij helpen? **Hoe regel je dit?**
- c. Hoe kunnen je ouders/verzorgers hierbij helpen? **Hoe regel je dit?**

Handtekening ouder(s)/verzorgers

Handtekening leerling

Evaluatie I

Uitkomst

Evaluatie II

Uitkomst

Bijlage 6: Tips bij Cyberpesten

Wat kunt u als ouders doen?

- Toon interesse. Verplaats u in de belevingswereld van uw kinderen op internet. Internet kan spannend, leuk maar ook gevaarlijk zijn. Bezoek af en toe verschillende jongerensites en ontdek waarom uw kinderen internet leuk vinden. Praat daarover met uw kinderen en zorg ervoor dat ook de negatieve kanten van internet bespreekbaar zijn. Mochten er problemen zijn met het surfgedrag (seks- of gewelddadige sites) of mochten er vervelende ervaringen ontstaan tijdens Chat- of mailcontact, of andersoortige problemen, dan weet uw kind dat hij/zij er met u over kan praten. De noodzaak van "stiekem gedrag" is voor uw kind dan minder aanwezig.
- Maak internetafspraken met uw kind, print deze en plaats ze ergens in de buurt van de computer.
- Als er sprake is van pesterij, spoor de dader op. Soms is de dader van pestmail, hacking, stalking e.d. op te sporen via het emailadres. Ook kunnen schrijfstijl en andere aanwijzingen leiden tot het achterhalen van de dader. Sla chatgesprekken op of print ze uit.
- Reageer nooit op pestmails e.d. Blokkeer de afzender in de contactenlijst.
- Geef geen persoonlijke gegevens op internet aan anderen.
- Neem contact op met school of met andere ouders in het geval van digitaal pesten.
- Doe in geval van digitaal pesten zo nodig aangifte of een melding bij de politie.
- Besef dat een Facebook of Twitteraccount alleen toegestaan is voor volwassenen. Als uw kind een dergelijk profiel heeft, bent u als ouder verantwoordelijk voor het gedrag van uw kind. Controleer daarom regelmatig hun profiel.

Maakt u zich zorgen over het gedrag van uw kind op internet? Bent u bang dat uw kind wordt gepest, bedreigd of lastiggevallen of dat uw kind zelf pest, dan is het goed hierover te hebben nagedacht voordat u met uw kinderen hierover praat.

Raad uw kind aan belastend materiaal te bewaren. Als uw kind belastend materiaal heeft uitgewist, kunt u hiertegen namelijk niets ondernemen. Daarom is het van belang goede afspraken te maken met uw kinderen en met uw kinderen in gesprek te blijven over het bovenstaande. Voor het kind moet duidelijk zijn dat het niet gaat om controle maar om bezorgdheid.

Waar moet ik op letten als ik internet gebruik?

- Bedenk dat niet alles waar is wat je op internet tegenkomt.
- Gebruik een apart Hotmail of Gmail adres om jezelf te registreren op websites.
- Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam op de chat.
- Zorg dat je je wachtwoorden niet doorgeeft aan anderen en zorg dat ze niet gemakkelijk te raden zijn. Als anderen wel binnen zijn gekomen, neem dan contact op met de beheerder van de site.
- Als je een vervelend gevoel hebt over iets wat je hebt gezien of meegemaakt, vertel het dan aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf zelf respectvol tegen anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekenden uit je contactlijst.
- Bel, mail of chat niet zomaar met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders het weten.
- Verstuur geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
- Let op je privacy instellingen. Geef online geen persoonlijke informatie vrij.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. Let vooral op bij foto's en filmpjes van jezelf. Als je een foto of filmpje op internet zet, kunnen die gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kunnen ze jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden.
- Wees zeer voorzichtig met het gebruik van je webcam. Jouw beelden kunnen worden verspreid over de hele wereld via internet.
- Denk goed na voordat je uit de kleren gaat.
- Wil je toch een foto of filmpje maken zorg er dan voor dat je gezicht, tatoeages of ander duidelijke kenmerken buiten beeld blijven.

Wat doe ik als ik online gepest word?

- Neem iemand in vertrouwen en vraag om hulp, bv. je ouders of je mentor.
- Blijf rustig en reageer niet als de pesters je uitdagen.
- Verzamel bewijsstukken, maak foto's of schermafbeeldingen.
- Praat erover: laat de pesters weten dat je het niet leuk vindt en vraag hen te stoppen.
- Hoe sneller je reageert, hoe beter. De kans op verspreiding van beeldmateriaal wordt dan kleiner.
- Neem contact op met de politie als de pesters niet stoppen.
- Verwijder materiaal pas na overleg met de politie, het kan belangrijk bewijsmateriaal bevatten.
- Vertel het **ALTIJD** aan je ouders/ verzorgers wanneer het niet goed voelt.
- Denk zelf altijd goed na voordat je besluit online iets te liken of te delen
- Bij stalking kun je aangifte doen bij de politie. Stalking is het stelselmatig lastigvallen van een persoon, door die persoon te achtervolgen, steeds op hinderlijke wijze contact op te nemen, en soms ook te bedreigen.

De APC/mentor van school kan je hierbij begeleiden/helpen.

Bijlage 7: Ondersteuningsmateriaal (links naar internet)

Links voor bruikbare adressen bij (cyber)pesten

- www.pestweb.nl** (advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en docenten)
- www.vraaghetdepolitie.nl**
- www.diplomaveiliginternet.nl**
- www.kennisnet.nl**
- www.meidenvenijn.nl**
- www.helpwanted.nl**
- www.meldknop.nl** (Goede, betrouwbare site voor jongeren, mentoren en vertrouwenspersonen die vervelende dingen op internet mee hebben gemaakt en ondersteund door onder meer Kindertelefoon en politie)
- 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 (Algemeen Pedagogisch Studiecentrum) op het gebied van 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.schoolveiligheid.nl** (Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.)
- www.pesttenet.nl** (Voor en door slachtoffers, opgericht door Bob van der Meer)
- www.pestten.nl**
- www.stoppestennu.nl** (veel materiaal, tips enz. rondom pesten ook mooie filmpjes e.d. rondom pesten en digitaal pesten)
- www.omgaanmetpesten.nl**
- www.cyberpestedebaas.nl**
- (www.stoeltjesdans.nl)** (een gratis tool om het sociaal klimaat in de klas in kaart te brengen)
- www.mijnkindonline.nl** (van kennisnet. Bij onderwerp staan er allerlei onderwerpen en op leeftijdscategorie. Bv. Instagram, WhatsHappy)
- www.Itsuptoyou.nu**
- www.onuitwisbaar.nu** (Sexting)
- www.113.nl/i/pestenopschool** (Stichting 113 zelfmoord preventie)
- Films** Spijt
BenX (**www.benx.be/ndl/downloads.asp**)
- Filmpjes/series** De slet van 6 VWO
It's up to you
A girl like her
- Online whats-app pest game**
Wij zijn LIT