

Protocol tegen pesten en ander ongewenst gedrag

Inleiding

De school draagt zorg voor een veilig schoolklimaat. Iedereen op school moet zich veilig voelen. In de leefregels van de school staat: 'We gaan respectvol met elkaar om op school. We blijven van elkaar en elkaars spullen af. Geweld, schelden en (cyber)pesten accepteren wij niet'. Hiermee worden de grenzen aangegeven die de school naar alle leerlingen duidelijk wil maken.

Pesten vindt zowel binnen als buiten de school plaats. Bij de aanpak van het pestgedrag wordt steeds afgewogen in welke mate school een rol kan spelen in de oplossing ervan. Uiteraard draagt de school verantwoordelijkheid voor het welbevinden van de leerlingen, neemt zij haar maximale verantwoordelijkheid en zal de school zich steeds de vraag stellen in hoeverre de school de regie heeft of neemt.

Samenleven moet je leren

School gaat niet alleen over kwalificatie: kennis en vaardigheden ontwikkelen. We investeren ook in socialisatie (burgerschapsontwikkeling) en personificatie (de ontwikkeling van het individu). School is juist een plek waar onze leerlingen leeftijdsgenoten ontmoeten. Zij maken er kennis met de samenleving, dus ook met verschillen tussen mensen met een andere cultuur, godsdienst of geaardheid.

Leerlingen moeten leren om respectvol met elkaar om te gaan. Iedereen wordt gezien, gewaardeerd en geaccepteerd zoals hij is. Je gaat met elkaar in gesprek als het in de omgang even niet lukt. Ook dat hoort bij leren en de burgerschapsopdracht die een school heeft.

Wat is pesten?

Pesten is een vorm van herhaaldelijk gedrag waarbij één persoon of een groep anderen opzettelijk pijn doet, vernedert, bedreigt of buitensluit. Het kan zowel fysiek, verbaal als psychologisch van aard zijn en kan zich voordoen op verschillende plaatsen, zoals op school, op het werk, thuis of online. Bij pesten is er sprake van een machtsonevenwicht, waarbij de pester meer macht of status heeft dan het slachtoffer. Pesten kan ernstige gevolgen hebben voor het slachtoffer, zowel op korte als op lange termijn, zoals emotionele schade, angst, depressie, sociale isolatie en zelfs fysieke letsels of zelfmoordgedachten.

Het is belangrijk om te begrijpen dat enkele incidenten, conflicten of gevechten tussen gelijken, zowel persoonlijk als online, niet als pesten worden gedefinieerd. Hoewel deze acties veel leed kunnen veroorzaken, voldoen ze niet aan de definitie van pesten en zijn ze geen voorbeelden van pesten, tenzij ze opzettelijk en herhaaldelijk plaatsvinden.





Enkele voorbeelden van wat geen pesten is:

- Af en toe sociale afwijzing, afkeer, narijheid of wrok
- Willekeurige daden van agressie of intimidatie
- Onderlinge ruzies of meningsverschillen

Drie kenmerken van pesten

1. Herhaaldelijk gedrag: Pesten is geen eenmalige gebeurtenis, maar een patroon van terugkerend gedrag dat zich over een langere periode voordoet. Het kan zich voordoen op verschillende plaatsen, zoals op school, in de buurt of online.
2. Machtsongelijkheid: Pesten houdt in dat de pester meer macht heeft dan het slachtoffer. Deze machtsverhouding kan gebaseerd zijn op fysieke kracht, sociale status, leeftijd, populariteit of andere factoren die de pester in staat stellen controle uit te oefenen over het slachtoffer.
3. Opzettelijke schade: Pestgedrag is intentioneel en heeft tot doel schade, leed of angst toe te brengen aan het slachtoffer. Het kan zich uiten in verschillende vormen, zoals beledigingen, uitsluiting, vernedering, roddelen, bedreigingen, fysiek geweld of het verspreiden van geruchten online.

Pesten heeft ernstige gevolgen voor zowel het slachtoffer als de pester. Slachtoffers kunnen emotionele problemen ontwikkelen zoals angst, depressie, een laag zelfbeeld, sociaal isolement en zelfs suïcidale gedachten. Pesters kunnen ook negatieve gevolgen ondervinden, zoals problemen op school of werk, antisociaal gedrag op latere leeftijd en moeite hebben met het aangaan van gezonde relaties.

Partijen bij het pesten

Bij pesten zijn altijd meer partijen betrokken: de gepeste leerling(en), de pestende leerling(en), de rest van de klas, het personeel en de ouders. Om pesten te voorkomen en waar nodig aan te pakken, zijn alle partijen nodig bij de uitvoering van het beleid.

Pesten is niet alleen een kwestie van één persoon die een ander pijn doet; het is een groepsprobleem. Dit betekent dat de hele groep, of dat nu een klas of een andere sociale groep is, een rol speelt in het in stand houden of beëindigen van pestgedrag. Wanneer pesten in een groep plaatsvindt, is het vaak de houding van de omstanders en de bredere groepsdynamiek die bepaalt of het pestgedrag kan doorgaan.





Wanneer gaat een onschuldige grap te ver en valt iets onder pestgedrag?

Het lijkt een moeilijke vraag, waar geen eenduidig antwoord op te geven is. Toch is het antwoord juist heel simpel. De belangrijkste vuistregel is: Het gaat er niet om wat jij wel of niet doet, het gaat erom hoe dat bij een ander binnenkomt. Je vertoont pestgedrag als ook maar één iemand dat gedrag niet fijn vindt!

Als je geplaagd wordt, kun je altijd terugplagen. Daar ontstaan geen problemen van. Plagen is nooit gemeen, plagen kent geen ruw randje (of lichte schuring), plagen is altijd voor alle partijen grappig. Als het gemeen voelt of pijn doet, dan was het geen plagen, maar gemeen gedrag (of pesten - iedere keer bij dezelfde).

Pesten voorkomen

De school probeert door diverse (les)activiteiten pesten en ander ongewenst gedrag te voorkomen.

1. Elke mentor en/of coach bespreekt aan het begin van het schooljaar de leefregels in de klas en binnen de school. Daarbij is pesten onderwerp van gesprek, ook hoe hiermee omgegaan wordt. In de onderbouw wordt in iedere klas een klassencontract opgesteld.
2. De mentor en/of coach bewaakt voortdurend het klassenklimaat. De mentor probeert een veilig klassenklimaat tot stand te brengen en te behouden. Dit is in het belang van alle leerlingen in de klas.
3. In de mentorlessen wordt elk schooljaar regelmatig aandacht gevraagd voor het thema pesten. Dit heeft ook aandacht binnen bepaalde projecten en activiteiten gedurende het schooljaar. Het gaat dan ook over zaken als mediawijsheid en cyberpesten.
4. Leerlingen die onvoldoende weerbaar zijn in de sociale omgang kunnen worden uitgenodigd om deel te nemen aan een training sociale vaardigheid of weerbaarheid.

Daarnaast houdt de school toezicht op een veilig schoolklimaat door:

- jaarlijks een tevredenheidsonderzoek af te nemen;
- jaarlijks vanuit het GGD-onderzoek af te nemen, waarin vragen opgenomen zijn over welbevinden en veiligheid;
- nauw contact te houden met de wijkagent en de jongerenwerker die verbonden zijn aan school.





Pesten en ongewenst gedrag aanpakken

1. Melding

Het personeelslid, de leerling of de ouders/verzorgers melden (signalen van) pesten of ongewenst gedrag direct bij de mentor en/of coach. Als die niet bereikbaar zijn, melden zij dit bij de leerlingcoördinator of schoolleiding.

2. Actie bij de eerste melding

- De mentor en/of coach (eventueel samen met de leerlingcoördinator/ afdelingsmanager/ schoolleider) hoort de partijen en probeert de situatie op te lossen in goed overleg met de ouders/verzorgers:
 - Er volgt een gesprek met de gepeste leerling (aard van pesten, voorgeschiedenis, wie zijn de pesters)
 - Er volgt een gesprek met de pester(s); eerst individueel, daarna collectief (aard van pesten, voorgeschiedenis); waarschuwen en wijzen op gevolgen bij 2e melding.
- Er worden afspraken gemaakt. Het resultaat kan zijn: afspraken over de omgang met elkaar, een oplossend gesprek met alle partijen en eventuele maatregelen bij herhaling.
- Er volgt telefonisch contact met de ouders/verzorgers van beide partijen. Zij kunnen ondersteunend zijn bij de afspraken en oplossingen. Afgewogen wordt ook of een klassengesprek nodig is bij de oplossing van het pesten / ongewenst gedrag. Indien nodig wordt een gepaste (straf)maatregel genomen.

3. Het pesten stopt niet (tweede melding of vaker)

- Dan kan de leerlingcoördinator / afdelingsmanager of schoolleider een verzoek tot extra ondersteuning bij de pestcoördinator neerleggen. De pestcoördinator kijkt met de mentor en/of coach wat er nodig is om grip op de situatie in de klas of groep te krijgen en het pedagogisch klimaat te herstellen.
- Als de school zich heeft ingespannen om het pesten of ongewenst gedrag te voorkomen en de situatie houdt aan, dan kunnen door de schoolleiding disciplinaire maatregelen genomen worden conform het Reglement Bezwaar en beroep in leerlingzaken van OMO.

Zorg en nazorg

Als leerlingen beschadigd zijn door pestgedrag kunnen zij bijvoorbeeld vragen om begeleiding door onze vertrouwenspersonen of leerlingbegeleiders. Ook (mede)pesters zijn welkom als zij er voor hulp open staan. De mentor en/of coach bewaakt het herstel van een evenwichtig en veilig klassenklimaat.





Registratie

Van een pestincident wordt door de coach en/of mentor een notitie gemaakt in Magister.

Informatiebronnen

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/veilig-leren-en-werken-in-het-onderwijs>

<https://www.schoolenveiligheid.nl/>

<https://www.stoppestennu.nl/>

Bijlage 1

WAT KUNNEN SIGNALLEN ZIJN VAN PESTEN?

Op school:

- Mag niet meedoen bij spelletjes of wordt als laatste gekozen
- Blijft dicht bij medewerkers tijdens pauzes
- Schoolprestaties gaan achteruit
- Een leerling ziet er ongelukkig, gestrest, depressief uit
- Vermijdt de pauze, aula of schoolplein
- Klaagt over buikpijn, hoofdpijn
- Heeft misschien niet één goede vriend
- Bezittingen worden afgenomen of verstoep
- Wordt uitgelachen, onvriendelijk benaderd

Gemeld door ouders:

- Komt thuis met kapotte fiets, kleren of boeken
- Heeft blauwe plekken, schrammen
- Spreekt niet af met vrienden/vriendinnen
- Is bang om naar school te gaan
- Kiest een onlogische route van en naar school
- Slaapt onrustig en heeft nare dromen
- Vraagt en/of steelt geld van familie
- Wordt niet uitgenodigd voor feestjes
- Overspannen en gestrest op zondagavond of aan het eind van een vakantie





Bijlage 2 CYBERPESTEN

Wat is cyberpesten?

Cyberpesten is een vorm van pesten waarbij gebruik wordt gemaakt van technologie. Het gebeurt via sociale media, sms, apps, online games en fora waar mensen berichten kunnen plaatsen, delen of chatten. Cyberpesten kan op verschillende manieren plaatsvinden, zoals door beledigende berichten of bedreigingen te sturen, geruchten te verspreiden, persoonlijke informatie te delen zonder toestemming, of door het slachtoffer online belachelijk te maken.

Omdat cyberpesten digitaal gebeurt, kan het 24 uur per dag, 7 dagen per week doorgaan. Het slachtoffer kan altijd en overal worden gepest, ook wanneer ze veilig thuis zouden moeten zijn. Dit maakt cyberpesten extra ingrijpend. Bovendien kunnen daders anoniem blijven, wat het voor het slachtoffer moeilijker maakt om de pester ter verantwoording te roepen of om hulp te vragen.

Cyberpesten kenmerkt zich door drie eigenschappen:

- Voortdurend: Het houdt nooit op en kan op elk moment doorgaan, wat de kwetsbaarheid van het slachtoffer vergroot. Foto's en video's kunnen wijd worden verspreid en zijn moeilijk te verwijderen, zelfs nadat het pesten is gestopt.
- Afstandelijk: Het vindt op afstand plaats, waardoor de impact minder zichtbaar is en het pesten ernstiger kan worden. Als het pesten plaatsvindt op openbare platforms, kan het een groot publiek bereiken.
- Anoniem: Het kan anoniem gebeuren via valse accounts, waardoor pesters zich minder bekeken voelen. Sommigen blijven bewust anoniem, hoewel de meesten hun slachtoffers in het echte leven kennen.

Begrip van cyberpesten / online pesten

Cyberpesten is het gebruik van elektronische communicatie om een persoon te pesten, meestal door het sturen van intimiderende of bedreigende berichten. In tegenstelling tot traditioneel pesten kan cyberpesten 24/7 plaatsvinden, met een





breed publiek en vaak met een zekere mate van anonimiteit. Veelvoorkomende platforms zijn sociale media, berichtapps, gaming platforms en mobiele telefoons.

De volgende vormen van online pesten komen het vaakst voor:

- Uitsluiting bijvoorbeeld iemand ongevraagd toevoegen aan of verwijderen uit online groepen of gesprekken, of iemand zonder reden blokkeren.
- Belediging zoals het plaatsen van beledigende opmerkingen onder een foto. Pestkoppen zijn mogelijk terughoudender om zulke opmerkingen hardop uit te spreken.
- Hacken bijvoorbeeld het hacken van een account en het veranderen van het wachtwoord. Hierdoor kan iemand zijn sociale contacten niet meer bereiken. De pestkop kan zich ook voordoen als het slachtoffer en berichten vanuit het gehackte account versturen of de profielfoto wijzigen.
- Belachelijk maken bijvoorbeeld het versturen van een beschamende of ongewenste foto naar de hele klas of het hele sportteam. Dergelijke foto's worden vaak verder verspreid. Het kan ook gaan om een screenshot of een bewerkte foto. Pestkoppen kunnen zelfs een nepaccount aanmaken onder de naam van het slachtoffer om gemakkelijk negatieve informatie te verspreiden.
- Bedreiging bijvoorbeeld het sturen van een dreigend bericht, vaak anoniem.
- Stalking bijvoorbeeld het lastigvallen of intimideren van iemand online door verschillende kanalen te gebruiken.
- Subtielere vormen pestkoppen kunnen subtielere methoden gebruiken om hun superioriteit ten opzichte van het slachtoffer te tonen. Dit kan variëren van negeren en buitensluiten tot 'hoektags', waarbij iemand in de hoek van een foto wordt getagd terwijl die persoon niet op de foto staat. Deze subtielere vormen van online pesten zijn minder opvallend voor buitenstaanders en opvoeders, waardoor pesters zich vaak onaantastbaar voelen.

Wie zijn de daders en slachtoffers van cyberpesten | online pesten?

De dader van cyberpesten kan een bekende zijn, zoals een klasgenoot of zelfs een vriend, maar het kan ook een volstrekte onbekende zijn. In sommige gevallen wordt de identiteit van de dader nooit achterhaald, wat het gevoel van onveiligheid vergroot.

Slachtoffers van cyberpesten zijn vaak kwetsbare personen, maar iedereen kan doelwit worden. Jongeren zijn het vaakst slachtoffer, maar ook volwassenen kunnen te maken krijgen met cyberpesten. Mensen met een ondersteuningsbehoefte, zoals autisme of ADHD, lopen een groter risico om gepest te worden, omdat ze soms minder goed de sociale dynamiek begrijpen of zich minder goed kunnen verdedigen.





Wie kijkt er toe?

Naast de daders en slachtoffers zijn er ook toeschouwers: mensen die de pestberichten zien, maar niet ingrijpen. Dit kunnen medeleerlingen of online volgers zijn. Zij spelen een belangrijke rol in het in stand houden van de pestcyclus. Vaak durven zij niet op te treden uit angst zelf het volgende slachtoffer te worden, of ze weten niet hoe ze moeten ingrijpen.

Toeschouwers kunnen echter het verschil maken door het pesten te melden of door steun te bieden aan het slachtoffer. Het is belangrijk om te beseffen dat door niets te doen, je indirect het pesten goedkeurt.

Bij online pesten neemt pestgedrag een andere vorm aan, maar het doel blijft hetzelfde als bij offline pesten.

Het grootste verschil met offline pesten is dat online pesten continu doorgaat, 24 uur per dag, 7 dagen per week, waardoor slachtoffers zich nergens veilig voelen. Online pesten is vaak niet zichtbaar en kan gemakkelijker anoniem plaatsvinden. Het omvat het zwart maken of afkraken van iemand door kwetsende opmerkingen, chanteren met foto's en video's, het negeren van één persoon door een hele groep, beledigende e-mails sturen, haatreacties plaatsen, het aanmaken van nepprofielen en meer.

Namen zoals naming, cancel cultuur, doxing, shaming, exposen, sexting, shame sexting en sextortion worden steeds vaker genoemd. Online pesten kan plaatsvinden op elk online platform waar interactie met anderen plaatsvindt.

Effecten van cyberpesten / online pesten

De impact van cyberpesten kan diepgaand en langdurig zijn, waarbij slachtoffers emotioneel, psychologisch en soms fysiek worden aangetast. Slachtoffers van cyberpesten kunnen angst, depressie en zelfs suïcidale gedachten ervaren. De constante, alomtegenwoordige aard van cyberpesten betekent dat er vaak geen ontsnapping mogelijk is, waardoor individuen zich geïsoleerd en hulpeloos voelen.

Wat zijn de gevolgen van cyberpesten?

De impact van cyberpesten kan ernstig zijn. Slachtoffers van cyberpesten kunnen zich extreem eenzaam en geïsoleerd voelen, omdat het lijkt alsof de pesterijen overal en altijd doorgaan. Cyberpesten kan leiden tot angst, depressie, stress, en in ernstige gevallen zelfs tot zelfmoordgedachten. Omdat de schadelijke berichten en foto's vaak online blijven staan, kan het slachtoffer het gevoel hebben dat er geen einde komt aan de vernedering.





Bij online pesten kunnen snel en effectief een aantal stappen worden genomen

Het is van groot belang om snel te reageren bij online pestincidenten, vooral als er schadelijke foto's worden verspreid. De aanpak van een pestsituatie kan bij voorkeur niet worden uitgesteld, omdat de schade snel kan toenemen. De aanpak van online pesten vereist dezelfde stappen als bij ander pestgedrag.

- Erken en benoem het pestgedrag. Weeg af of bespreken in de groep, zonder te oordelen, passend is.
- Controleer de geldende gedragsregels: evalueer de afspraken binnen de groep of organisatie.
- Neem preventieve maatregelen: maak leerlingen bewust van hun rol bij cyberpesten.
- Samenwerken met externe hulpverleners: werk samen met jeugd- en gezinscoaches, politie en GGD.
- Ken het anti-pestprotocol: zorg dat je als medewerker het anti-pestprotocol van je school kent en adequaat reageert bij online pesten.
- Wijs op de dynamiek van online groepen: bespreek met leerlingen wat zij kunnen doen om in te grijpen bij online pestgedrag.

Het stoppen van cyberpesten is complexer vanwege de minder duidelijke rol van omstanders online in vergelijking met andere vormen van pesten

- *Het effect op het slachtoffer is minder zichtbaar voor omstanders*
Bij online pesten zijn de reacties en emoties van het slachtoffer niet direct zichtbaar, waardoor omstanders minder snel geneigd zijn om in te grijpen.
- *Ingrijpen heeft minder effect op de pester*
Als omstanders wel reageren op pestgedrag, kan dit voor de pester gemakkelijk te negeren zijn of kan de pester zelfs besluiten om het pestgedrag te intensiveren.
- *Rollen veranderen snel binnen online groepen*
Bij online groepen kunnen de rollen snel veranderen. Een pester kan bijvoorbeeld zelf slachtoffer worden en andersom. Dit maakt het voor omstanders lastig om in te schatten wie de dader is en wie het slachtoffer.

Het stappenplan voor collega's na een melding van cyberpesten

- Verzoek de betreffende leerlingen om medewerking te verlenen aan het verwijderen van ongewenste data (die gebruikt zijn bij het pesten).
- Neem contact op met ouders/verzorgers van de gepeste leerling. Geef de ouders/verzorgers voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
- Adviseer om een andere leerling mogelijk te blokkeren.
- In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking: dan kunnen ouders aangifte doen.





- Verwijs de pester en/of de gepeste door naar de pestcoördinator wanneer verdere begeleiding nodig is.

