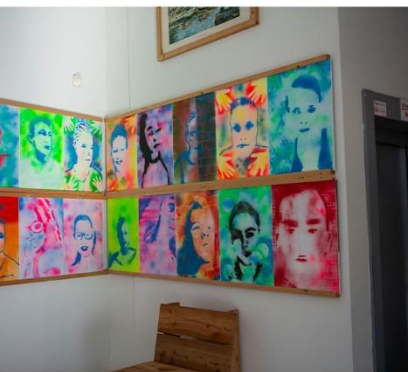




#GEWOONGOEDTECHNISCHONDERZWIJS

**Antipestprotocol
2020-2021**

INHOUDSOPGAVE

Inhoudsopgave	1
Inleiding	3
Definitie	3
Rollen bij pesten	4
Preventie	7
Stappen bij (vermoedens van) pesten	8
Signalen	8
Stappenplan	8
Cyberpesten	10
Belangrijke personen	11
De mentor	11
Contactpersonen	11
Ondersteuningscoördinator	11
Teamleider	11
Interim-directeur	12
Sites voor meer informatie	12
Slotwoord	13
Bijlage 1: signaalkaart pesten	14

**Spreken is goud wanneer het om
pesten gaat.**

INLEIDING

Voor u ligt het anti-pestprotocol van SG De Triade. De Triade wil haar leerlingen een veilig pedagogisch klimaat bieden, waarin zij zich op een positieve wijze kunnen ontwikkelen. Om dit te creëren is het voorkomen en aanpakken van pestgedrag een essentieel punt. Pesten heeft een (negatieve) invloed op alle betrokkenen¹. Het is dus van belang om als school een duidelijk aanpak te hebben waardoor iedereen ervan doordrongen is dat pesten niet geaccepteerd wordt. Dit protocol draagt hieraan bij.

DEFINITIE

Pesten gebeurt overal en op iedere school. In 2018 werd 5% van de middelbare scholieren gepest, waarvan 2% maandelijks en 3% wekelijks².

Pesten wordt gedefinieerd als “een vorm van stelselmatige fysiek en psychisch geweld waarbij opzettelijk gedrag tot doel heeft mensen (inclusief zichzelf) schade te betrekken”³. De machtspositie tussen deze personen is ongelijk verdeelt.

Een (nieuwe) vorm van pesten is het cyberpesten. Dit is het pesten via digitale kanalen. 42% van de kinderen is slachtoffer geweest van cyberpesten, 20% heeft zelf gepest via het internet⁴. Meisje lopen meer risico om slachtoffer te worden van cyberpesten dan jongens. Uit onderzoek blijkt dat leerlingen die online gepest worden meer kans hebben op depressie, angsten en risicogedrag.

Online pesten vaak samen met offline pesten⁵. Het lastige bij cyberpesten is dat dit anoniem kan gebeuren en de pester minder wordt geconfronteerd met de negatieve gevoelens van het slachtoffer. Daarnaast is het lastiger om iets van internet te verwijderen wanneer het eenmaal online staat. Hierdoor kan het effect van cyberpesten langer impact hebben dan bij offline pesten.

Pesten kan verschillende vormen aannemen:

Met woorden	Vernederen Uitschelden/met bijnamen aanspreken Bedreigen Sturen van nare Whatsappjes, briefjes, Snapchat-berichten, Instagram-berichten
Lichamelijk	Schoppen Slaan Duwen/laten struikelen Bespugen Wapens gebruiken Aan kleding trekken

¹ Ridener, E. (2015). *We Are Falling Into a World of Destruction: How Bullying Affects Everyone*. *Kentucky English Bulletin*, 65(1), 30-32.

² Nederlands Jeugdinstituut. (2019). *Cijfers over Pesten: slachtoffers*. Utrecht: Auteur.

³ Bara, G. (2019). The Phenomenon Of Bullying – A Challenge Of National Education, Starting With The Preschool Age. *Romanian Journal of School Psychology*, 12(23), 31-41.

⁴ Adams, C. (2010). Cyberbullying: How to Make It Stop. *Instructor*, 120(2), 44-49.

⁵ Franken, A. (2018). *Aanpak pesten: Wat werkt?* Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

Achtervolgen	Opjagen Achternalopen/rennen/fietsen Klemzetten of -rijden Stelselmatig bellen/online benaderen
Uitsluiting	Doodzwijgen Negeren Nooit uitnodigen voor groepsactiviteiten/groepsapp Nooit samen willen werken
Stelen en vernielen	Afpakken van spullen Spullen kapot maken of beschadigen
Afpersing	Dwingen om geld of spullen af te geven Dwingen om handelingen te verrichten tegen de eigen wil in.

ROLLEN BIJ PESTEN

In een situatie waarin gepest wordt zijn een aantal partijen betrokken. Deze partijen hebben een andere rol in de situatie. Hieronder worden deze rollen uitgelegd.

DE GEPESTE LEERLING (HET SLACHTOFFER)

De gepeste leerling wijkt meestal af van een of andere groepsnorm. Dit is echter alleen een excuus voor de pester om het slachtoffer te pesten. Niet iedereen die van de groepsnorm afwijkt wordt namelijk gepest.

Slachtoffers van pesten missen soms een aantal sociale vaardigheden, komen niet voldoende voor zichzelf op en/of zijn onzeker. Grensoverschrijdend gedrag en het regelmatig vertonen van gedrag dat door anderen als storend wordt ervaren gelden als risicofactoren. Evenals ras, seksuele oriëntatie, taal- en spraakproblemen, psychische of fysieke stoornissen of ziekten, het behalen van buitengewoon goede of slechte resultaten, slechte hygiëne, sociaaleconomische status en religie.

Uit onderzoek blijkt dat pesters slachtoffers kiezen die hoogstwaarschijnlijk niet worden verdedigd door klas- of leeftijdsgenoten. Ook blijkt dat slachtoffers vaak zichzelf de schuld geven van het feit dat zij gepest worden⁶.

⁶ Wong, C-T., Cheng, Y-Y., & Chen, L-M. (2013). Multiple perspectives on the targets and causes of school bullying. *Educational Psychology in Practice*, 29(3), 278-292.

DE PESTER(S)

De pester is meestal fysiek of mentaal sterker dan het slachtoffer. Hij of zij is op zoek naar macht en waardering van de groep. De pester doet zich zelfverzekerd voor, maar is dit vaak niet. Pesters hebben vaak weinig inlevingsvermogen en respect voor grenzen⁷. Pesters leggen de schuld vaak buiten zichzelf en vinden vaak dat het slachtoffer erom vraagt.

Veel pesters schrikken wanneer zij horen welke gevolgen hun gedrag heeft op anderen.

Er wordt om verschillende redenen gepest. Deze kunnen onderverdeeld worden in emotionele en instrumentele oorzaken. Emotionele oorzaken houdt in dat het pesten wordt gedaan met als doel entertainment of het uiten van afkeer tegen het slachtoffer. Instrumentele oorzaken zijn oorzaken waarbij de pester uit is op het vergroten van bezit, macht of status.

Redenen voor pesten zijn:

- Sociale status vergroten
- Verkrijgen van geld/spullen
- Plezier
- Emotionele ontlading/uitlaatklep voor frustratie
- Verzekeren van een vorm van veiligheid voor henzelf
- Groepsdruk
- Wraak
- Straffen

Leerlingen die weinig aandacht krijgen van opvoeders, zelf fysiek worden gestraft, niet worden gecorrigeerd voor agressief gedrag en vroeger zelf zijn gepest lopen een grote kans om te gaan pesten.

DE MIDDENGROEP

Dit is de groep leerlingen die niet pest, maar ook geen slachtoffer is. Vaak is dit de grootste groep én de belangrijkste groep om het pesten te laten stoppen. Pesten is namelijk altijd een groepsproces.

Meelopers

Deze groep leerlingen sluit zich aan bij de pester en vormt zo een 'pestgroepje'. Leerlingen sluiten zich aan bij de pester uit verschillende motieven. Ze kunnen de pester bewonderen door de leidinggevende rol die hij/zij inneemt. Ook kan het zijn dat de meelopers zelf profiteren van het pesten (bijvoorbeeld dat zij niet zelf gepest worden of meedelen in de winst).

⁷ Grenslijn. *De rollen bij pesten*. Geraadpleegd op 02-09-2020, op <https://www.kennisplein.be/sites/integriteit/Pages/Wie%20is%20er%20bertrokken%20in%20een%20pestsituatie.aspx>

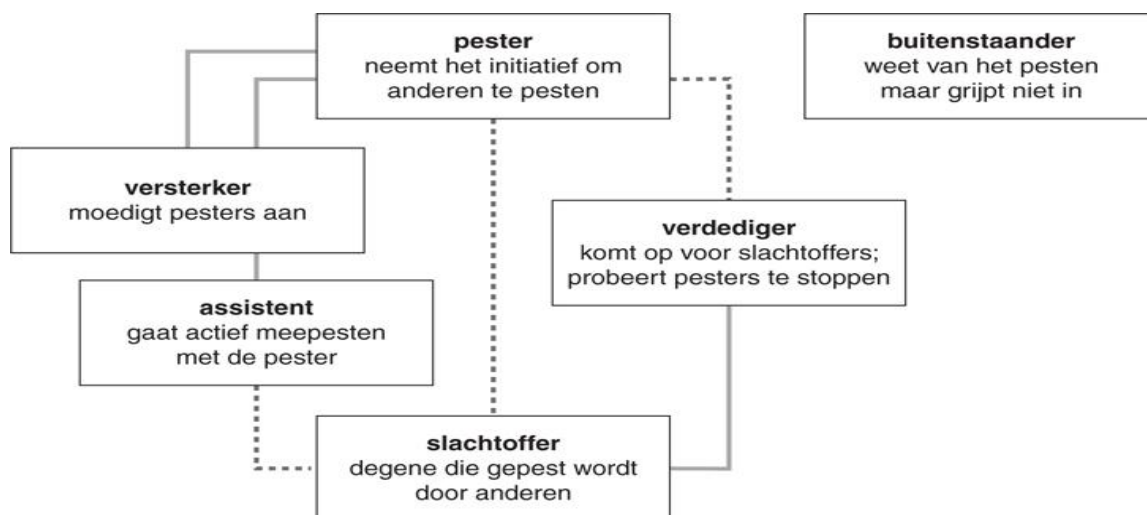
Struisvogels

Dit is de groep leerlingen die niet reageren op het pestgedrag. Zij vinden het pestgedrag niet oké, maar durven niets te zeggen uit angst om zelf gepest te worden. Door deze groep denkt het slachtoffer dat het zijn eigen schuld is om gepest te worden en wordt het gevoel van eenzaamheid versterkt.

De redder(s)

De redder komt op voor het slachtoffer. Een redder doet dit alleen als hij/zij zich kan identificeren met het leed van het slachtoffer en als hij voelt dat zijn 'redding' iets kan veranderen. Of een leerling zich opwerpt als redder hangt ook af van zijn sociale en fysieke status in de groep. De leerling moet stevig in z'n schoenen staan om deze rol aan te nemen.⁸

Hieronder staan de rollen schematisch weergegeven.⁹



BELANGRIJK OM TE WETEN

Pesters, omstanders en docenten hebben de neiging om de slachtoffers de schuld te geven van de pesterijen omdat ze niet voor zichzelf opkomen en provocerend gedrag vertonen in de school. Hierbij is het van belang om te weten dat slachtoffers hulp nodig hebben van volwassenen en leeftijdsgenoten, ook als hun gedrag provocerend is geweest. Docenten en leeftijdsgenoten zijn belangrijk voor het creëren van inzicht in de oorzaken en gevolgen van hun gedrag. Zowel bij de pesters als bij de slachtoffers¹⁰.

⁸ Grenslin. *De rollen bij pesten*. Geraadpleegd op 02-09-2020, op <https://www.kennisplein.be/sites/integriteit/Pages/Wie%20is%20er%20betrokken%20in%20een%20pestsituatie.aspx>

⁹ Salmivalli, C., Lagerspetz, K., Björnkqvist, K. Österman, K., & Kaukiainen, A., (1996). Bullying as Group Process: Participant Roles and their Relations to Social Status with the Group. *Agressive Behavior*, (22), 5-17.

¹⁰ Wong, C-T., Cheng, Y-Y., & Chen, L-M. (2013). Multiple perspectives on the targets and causes of school bullying. *Educational Psychology in Practice*, 29(3), 278-292.

PREVENTIE

Om te voorkomen dat er gepest wordt op school onderneemt SG De Triade de onderstaande acties.

- Jaarlijks schoolgezondheidsonderzoek van de GGD.
- Ons motto “Wij doen normaal” hangt duidelijk zichtbaar in de school. Leerlingen worden aangesproken wanneer zij gedrag vertonen wat niet strookt bij dit motto.
- Docenten surveilleren tijdens de pauzes en spreken leerlingen aan op gedrag dat niet valt onder het motto “Wij doen normaal”. Wanneer gedrag zich herhaalt kunnen er sancties worden opgelegd, eventueel in samenspraak met de schoolleiding of ondersteuningscoördinator.
- Bij de start van een nieuw schooljaar worden er introductie-activiteiten gedaan met tot doel de onderlinge relaties in de klas te versterken en verbeteren. Bij de eerstejaars leerlingen hebben deze activiteiten ook tot doel om kennis te maken met de school.
- Wekelijks hebben de leerlingen mentoruur. In dit uur wordt onder andere aandacht besteed aan de groepsdynamiek en aan het onderwerp ‘pesten’. Hierbij komt ook cyberpesten aan de orde.
- Gedurende de lessen geluyskunde in de onderbouw komt het onderwerp ‘pesten’ aan bod, ook het cyberpesten. Tevens worden leerlingen in deze lessen gestimuleerd om op een respectvolle manier hun mening kenbaar te maken aan klasgenoten, docenten en anderen.
- Docenten krijgen voorlichtingen en trainingen aangeboden waarin zij handvatten krijgen om risicovolle situaties te herkennen en passend te handelen. Hierbij kunnen externe, specialistische instanties worden ingezet.
- We hebben twee vertrouwenspersonen. Zowel ouders, docenten als leerlingen kunnen deze personen benaderen. Wie deze personen zijn vindt u op pagina twaalf van dit protocol.
- Er worden ouderavonden georganiseerd waar wordt gesproken over (cyber)pesten en hoe ouders hier alert op kunnen zijn/op kunnen reageren.
- Ouders worden ook altijd op de hoogte gebracht wanneer hun kind betrokken is (geweest) bij pestgedrag. Aan ouders wordt gevraagd de situatie met hun kind te bespreken. Uit onderzoek blijkt dat ouders een belangrijke rol spelen in het voorkomen van (online) pesten¹¹. Om die reden vinden wij ouderbetrokkenheid ook in deze situaties van groot belang.
- Bij de groepsindeling wordt rekening gehouden met pestsituaties uit het verleden.

In en om de school hangen camera’s. Deze kunnen door specifieke personen binnen school bekeken worden wanneer hier aanleiding voor is. Ook in het geval van pesten kunnen deze beelden bekeken en beoordeeld worden om te achterhalen welke personen betrokken waren (en in welke rol).

¹¹ Franken, A. (2018). *Aanpak pesten: Wat werkt?* Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

STAPPEN BIJ (VERMOEDENS VAN) PESTEN

Ondanks alle preventieve maatregelen kan er toch sprake zijn van pesten. Wanneer er vermoeden zijn van pesten wordt verwacht dat hierop gehandeld wordt. Ook van leerlingen wordt verwacht dat zij pestgedrag melden bij hun mentor, teamleider en/of ondersteuningscoördinator. Pesten kan ook worden gesignaleerd door ouders. Aan hen vragen we signalen te melden bij de mentor, zodat wij dit bespreekbaar kunnen maken.

SIGNALEN

Elke medewerker van De Triade heeft als taak om alert te zijn op signalen van pestgedrag. Enkele signalen kunnen zijn:

- Gedragsverandering bij de leerling: de eerst teruggetrokken leerling vertoont nu grensoverschrijdend gedrag óf de leerling die eerst 'haantje de voorste' was vertoont nu teruggetrokken gedrag.
- De leerling ervaart problemen met eten of slapen.
- Verslechterde schoolresultaten.
- Toenemend schoolverzuim.
- De leerling praat over gevoelens van eenzaamheid.
- Vermijden van gezamenlijke ruimtes zoals het schoolplein of de aula. Of blijft tijdens deze momenten in de buurt van de docent.
- Klagen over onverklaarbare fysieke ongemakken (hoofdpijn, buikpijn). Mogelijk zijn deze klachten stress-gerelateerd.
- De leerling wordt als laatste/niet gekozen bij spelletjes (gym).
- Steeds dezelfde leerling is betrokken bij opstootjes in de klas.
- Klasgenoten spreken iemand constant met een (negatieve) bijnaam aan^{12 13}.

In de bijlage van dit protocol is de 'signaalkaart pesten' opgenomen.

STAPPENPLAN

Wanneer er vermoedens zijn van pesten nodigt de mentor de leerling(en) uit voor een individueel gesprek. Hierin worden de signalen en vermoedens besproken. De leerling krijgt de mogelijkheid zijn kant van het verhaal te vertellen. Hierbij dient de mentor alert te zijn op signalen van cyberpesten. Mogelijk komt het gedrag voort uit iets wat de avond daarvoor online begon.

Na dit gesprek meldt de mentor bij de ondersteuningscoördinator en/of de teamleider wat er is gebeurd. In samenspraak wordt bepaald wat passende vervolgstappen zijn en wie verantwoordelijk is voor de uitvoering van deze stappen.

¹² McCafferty, K. (2013). Bullying. Signs and prevention. *Exceptional Parent*, 43(9), 47-48.

¹³ Leraar24. (2018). Geraadpleegd op 9 september 2020, op <https://www.leraar24.nl/50579/hoe-herken-je-pestgedrag-in-de-klas-en-hoe-pak-je-het-aan/>

Mogelijke vervolgstappen zijn:

- Het voeren van een gesprek met de pester en het slachtoffer om afspraken te maken die herhaling van het pestgedrag moeten voorkomen.
- Het voeren van een groepsgesprek met de klas waarin de verschillende rollen van pesten worden uitgelegd.
- Het opstellen van een contract met de klas waarin afspraken worden gemaakt die herhaling van het pestgedrag moeten voorkomen.
- Klassentraining/-voorlichting geven over pesten, de gevolgen en de rollen.
- Interne hulp opstarten voor de pester en/of het slachtoffer (Begeleider Passend Onderwijs of schoolmaatschappelijk werkster).
- De pester en/of het slachtoffer doorverwijzen naar externe specialistische hulpverlening.

In alle gevallen van pestgedrag worden de ouders van zowel de pester als het slachtoffer geïnformeerd over het gedrag en de consequenties. Wanneer de klas of enkele klasgenoten een groot aandeel hebben in de situatie, worden ook hun ouders geïnformeerd.

Wanneer noodzakelijk kunnen ouders worden uitgenodigd op school om de situatie met hun kind, de mentor en ondersteuningscoördinator door te spreken en gezamenlijk afspraken te maken.

In het geval van ernstige pesterijen (zowel fysiek als mentaal) of herhaling van pesterijen kan een interne of externe schorsing worden opgelegd. Dit wordt opgelegd door de teamleider of (interim) directeur.

Wanneer een situatie van pesten zich heeft voorgedaan wordt er altijd een stukje nazorg verleend. De mentor houdt contact met het slachtoffer, de pester, ouders en houdt de groepssfeer in de gaten. De groepssfeer is ook onderwerp van gesprek tijdens de overleggen met het kernteam en klassenbesprekingen met de ondersteuningscoördinator.

CYBERPESTEN

In het geval van cyberpesten worden dezelfde stappen doorlopen als bij alle andere vormen van pesten. Echter, bij cyberpesten moet er rekening mee gehouden worden dat dit niet stopt wanneer er geen school is. School en thuis zijn geen separate systemen als het gaat om cyberpesten¹⁴. Het pesten gaat door, er is voor het slachtoffer geen ontsnappen aan wanneer hij thuis is. Hierdoor kan er een constant gevoel van onveiligheid ontstaan. Dit gevoel kan ervoor zorgen dat de leerling zich niet optimaal kan ontwikkelen¹⁵.

Voor cyberpesten gelden een aantal specifieke tips:

- Weet op welke sociale netwerken leerlingen zich bevinden, leer deze netwerken kennen.
- Benoem de positieve kanten van internet, bespreek de risico's en vertel dat als je iets offline niet wordt geaccepteerd, dat dit ook online onacceptabel is.
- Vertel leerlingen dat het belangrijk is om bewijs van cyberpesten te bewaren (bijvoorbeeld door een screenshot te maken).
- Maak cyberpesten bespreekbaar in je lessen.

¹⁴ Adams, C. (2010). Cyberbullying: How to Make It Stop. *Instructor*, 120(2), 44-46.

¹⁵ Florang, E. (2020). Cyberbullying: New Approaches for School Counselors. *Journal of School Counseling*, 18(10-18), 1-24.

BELANGRIJKE PERSONEN

Op deze pagina vindt u de namen, contactgegevens en taken van de personen binnen de school die zich (incidenteel) bezighouden met pesten. Wanneer u het algemene nummer belt, wordt u doorverbonden met de onderstaande personen. Het algemene nummer is: 0299-480090

DE MENTOR

De mentor is altijd het eerste aanspreekpunt wanneer er vermoedens zijn van pestgedrag. Per jaar en per klas verschilt het wie de mentor is. Mocht u niet weten wie de mentor van uw kind is, kunt u bellen met de receptie. Zij geven u de naam en het mailadres van de mentor.

CONTACTPERSONEN

Op school hebben we twee vertrouwenspersonen. Zowel ouders, leerlingen als medewerkers kunnen deze personen benaderen wanneer zij anderen niet in vertrouwen kunnen of willen nemen:

- Meneer René van Lemmeren r.vanlemmeren@atlascollege.nl
- Mevrouw Karen Scheele k.scheele@atlascollege.nl

ONDERSTEUNINGSCOÖRDINATOR

In de meeste gevallen zal de mentor de ondersteuningscoördinator inschakelen wanneer zijn/haar acties geen positief effect hebben gehad. U kunt echter ook direct contact met haar opnemen. Zij zoekt samen met u naar een passende actie. De ondersteuningscoördinator kan in gesprek gaan met de betrokkenen, sancties opleggen, opschalen naar het managementteam, intern hulp organiseren en/of doorverwijzen naar externe specialistische instanties.

Mevrouw Chinouk van Koningsbruggen c.vankoningsbruggen@atlascollege.nl

TEAMLEIDER

De ondersteuningscoördinator en/of de mentor schakelen de teamleider in wanneer eerder uitgevoerde acties geen positief effect hebben gehad. U kunt echter ook direct met hem opnemen. De teamleider kan in gesprek gaan met de betrokkenen, sancties opleggen, de ondersteuningscoördinator inschakelen en/of opschalen naar de directie.

Meneer Hans Frikkee h.frikkee@atlascollege.nl

INTERIM-DIRECTEUR

De interim-directeur wordt ingeschakeld wanneer de acties van alle bovenstaande partijen geen positief effect hebben gehad. U kunt ook direct contact met haar opnemen. Zij zal samen met u zoeken naar een passende actie. De interim-directeur kan in gesprek gaan met de betrokkenen, sancties opleggen en/of de teamleider en/of ondersteuningscoördinator inschakelen.

Mevrouw Jeanine van Schendel

j.vanschendel@atlascollege.nl

SITES VOOR MEER INFORMATIE

In de voetnoten van dit protocol staan artikelen en sites die zijn gebruikt bij het schrijven van dit protocol. Mocht er behoefte zijn aan meer informatie kunnen deze bronnen worden geraadpleegd. Daarnaast kunnen de onderstaande sites worden bezocht:

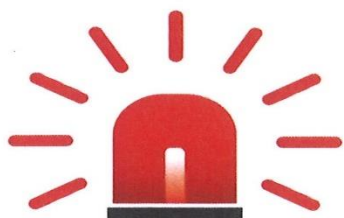
- Nederlands Jeugdinstituut: <https://www.nji.nl/nl/Kennis/Dossier/Pesten>
Dit met informatie over pesten.
- School en Veiligheid: <https://www.schoolenveiligheid.nl/po-vo/thema/pesten/>
Met name bedoeld voor docenten die willen weten wat zij kunnen doen tegen pesten en preventie.
- Pestweb: <https://www.pestweb.nl/>
Hier kun je naartoe voor meer informatie over pesten en wat je kunt doen als je wordt gepest. Op deze site staat ook informatie voor ouders en docenten.
- Stop pesten nu: www.stoppestennu.nl
Informatie voor leerlingen, ouders en docenten.
- Pesten.nl: <http://www.pesten.nl/>
Informatie over pesten voor leerlingen van 6 tot 18 jaar, ouders en docenten.
- Helpwanted.nl: <https://www.helpwanted.nl/>
Hier kun je terecht voor advies over online verspreide naaktbeelden, als iemand je online seksueel benadert, afpersing met naaktbeelden en alle vormen van online seksueel misbruik.
- Meldknop: <https://www.meldknop.nl/>
Hier kunt je terecht voor informatie over/hulp bij online pesten, misbruik, seks en lastiggevallen worden.
- Vraag het de politie: <https://www.vraaghetdepolitie.nl/>
Voor als je vragen hebt wat de politie voor je kan betekenen in het geval van (online) pesten
- De kindertelefoon: <https://www.kindertelefoon.nl/>
Je kunt chatten of bellen over allerlei onderwerpen. Ook over pesten.
- It's up to you: <https://www.itsuptoyou.nu/>
Idee/les voor docenten.
Een interactieve film over cyberpesten. De leerlingen bepalen zelf de keus van de hoofdpersoon en creëren daarmee een persoonlijk verhaal waarmee ze direct de gevolgen van hun keus ervaren.

Slotwoord

Pesten is iets wat op welke school in meer of mindere mate voorkomt. Op De Triade proberen wij dit te beperken tot het minimum. Dit protocol is het uitgangspunt, maar is aan verandering onderhevig. In de praktijk blijkt namelijk dat als de maatschappij verandert er nieuwe vormen van pesten zullen ontstaan. Het is aan ons als school om hier zo adequaat mogelijk op in te spelen. Dit doen wij in samenwerking met de leerlingen, hun ouders en externe specialisten.

Mocht u naar aanleiding van dit protocol vragen hebben of iets willen melden, dan kunt u contact opnemen met de mentor en/of de ondersteuningscoördinator.

Signaalkaart pesten: de 6 pest-alerts!



1 Let op signaalgedragingen



2 Kijk naar rol-vastheid



3 Smartphone wordt vriend of vijand



4 Er is geen schuldgevoel of verzoening



5 Het is fysiek grensoverschrijdend



6 Herhaald plagen is pesten

Tip

1 Weg met vooroordelen

Alle leerlingen kunnen slachtoffer zijn van pesten, dus weg met vooroordelen dat alleen de kneusjes gepest worden. Ook de jongen die goed kan sporten of het meisje dat populair is, kan slachtoffer zijn van pesten. Het standaardprofiel van een slachtoffer of dader bestaat niet!

2 Neem signalen serieus

Als leerlingen aangeven dat ze gepest worden of wanneer ouders hiervan melding maken in school, neem deze signalen dan serieus. Ook al heb je het pesten niet kunnen waarnemen, het betekent niet dat er **niet** gepest wordt. Het is voor leerlingen vaak lastig om toe te geven dat ze gepest worden, dus elk signaal moet serieus genomen worden. Bovendien kan pesten zo subtiel zijn dat slechts weinig leerlingen het waarnemen, daardoor kan het lijken dat het niet voorkomt.

3 Doe onderzoekjes en testjes

Leerlingen weten vaak goed wie door wie gepest wordt in de klas. Je kunt kleine onderzoekjes en testjes doen om er achter te komen wat leerlingen weten. Natuurlijk kan het beeld dat leerlingen hebben vertekend zijn, maar het kan goede aanwijzingen bevatten.

Pestgedrag is vaak moeilijk te herkennen. Deze 6 'alerts' kunnen helpen om alert te zijn op pestgedrag. Het betekent overigens niet dat er niet gepest wordt als er op alle alerts negatief wordt geantwoord. Maar zelfs bij één positief antwoord is het tijd voor extra aandacht en misschien wel maatregelen.

Deze kaart is bedoeld om je te helpen om belangrijke signalen niet over het hoofd te zien.

Leerlingen die gepest worden, vertonen soms signaalgedrag. Dit kunnen onschuldige gedragingen zijn die aangeven dat er stress is: duwen, tics, vreemd praten, opeens druk met iets bezig zijn, dromen. Maar het kunnen ook ernstige signalen zijn zoals vaak ziek zijn, buikklasten of zelfbeschadiging. Vaak proberen leerlingen die gepest worden sociale groepen te vermijden waarin ze het risico lopen om gepest te worden. Deze vermijding noemen we vluchtgedrag. Voorbeelden zijn: alléén lunchen, langdurig toiletbezoek, in de gang blijven hangen of snel weg na schooltijd.

1 Let op signaalgedragingen

Bij pesten heeft iedereen zijn vaste rol, dit in tegenstelling tot plagen. Als iets een plagerijtje lijkt, kijk dan eens of het altijd dezelfde is die plaagt en altijd dezelfde die moet incasseren. Bij pesten zien we ook altijd meelopers en omstanders. De pester staat meestal niet alleen, de gepeste wel. Wees je ervan bewust dat pesten niet altijd uit grote gedragingen bestaat, soms is het een stemmetje imiteren of iemand nadoen, maar altijd in dezelfde rollen.

2 Kijk naar rol-vastheid

Afwijkend gedrag ten aanzien van de telefoon kan een signaal zijn. Als de leerling extreem zijn telefoon afschermend voor anderen of ontwijkend gedrag vertoont als het gaat over activiteiten op internet kan er sprake zijn van cyberbullying. Ook non-verbale signalen (stemmingswisseling) tijdens het gebruik van de telefoon kunnen een waarschuwing zijn.¹⁾

3 Smartphone wordt vriend of vijand

Leerlingen maken ruzie, dit hoort erbij, maar vaak hebben leerlingen na afloop een schuldgevoel of zoeken ze naar een manier om te verzoenen. Elkaar voor een aantal dagen ontwijken kan ook een manier van verzoening zijn. Bij pesten zien we dat de pester meestal niet wil verzoenen en ook niet begrijpt waarom. Schuldgevoel ontbreekt omdat het slachtoffer het in zijn ogen verdient. Zie je dat leerlingen conflicten hebben, maar geen toenadering zoeken dan is er misschien iets aan de hand.

4 Er is geen schuldgevoel of verzoening

Pesten is soms letterlijk fysiek grensoverschrijdend en als iemand te dicht in de buurt komt kan dat bedreigend zijn. Pesters gaan deze grens vaak subtiel over door het slachtoffer even te duwen in het langslopen terwijl ze boeken uitdelen, de weg te blokkeren, onder de tafel met de voeten tegen de stoel te duwen en soms door heel dicht op de ander te staan. Fysiek grensoverschrijdend kan ook op afstand door de ander aan te staren terwijl het slachtoffer alles doet om de blik te ontwijken.

5 Het is fysiek grensoverschrijdend

Vaak wordt negatief gedrag afgedaan als een plagerijtje. Als het een herhaling is dan gaat het duidelijk om pesten. Een plagerijtje is leuk als het eenmalig is. Herhaling kan ook voorkomen omdat niet één leerling een geintje uithaalt, maar meerdere leerlingen hetzelfde geintje uithalen met hetzelfde slachtoffer. Heb je een geintje vaker gehoord: stop het!

6 Herhaald plagen is pesten