

## **Protocol 'Voorkomen en aanpak van pesten'**

### **Visie**

OSG Sevenwolden staat open voor en biedt ruimte aan leerlingen van alle gezindten en achtergronden. Een school waarin leerlingen hun eigen weg leren te vinden in een complexe omgeving. Een school met aandacht voor het ontwikkelen van democratisch burgerschap in een participatiesamenleving, waar de deuren open staan en de wereld binnen wordt gehaald. Een omgeving waarin leerlingen leren respectvol met elkaar om te gaan en waar leerlingen een belangrijke stem hebben in de organisatie van de school. In OSG Sevenwolden staan zeven waarden centraal: Vertrouwen, Veiligheid, Betrokkenheid, Verbondenheid, Open en Eerlijk, Plezier en Verantwoordelijkheid. Deze waarden liggen ten grondslag aan de omgangsvormen die wij op school hanteren.

Wij willen een veilige school zijn. Pesten is in strijd met de identiteit van school en wordt dan ook nooit getolereerd. Het is mede om die redenen dat we het belangrijk vinden beleid te hebben tegen pestgedrag op school.

### **Verantwoording**

Op de diverse locaties van OSG Sevenwolden wordt veel aandacht besteed aan preventie van ongewenst gedrag. Pestgedrag is schadelijk tot zeer schadelijk voor kinderen, zowel voor de slachtoffers als voor de pesters. Sevenwolden wil dit direct en adequaat aanpakken in samenwerking met de ouders/verzorgers.

### **Doelstelling**

Dit protocol is erop gericht om alle medewerkers, leerlingen en ouders op de hoogte te brengen van de wijze waarop OSG Sevenwolden probeert pesten te voorkomen en omgaat met situaties waarin toch sprake is van pesten.

### **Verschil plagen en pesten**

#### *Plagen*

Bij plagen is er sprake van incidenten. Plagen gebeurt vaak spontaan, het duurt niet lang en is onregelmatig. Bij plagen zijn de kinderen gelijk aan elkaar; er is geen machtsverhouding. 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. Bij plagen loopt de geplaagde geen blijvende psychische en/of fysieke schade op en is in staat zich te verweren.

#### *Pesten*

Pesten is het op systematische wijze langdurig verrichten van fysieke, verbale en non-verbale handelingen zoals duwen, slaan, schoppen, uitschelden, roddelen en sociaal isoleren, tegenover iemand die zich daartegen niet kan verdedigen. Pesten gebeurt alleen of in groepsverband. Een belangrijk gegeven bij pesten is dat er tussen dader en slachtoffer een ongelijke machtsverhouding bestaat. De dader is vaak fysiek en verbaal sterker dan het slachtoffer of opereert in groepsverband, waardoor het slachtoffer zich in zijn eentje niet kan verdedigen.

*Bron: Nederlands Jeugd instituut [het expertisecentrum over jeugd en opvoeding]*

[Zie voor een overzicht verschil plagen – pesten bijlage 1]

Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er grip op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten docenten en onderwijsondersteunend personeel niet altijd hoe ermee om te gaan. Zij hebben een belangrijke taak pestgedrag tegen te gaan samen met de ouders en de leerlingen zelf. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom ook durven vragen. De medewerkers moeten oog te hebben voor de signalen van leerlingen (zie bijlage 2). Het is belangrijk dat zij interesse tonen en luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben.

## **Soorten pesten**

### *Direct en indirect pesten*

Pesten kent verschillende vormen. Een directe vorm van pesten is een openlijke, zichtbare aanval op een ander. Uitschelden, schelden en beschuldigen zijn voorbeelden van directe en verbale agressie. Bij indirect pesten wordt iemand bijvoorbeeld op een niet zichtbare en onduidelijke manier buitengesloten door een groep. Een relationele manier van pesten houdt in dat relaties en vriendschappen worden gemanipuleerd om iemand emotioneel te kwetsen. Dat kan zowel direct als indirect gebeuren.

### *Digitaal pesten*

Een ander vorm van pesten is die via de sociale media. Bij digitaal pesten of cyberpesten gebruiken kinderen of jongeren hun digitale communicatiemiddelen. Voorbeelden hiervan zijn uitschelden, beledigende berichtjes sturen via smartphone, tablet of webcam of het plaatsen van foto's op internet.

Bij cyberpesten is fysieke kracht minder belangrijk. Het pesten kan zelfs anoniem plaatsvinden. Doordat de pester niet direct ziet hoe het slachtoffer reageert, beseft hij bovendien minder goed hoe kwetsend zijn boodschappen zijn. Anderen kunnen het pesten zien en kunnen daaraan meedoen. Opnames/foto's die op internet zijn geplaatst, kunnen soms niet meer worden verwijderd. Daardoor kan het pesten harder aankomen dan de bedoeling was.

## **Partijen**

Bij pesten spelen verschillende partijen een rol.

### *De gepeste leerling*

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dat kan met hun uiterlijk, gedrag, geloof, gevoelens seksuele voorkeur of sociale uitingsvormen te maken hebben. 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 andere dingen of hebben iets wat anders is dan de meeste van hun leeftijdgenoten: ze bespelen een ander instrument, doen een andere sport, zijn heel goed in bepaalde vakken of juist niet of ze praten op een andere wijze dan algemeen gebruikelijk is. Een kind dat wordt gepest, praat er thuis niet altijd over.

Redenen hiervoor kunnen zijn:

- schaamte;
- angst dat de ouders met de school of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt;
- het probleem lijkt onoplosbaar;
- het idee dat het niet mag klikken.

### *De pester*

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Zij zijn of lijken populair maar zijn uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander kleiner te maken.

Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig want het slachtoffer vraagt er immers om gepest te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie.
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken.
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om de macht in de klas.
- Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau).
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid).
- De pester is vroeger zelf gepest.

#### *De meelopers en andere leerlingen*

Meelopers zijn leerlingen die meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te liften met de pester. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen.

De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen. Deze groep speelt een belangrijke rol in het veranderingsproces.

# Hoe te handelen om pesten te voorkomen en zonodig aan te pakken

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de school.

In het pestprotocol is vastgelegd hoe binnen OSG Sevenwolden geprobeerd wordt pesten te voorkomen en zonodig aan te pakken.

## Uitgangspunten

Bij het opstellen van het protocol 'voorkomen en aanpak van pestgedrag' worden van de volgende uitgangspunten uitgegaan:

1. Sevenwolden ziet pesten als een probleem.
2. Sevenwolden schept actief een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
3. Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten snel kunnen signaleren (zie bijlage 1) en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. Sevenwolden ontplooit preventieve (les)activiteiten.
5. Sevenwolden heeft een directe aanpak wanneer het pesten de kop opsteekt (zie bijlage 3 'Het stappenplan na een melding van pesten').

## Preventieve maatregelen

- Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de mentor in zijn klas het protocol 'Hoe te handelen bij pesten'. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen beschouwd wordt.
- In alle leerjaren wordt aandacht besteed aan pesten in één of meerdere studielessen. De leerlingen ondertekenen aan het eind van deze les(sen) een aantal samen gemaakte afspraken (zie bijlage 10 'Het pestcontract').
- Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groeps gesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd.

Naast alle preventieve maatregelen blijven docenten alert op pestgedrag (signalerende rol). Het maken van een sociogram van de klas is een goed hulpmiddel om de sociale verbindingen en relaties in de klas helder te krijgen (zie bijlage 4). Wanneer pesten waargenomen of vermoed wordt, is het belangrijk hierop adequaat te reageren. De mentor en/of de teamleider moet geïnformeerd worden om hulp en overleg in gang te zetten.

## De zes-sporenaanpak

OSG Sevenwolden hanteert de zes-sporenaanpak. Dit houdt in dat Sevenwolden:

1. streeft naar een veilig en gezond schoolklimaat met een goed beleid rond voorkomen en bestrijden van pesten;
2. steun biedt aan zowel de gepeste leerling als de pester;
3. ouders/verzorgers informeert en erbij betreft;
4. zo nodig verwijst naar de vertrouwenspersoon en/of van professionele hulp aan de leerling en ouders/verzorgers aanbiedt;
5. in gesprek gaat met de betreffende klas;
6. nazorg biedt.

# Bijlage 1

## Verschil tussen plagen en pesten

<b>Plagen</b>	<b>Pesten</b>
Gebeurt zonder er bij na te denken en spontaan.	Gebeurt met opzet: de pester weet vooraf wie hij zal pesten, op welke manier en wanneer.
Heeft geen kwade bijbedoelingen.	Wil iemand bewust kwetsen of kleineren.
Duurt niet lang, gebeurt niet vaak en is onregelmatig.	Kan lang blijven duren, gebeurt meer dan eens en is systematisch. Het houdt niet vanzelf op na een poosje.
Speelt zich af tussen "gelijken".	De strijd is ongelijk: de pester heeft altijd de bovenhand; de pester voelt zich zo machtig als de gepeste zich machteloos voelt.
Is meestal te verdragen of zelfs plezierig, maar het kan ook kwetsend of agressief zijn.	De pester heeft geen positieve bedoelingen. Hij wil pijn doen, vernielen of kwetsen.
Is meestal één tegen één.	Is meestal een groep (pester, meelopers en de zwijgende middengroep) tegenover één geïsoleerd slachtoffer.
De rollen liggen niet vast: nu eens plaagt de ene, dan de andere.	Heeft een vaste structuur. De pesters zijn meestal dezelfde, de slachtoffers (gepesten) ook. Als de gepesten wegvallen, dan kan/zal de pester op zoek gaan naar een ander slachtoffer.
De pijn, lichamenlijk of geestelijk, is draaglijk en van korte duur. Soms wordt ze als prettig ervaren (plagen is kusjes vragen!).	Als er niet op tijd wordt ingegrepen, kunnen de lichamenlijke en geestelijke gevolgen ingrijpend zijn en lang nawerken.
De relaties worden na het plagen meteen hervat.	Het is niet makkelijk om na het pesten een evenwichtige relatie te vinden. Het herstel gaat moeilijk en traag.
Het geplaagde kind blijft een volwaardig lid van de groep.	Het gepeste kind is geïsoleerd, voelt zich eenzaam en voelt dat het niet meer bij de groep hoort.
De groep lijdt niet onder plagerijen of vindt nadien meteen haar draai terug.	De groep lijdt onder een dreigend, onveilig gevoel. Iedereen is angstig. De kinderen vertrouwen elkaar niet meer, ze zijn niet erg open of spontaan en ze hebben weinig echte vriendjes in de groep.

## **Bijlage 2**

### **Signalen van de gepeste leerling**

Deze zijn onder te verdelen in primaire en secundaire signalen.

#### **Primaire signalen**

De leerling geeft duidelijk aan dat het gepest wordt. De pesterijen zijn:

- uitschelden, bespotten, kleineren, belachelijk maken, bedreigen, uitlachen;
- lastigvallen, duwen stoten, stompen, slaan en schoppen (soms met blauwe plekken, sneeën, schrammen of andere verwondingen en gescheurde kleding tot gevolg);
- betrokken raken bij ruzies, waarbij ze zich niet kunnen verdedigen;
- beschadigen, afpakken, verstoppen of zoek maken van boeken, geld en/of andere eigendommen.

#### **Secundaire signalen**

De leerling geeft indirect aan dat hij of zij gepest wordt. Signalen zijn:

- vaak alleen zijn en buitengesloten worden door de klas/groep tijdens pauzes;
- geen goede vriend(in) in de klas hebben;
- als laatste gekozen worden bij het samenstellen van een team;
- tijdens pauzes dicht bij de docent of andere volwassenen blijven;
- moeilijk hardop praten in de klas;
- een onzekere, angstige, ongelukkige indruk maken;
- verslechtering in schoolresultaten.

## Bijlage 3

### HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN

#### A. De mentor

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste en later met de pester apart. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlage 4 en 5. Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen beide leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor informeert de teamleider en neemt contact op met de ouders van de pester en de gepeste en betreft hen bij de oplossing.
3. De mentor en/of teamleider bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
4. De mentor praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groeps sfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groeps lid heeft.
5. Indien het probleem escaleert worden de ouders/verzorgers op school uitgenodigd en betrokken bij het vinden van een oplossing.
6. Indien het probleem escaleert, draagt de mentor de afhandeling over aan de teamleider en overhandigt het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt.

#### B. De teamleider

1. De teamleider neemt in onderling overleg, de rol van de mentor over bij escalatie van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
2. De teamleider heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het contact met de pester is het doel driedelig, namelijk:
  - a. confronteren (zie bijlage 5);
  - b. mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen;
  - c. helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
4. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij bepaald gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. Zo nodig biedt de teamleider, zowel aan de pester als de gepeste, specialistische hulp aan.
6. De teamleider stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
7. De teamleider bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
8. De teamleider koppelt alle informatie weer terug naar de mentor.

Van de gesprekken rond het pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor en/of de teamleider in het leerlingdossier van zowel de pester als de gepeste worden bewaard.

#### C. Schorsing en verwijdering van de vestiging

Wanneer de pester ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag liggen er geen perspectieven meer tot verandering. De locatie kan en wil geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen. Er rest de locatie niets anders dan te handelen conform het protocol 'Schorsen en verwijderen' (zie hiervoor de website van OSG Sevenwolden en de interne digitale informatiekkanalen).

## Bijlage 4

### Sociogram

Een sociogram is een techniek waarmee de relaties tussen groepsleden kunnen worden bepaald. Door het maken van een sociogram worden de onderlinge relaties zichtbaar gemaakt.

Een typisch startpunt voor het uitvoeren van een sociogram is door leerlingen vragen te stellen over hun klasgenoten:

- Met wie werk je het liefst samen?
- Wie mag je het minst?

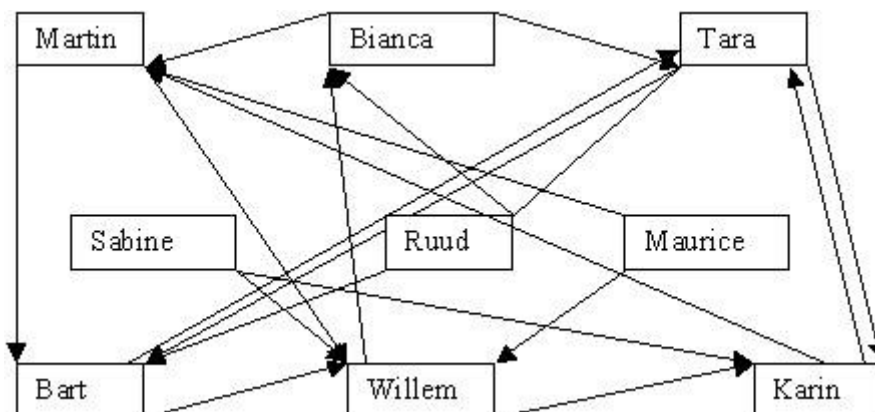
De leerlingen schrijven hun antwoorden op een briefje.

Op basis van de gegeven antwoorden kan vervolgens een 'sociogram' gemaakt worden. Dit kan een tabel of een tekening (grafisch) zijn (zie onderstaande voorbeelden).

Tabel: Sociogram van een kleine groep

	Pieter	Anke	Bas	Diana	<b>totaal</b>
Pieter	x	-	-	+	<b>1</b>
Anke	+	x	+	+	<b>3</b>
Bas	-	+	x	+	<b>2</b>
Diana	+	-	-	x	<b>1</b>
<b>totaal</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	

Een grafisch sociogram kan er als volgt uitzien. Het voorbeeld is afkomstig uit de eerste Big Brother (20 september 1999).



Een sociogram kun je maken voor elke groep groter dan of gelijk aan twee personen. Voor groepen (bijvoorbeeld klassen) van groter dan 14 personen zullen vaak sub-sociogrammen gemaakt kunnen worden.

Zet de centrale figuren in het middengedeelte van het papier. Groepeer daaromheen de anderen. Zet de randfiguren aan de rand, in de buurt van hun eerste keuze. Verbind dan ieders *eerste keuze met vette pijlen*. Dan ontstaat de grondstructuur. Doe dat in de



volgorde van het aantal keren dat ze gekozen zijn. Breng dan de *tweede keuzen via gewone lijnen* met een pijl en de *derde keuzen door stippellijnen* met pijl aan. In diezelfde volgorde. Hiermee is het sociogram af.

### **Digitaal afnemen sociogram**

Het afnemen en maken van een sociogram kost veel tijd. Er bestaan ook gratis programma's. Zie hiervoor bv: [www.sometics.com/nl/sociogram.html](http://www.sometics.com/nl/sociogram.html)

## Bijlage 5

### LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET DE GEPESTE LEERLING

#### Feiten

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

## Bijlage 6

### LEIDRAAD VOOR EEN GESPREK MET EEN LEERLING DIE PEST

Alvorens er een gesprek met de pester wordt gehouden heeft degene die het gesprek aangaat zich er van overtuigd dat degene met wie het gesprek plaatsvindt inderdaad schuldig is aan het gemelde gedrag.

Het doel van dit gesprek is drieledig:

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

#### **Confronteren**

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde.

#### *Confronteren is*

- probleemgericht en richt zich op gedrag wat waar te nemen is. Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht. Zodra we gaan interpreteren reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met kritiseren.
- relatiegericht. Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt maar met behoud van de relatie. Je wilt duidelijk verder met de jongere. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.
- specifiek blijven. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
- veranderingsgericht. Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

#### *Achterliggende oorzaken*

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

#### *Het pestgedrag moet stoppen*

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt.

## Bijlage 7

### Digitaal Pesten (cyberpesten)

OSG Sevenwolden voert een actief beleid digitaal pesten zo veel mogelijk te voorkomen. Hiervoor heeft de school het 'Protocol Sociale Media' (Zie de website van OSG Sevenwolden).

Daarnaast worden tijdens (mentor)lessen de leerlingen tips aangereikt om cyberpesten zo veel mogelijk te voorkomen.

#### Tips voor leerlingen

##### ***Wat kun je doen om digitaal pesten te voorkomen?***

- 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 als 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 naar anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekenden uit je MSN contactlijst.
- Bel of mail 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 haat-email.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. Let vooral op bij foto's van jezelf. Als je een foto op internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden.
- Wees zeer voorzichtig met het gebruik van je webcam. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan andere personen te laten zien of voor doeleinden die jij niet wilt.

##### ***Wat kun je tegen cyberpesten doen?***

- Niet persoonlijk opvatten als het van mensen komt die je niet kent. De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijker gaan schelden.
- Reageer niet op pestmails of andere digitale pesterijen. Verwijder de e-mail zonder hem te openen.
- Blokkeer de afzender. Als het gaat om sms'jes op je mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.
- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op. Van het IP adres van de e-mail kan vaak worden afgeleid van welke computer de e-mail is verzonden. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail aan kan nemen. Men heeft daar ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie de mail heeft verstuurd. Bel de helpdesk op.
- Ga naar je mentor of teamleider toe op school. Deze zal je verder helpen om het vervelende pestgedrag te stoppen.
- Bij stalking kun je aangifte doen bij de politie. Voor meer informatie over aangifte doen: zie [www.pestenislaf.nl](http://www.pestenislaf.nl). 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. Het is strafbaar.

## Tips voor ouders

- Toon interesse. Verplaats u in de belevingswereld van uw kinderen op internet. Internet kan spannend en gevaarlijk zijn, maar ook heel leuk. 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 digitale contacten 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 uit en plaats ze ergens in de buurt van de computer.
- Spoor de dader op. Soms is de dader van pest-email, hacking, stalking e.d. op te sporen via het e-mailadres. Ook kunnen schrijfstijl en andere aanwijzingen leiden tot het vinden van de dader.
- Reageer nooit op pestmails e.d. Blokkeer de afzender.
- Geef geen persoonlijke gegevens op internet aan anderen.
- Treedt in contact 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.

## **Bijlage 8**

### **Hoe te handelen na een melding van digitaal pesten**

Cyberpesten vormt een toenemend probleem met soms ernstige gevolgen. Daarom hanteert Sevenwolden de volgende speciale aanpak:

1. Laat de berichten bewaren, waarin het pestgedrag voorkomt. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen doen (selecteren, kopiëren, MSN-gesprekken opslaan).
2. Laat de berichten blokkeren. Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pest-email kan blokkeren.
3. Probeer de dader op te sporen. Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer het bericht is verzonden.
4. Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling. Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen ( Tips voor ouders).
5. Verwijs de ouders zo nodig door. Er zijn twee telefoonnummers die ouders kunnen bellen met vragen, namelijk: 0800 – 5010: de onderwijstelefoon 0900 – 111 3 111 3: de Vertrouwensinspectie. Verder is er de (jeugd)politie.
6. Bij stalking wordt de leerling stelselmatig belaagd. Geef ouders het advies aangifte te doen.
7. Bij lichamelijk letsel of materiële schade bij het slachtoffer, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp ([www.slachtofferhulp.nl](http://www.slachtofferhulp.nl); tel: 0900-0101).

## Bijlage 9

### Bruikbare adressen bij cyberpesten

#### Algemene zoekpagina's

- [www.pesten.startkabel.nl](http://www.pesten.startkabel.nl)
- [www.kinderconsument.nl](http://www.kinderconsument.nl)
- [www.pesten.startpagina.nl](http://www.pesten.startpagina.nl)

#### Pesten (algemeen)

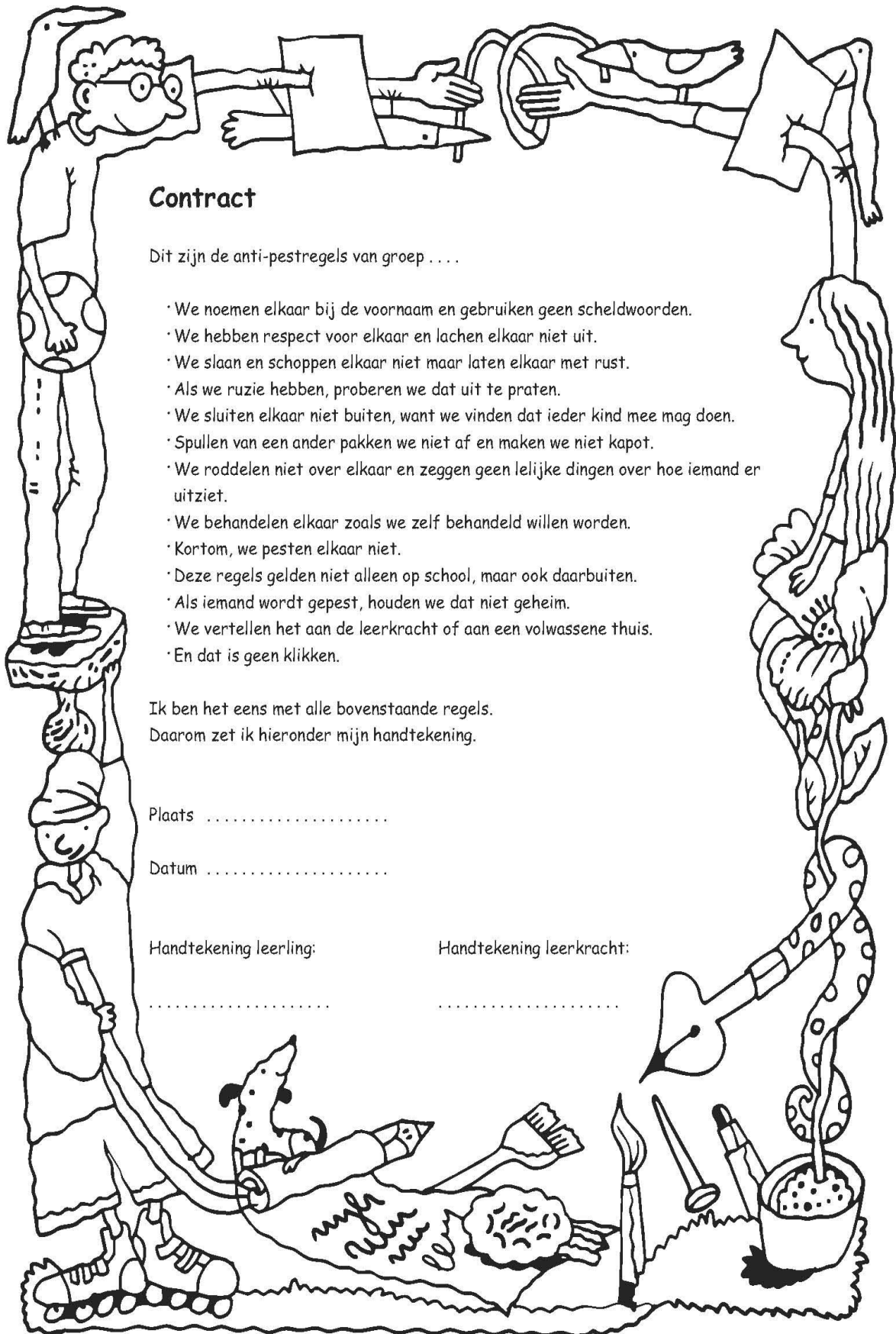
- [www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)  
Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.
- [www.pesten.net](http://www.pesten.net)  
Voor en door slachtoffers, opgericht door Bob van der Meer
- [www.pestforum.nl](http://www.pestforum.nl)
- [www.rtl.nl/gepest](http://www.rtl.nl/gepest)

#### Cyberpesten / veilig internet gebruik / veilige school

- [www.meldknop.nl](http://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](http://www.digibewust.nl)  
Een informatieve site van het Ministerie van Economische Zaken over het veilig gebruik van internet.
- [www.ppsi.nl](http://www.ppsi.nl)  
PPSI is het expertisecentrum van het APS 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](http://www.schoolveiligheid.nl)  
Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.
- [www.veilig.kennisnet.nl](http://www.veilig.kennisnet.nl)  
Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT-coördinatoren.
- [www.mijnkindonline.nl](http://www.mijnkindonline.nl)
- [www.cyberpesten.be](http://www.cyberpesten.be)
- [www.kinderombudsman.nl](http://www.kinderombudsman.nl)  
De Kinderombudsman controleert of de overheid de kinderrechten in Nederland naleeft. Hij doet dit ook bij private organisaties in het onderwijs, de kinderopvang, de jeugdzorg en de gezondheidszorg. In 1989 zijn de kinderrechten door de Verenigde Naties (VN) vastgelegd in het Kinderrechtenverdrag

Het zorgteam zorgt voor de jaarlijkse aanpassing van bovenstaande adressen.

## Bijlage 10



### Contract

Dit zijn de anti-pestregels van groep . . . .

- We noemen elkaar bij de voornaam en gebruiken geen scheldwoorden.
- We hebben respect voor elkaar en lachen elkaar niet uit.
- We slaan en schoppen elkaar niet maar laten elkaar met rust.
- Als we ruzie hebben, proberen we dat uit te praten.
- We sluiten elkaar niet buiten, want we vinden dat ieder kind mee mag doen.
- Spullen van een ander pakken we niet af en maken we niet kapot.
- We roddelen niet over elkaar en zeggen geen lelijke dingen over hoe iemand er uitziet.
- We behandelen elkaar zoals we zelf behandeld willen worden.
- Kortom, we pesten elkaar niet.
- Deze regels gelden niet alleen op school, maar ook daarbuiten.
- Als iemand wordt gepest, houden we dat niet geheim.
- We vertellen het aan de leerkracht of aan een volwassene thuis.
- En dat is geen klikken.

Ik ben het eens met alle bovenstaande regels.  
Daarom zet ik hieronder mijn handtekening.

Plaats .....

Datum .....

Handtekening leerling:

Handtekening leerkracht:

.....

.....