



# Visser 't Hooft Lyceum Leiden-Leiderdorp-Rijnsburg

## Pestprotocol

**We willen bereiken dat alle leerlingen zich in hun schooljaren veilig en erkend voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen.**



# Visser 't Hooft Lyceum

---

## I Doel pestprotocol

***We willen bereiken dat alle leerlingen zich in hun schooljaren veilig en erkend voelen, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen.***

Pestgedrag komt helaas op elke school voor, ook op het Visser 't Hooft Lyceum. Pestgedrag grijpt diep in op het leven van iedere betrokkene. Het leven van de slachtoffers wordt nog jarenlang negatief beïnvloed door hun pestverleden. Uit onderzoek blijkt dat notoire pesters vier keer zoveel kans hebben om op een of andere manier in het criminele circuit terecht te komen.

Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen, scheppen we een klimaat waarin iedereen de gelegenheid krijgt met plezier naar school te gaan. In het protocol staan regels en afspraken. Zodra zich ongewenste situaties voordoen, kunnen leerlingen en volwassenen elkaar hierop aanspreken.

## II Wat is pesten?

Pesten is het regelmatig uitoefenen van psychische of fysieke mishandeling door een leerling of een groep leerlingen van, meestal, een klasgenoot die niet of onvoldoende in staat is zich te verdedigen.

## III Signalen van pesterijen

- **Verbaal**  
Altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen, zogenaamde 'leuke' opmerkingen maken over het slachtoffer, opmerkingen maken over kleding en/of uiterlijk, beledigen, schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer, via chat of mail opmerkingen verspreiden.
- **Fysiek**  
Trekken, duwen, spugen, laten struikelen.  
Afpakken, stelen, vernietigen, beschadigen, kapotmaken van bezittingen
- **Intimidatie**  
Buiten school opwachten, achterna blijven lopen, doorgang versperren, naar het huis van het slachtoffer gaan, bedreigen.
- **Isolatie**  
Voortdurend duidelijk maken dat het slachtoffer niet gewenst is, doodzwijgen, negeren, buitensluiten.

## IV Partijen bij het pestprobleem

- **De gepeste leerling**  
Elke leerling loopt het risico gepest te worden, maar sommige leerlingen hebben een grotere kans gepest te worden dan andere. Uiterlijke kenmerken kunnen aanleiding zijn gepest te worden, maar het heeft vaker te maken met vertoond gedrag, de wijze waarop gevoelens worden beleefd en de manier waarop die worden geuit. Leerlingen die gepest worden, hebben vaak andere interesses dan de meeste leeftijdsgenoten of ze doen dingen anders. Ze zijn goed in vakgebieden of juist niet. Veel leerlingen die gepest worden hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen de pestkoppen en stralen dat ook uit. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep en durven ze weinig of niets te zeggen, omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden. Deze angst wordt versterkt door het pestgedrag waardoor er een vicieuze cirkel ontstaat.

Gepeste leerlingen voelen zich vaak eenzaam; ze hebben in hun gepeste omgeving geen vrienden om op terug te vallen en kunnen soms beter met volwassenen opschieten dan met hun leeftijdgenoten.

▪ ***De pester***

Pestende leerlingen zijn vaak fysiek en/of verbaal de sterkste. Meisjes pesten in driekwart van de gevallen door middel van psychisch geweld (buitensluiten, roddelen) en voor de rest door middel van fysiek geweld. Bij jongens is het net andersom. Pesters kunnen het zich permitteren zich agressief op te stellen en reageren dan ook met dreiging van geweld of de indirecte inzet van geweld. Ze lijken populair te zijn in een klas, maar dwingen hun populariteit in de groep af door te laten zien hoe sterk ze zijn en wat ze allemaal durven. Echte pesters hebben ook weinig empathisch vermogen.

Ook pesters hebben op de langere termijn last van hun pestgedrag. Door hun verkeerde en vooral beperkte sociale vaardigheden hebben ze vaak moeite om een vriendschap op te bouwen en te onderhouden op andere gronden dan die van macht en het delen van die macht.

Pestgedrag kan verschillende oorzaken hebben, bijvoorbeeld:

- *een problematische thuissituatie*
- *voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen)*
- *voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt*
- *voortdurend met elkaar de competitie aan gaan*
- *een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt*

▪ ***De ouders***

De ouders van de pester en van de gepeste leerling zullen altijd zoveel mogelijk actief betrokken moeten worden bij het oplossen van het probleem

▪ ***De meelopers***

Sommige leerlingen doen, uit angst of uit berekening, mee. Dit zijn de zogenaamde 'meelopers'. Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf in de slachtofferrol te raken. Maar het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en op de populariteit van de pester mee willen liften.

▪ ***De zwijgende middengroep***

De meeste leerlingen zijn niet direct betrokken bij pesten in de actieve rol van pester. Sommigen hebben niet in de gaten dat de gepeste eronder lijdt, - zien het als geintjes, -; anderen houden enige afstand om er zelf niet in betrokken te worden. Om een einde te maken aan het gepest kan een actiever rol van deze grote groep of het duidelijke stelling nemen een enorme steun voor de gepeste betekenen.

## V Preventie door de school / mentor

- Aan de basis ligt het naleven en het handhaven van de schoolregels zoals die in de schoolgids vermeld staan.
- De mentor speelt een belangrijke rol in het tot stand brengen van een veilig klassenklimaat vanaf de allereerste kennismaking.
- De mentor wordt geacht minstens één keer per maand aandacht te besteden aan pestproblematiek.
- De mentor heeft regelmatig contact over wat er gebeurt in de klas. Ook spreekt de mentor met de leerlingen af dat hij/zij ingelicht wordt wanneer er sprake is van pestgedrag in de klas.
- In het mentoruur komen structureel elk jaar, en daarnaast incidenteel wanneer daar behoefte aan is, de onderwerpen ‘mijn plaats in de groep’, veiligheid, aanpak van ruzies en pesten aan de orde (*Tumult/Leefstijl*). Verschillende werkvormen zijn daarbij denkbaar, zoals: spreekbeurten, rollenspelen, regels met elkaar afspreken over omgaan met elkaar en groepsopdrachten.
- In het mentoruur krijgt de klas door middel van het formuleren van positief gestelde regels (die de leerlingen zelf bedenken en ondertekenen) duidelijkheid over hoe de leerlingen met elkaar om willen gaan. *Bijvoorbeeld:*
  - *we luisteren naar elkaar*
  - *we laten elkaar uitspreken*
  - *we blijven van elkaar af*
  - *we blijven van elkaars spullen af*
  - *we lossen ruzies op door met elkaar te praten*
  - *als we vertellen dat iemand gepest wordt, is dat geen klikken.*
  - *iedereen kan zichzelf zijn*
  - *iedereen laat duidelijk merken dat hij/zij iets niet wil*
  - *als iemand duidelijk maakt dat hij/zij iets niet wil, dan stoppen we.*
  - *we houden ons aan de regels*
- Docenten en andere medewerkers van de school tonen positief voorbeeldgedrag. Er zal minder gepest worden in een klimaat waarin duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar acceptatie van verschillen wordt aangemoedigd, waar ruzies niet met geweld worden opgelost, maar uitgesproken, waar leerlingen gerespecteerd worden in hun eigenheid, waar agressief gedrag niet wordt getolereerd en waar docenten, onderwijs ondersteunend personeel en schoolleiding duidelijk stelling nemen tegen dergelijke gedragingen.
- Wanneer een docent het pesten opmerkt, meldt hij / zij dat aan de mentor(en) van de betreffende leerlingen.
- De mentor vermoedt dat er sprake is van onderhuids pesten. Dat wil zeggen, hij denkt dat er gepest wordt, maar kan er moeilijk de vinger op leggen.  
*In zo'n geval stelt de mentor een algemeen probleem aan de orde om langs die weg bij het probleem in de klas te komen.*

## VI Aanpak

### ***Uitgangspunt:***

De mentor biedt altijd hulp aan de gepeste leerling en begeleidt de pester en de omstanders, indien nodig in overleg met de ouders en/of externe deskundigen.

Wanneer een leerling gepest wordt door een andere leerling, is het plan van aanpak als volgt:

- ***Stap 1***  
De gepeste leerling probeert er samen met de pester uit te komen. Hij geeft duidelijk aan wat hij vervelend vindt en dat het gepest moet ophouden.
- ***Stap 2***  
Op het moment dat de leerling er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) heeft deze het recht en de plicht het probleem aan de mentor voor te leggen. Als hij dat niet durft, doen zijn ouders dat of hij vraagt een klasgenoot.
- ***Stap 3***  
De mentor brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderend gesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken. Afhankelijk van de ernst van de pesterij vermeldt de mentor dit in Magister bij de gepeste leerling en pester. De mentor zorgt er voor dat hij op de hoogte blijft van het verloop, eventueel door leerlingen uit de zwijgende middengroep in te schakelen.
- ***Stap 4***  
Bij herhaaldelijke ruzie / pestgedrag treden de volgende consequenties in werking voor de pester. Deze worden vermeld in Magister. Daarnaast is er begeleiding voor zowel de pester als de gepeste en aandacht voor de omstanders.

### ***Consequenties voor de pester:***

#### ***Fase 1***

- Door gesprek: bewustwording van de schade die hij / zij aan het gepeste kind toebrengt.
- Een schriftelijke opdracht zoals een opstel met uitleg over de toedracht en zijn of haar rol in het pestprobleem.
- Afspraken maken over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komt één maal per week (voor een afgesproken periode) in een kort gesprek met de mentor aan de orde.
- Nablijven (tot alle leerlingen naar huis vertrokken zijn).
- Ouders worden op de hoogte gebracht.

## **Fase 2**

- Als voorgaande acties op niets uitlopen: een gesprek met de ouders. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. Dit gesprek met de ouders vindt plaats nadat de school alle activiteiten tot dan toe heeft vastgelegd en al het mogelijke heeft gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.
- Overleg met de kernteammanager: schorsing voor één of meerdere dagen.

## **Fase 3**

- Bij aanhoudend pestgedrag kan deskundige hulp worden ingeschakeld, via het Zorg en Advies Team, de sociaal verpleegkundige van de GGD of maatschappelijk werk.

## **Fase 4**

- Bij aanhoudend pestgedrag kan er voor gekozen worden om een leerling tijdelijk in een andere klas te plaatsen, binnen de school.

## **Fase 5**

In extreme gevallen kan een leerling permanent geschorst of verwijderd worden.

### ***Begeleiding van de pester door de mentor:***

- Samen zoeken naar de reden van het ruzie maken / pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen).
- Laten inzien wat het effect van zijn/ haar gedrag is voor de gepeste.
- In laten zien welke sterke (leuke) kanten de gepeste heeft.
- Wijzen op de schoolregels: pesten is verboden in en om de school.
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de ‘stop-eerst-nadenken-houding’ of een andere manier van gedrag aanleren.
- Excuses aan laten bieden.
- Zwijgende middenmoot mobiliseren om te helpen met beheersing.
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders opstelt.
- Inschakelen hulp: sociale vaardigheidstrainingen; ZAT-team; Jeugd-gezondheidszorg; huisarts; GGD.

### ***Begeleiding van de gepeste leerling door de mentor:***

- Medeleven tonen en luisteren en vragen: hoe en door wie wordt er gepest.
- Nagaan hoe de leerling zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten.
- Uitleggen dat huilen of heel boos worden juist vaak een reactie is die een pester wil uitlokken.
- De leerling helpen om andere manieren te vinden waarop hij kan reageren.
- De zwijgende middenmoot mobiliseren als morele steun of als relativerende partij.
- De leerling laten inzien waarom een ander kind pest.

- Nagaan welke oplossing de leerling zelf graag wil en hoe die te bereiken is.
- Sterke kanten van de leerling benadrukken.
- Belonen (schouderklopje) als de leerling zich anders / handiger opstelt.
- Inschakelen hulp: sociale vaardigheidstrainingen; JGT, huisarts; GGD.

### ***Omstanders / zwijgende middengroep***

Door gesprekken in de klas met de mentor (of kernteammanager, leerlingbegeleider) wordt de zwijger zich er van bewust dat hij ook een rol speelt in de pesterijen en dat zijn gedrag mee kan helpen om een einde te maken aan het pestgedrag.

De mentor houdt zich via de klassenvertegenwoordigers of via een paar andere betrouwbare leerlingen regelmatig op de hoogte van het gedrag van zijn leerlingen binnen de klas / school.

## **VII Digitaal pesten / Cyberpesten**

Digitaal pesten kan veel harder zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de ouders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en de reikwijdte van het internet veel groter is. Kinderen komen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking.

### ***Pesten of misbruik via het internet en via de mobiele telefoon:***

- ***Pestmail***  
Schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen
- ***Stalking***  
Het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van haat-mail of het dreigen met geweld in chatrooms; Tegenkomen van ongewenst materiaal zoals: porno en kinderporno, gewelddadig materiaal etc.; Ongewenst contact met vreemden;
- ***Webcam-seks***  
Beelden die ontvangen worden kunnen worden opgeslagen en te zijner tijd misbruikt worden
- ***Hacken***  
Gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pestmail
- ***Happy slapping***  
Iemand slaan voor het oog van een camera met als doel de beelden op internet te plaatsen.

### **Wat te doen bij digitaal pesten:**

- ***Stap 1.***  
Bewaar de berichten. Probeer de berichten waarin het pestgedrag



voorkomt te bewaren. Vertel leerlingen hoe ze dat kunnen doen (selecteren, kopiëren, MSN-gesprekken opslaan, zie ook Bijlage VII).

- **Stap 2.**  
Blokkeren van de afzender. Leg de leerling zo nodig uit hoe hij/zij de pestmail kan blokkeren.
- **Stap 3**  
Probeer de dader op te sporen. Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer het bericht is verzonden. Neem contact op met de ICT-coördinator of de systeembeheerder. Het is mogelijk van het IP adres van de e-mail af te leiden van welke computer het bericht is verzonden. Ook is er van alles mogelijk via de helpdesk van de desbetreffende provider.
- **Stap 4.**  
Neem contact op met de ouders van de gepeste leerling. Geef de ouders voorlichting over welke maatregelen zij thuis kunnen nemen.
- **Stap 5.**  
Verwijs de ouders zo nodig door.
- **Stap 6**  
In het geval de leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en kunnen ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiële schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kun je verwijzen naar Bureau Slachtofferhulp ([www.slachtofferhulp.nl](http://www.slachtofferhulp.nl); tel: 0900-0101).

*Nota bene: De school neemt digitaal pesten/cyberpesten zeer serieus, maar vraagt zich tevens af hoe ver de school dient te gaan in het achterhalen van bewijsmateriaal en dergelijke. In voorkomende gevallen zal de school de leerling doorverwijzen naar de politie of in samenspraak met de gepeste leerling de wijkagent op de hoogte stellen van deze vorm van pesten. In het convenant "Veilige School" is deze stap vastgelegd.*

## VIII Adviezen aan ouders

### ***Ouders van gepeste kinderen:***

- Houd de communicatie met uw zoon/dochter open, blijf in gesprek.
- Als pesten niet op school, maar buiten school gebeurt, neemt u dan contact op met de mentor of de kernteammanager van de afdeling om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten op school kunt u het beste direct met de mentor bespreken.
- Door positieve stimulering van en zogenaamde schouderklopjes voor de gepeste leerling (zoon/dochter) kan het zelfrespect weer terugkomen of vergroot worden.
- Stimuleer uw zoon/dochter (intensief) te gaan sporten.
- Steun uw in zoon/dochter het idee dat er een einde aan het pesten komt.

### ***Ouders van pesters:***

- Neem het probleem van uw zoon/dochter serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind loopt kans pester te worden.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen.
- Maak uw zoon/dochter gevoelig voor wat het anderen aandoet.
- Besteed extra aandacht aan uw zoon/dochter.
- Stimuleer uw zoon/dochter tot het beoefenen van een sport.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind.
- Maak uw zoon/dochter duidelijk dat u achter de beslissing van school staat.

### ***Alle andere ouders:***

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus
- Stimuleer uw zoon/dochter om op een goede manier met andere kinderen om te gaan
- Corrigeer uw zoon/dochter bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Leer uw zoon/dochter voor anderen op te komen.
- Leer uw zoon/dochter voor zichzelf op te komen.