



R.K.B.S. Don Bosco

## Het pestprotocol

In dit pestprotocol volgt een zo concreet mogelijke beschrijving van hoe RKBS Don Bosco handelt als pestgedrag de kop op steekt. Het gaat hierbij om preventief en curatief (achteraf) handelen. Natuurlijk is voorkomen beter dan genezen. Een duidelijke éénduidige aanpak met betrekking tot pesten verhoogt de kans op succes in het optreden hiertegen.

Pesten is het op systematische wijze geweld (verbaal, fysiek of op wat voor manier dan ook) toepassen door één of meerdere leerlingen ten opzichte van een klasgenoot, die niet in staat is zichzelf te verdedigen. Er is dus sprake van een ongelijke machtsverhouding. Als dit door de leerkracht wordt geconstateerd moet er zo snel mogelijk worden gehandeld, pesten kan leiden tot ernstige excessen. Als school kunnen wij dit niet tolereren.

### Preventief handelen

Op RKBS Don Bosco wordt gewerkt met Pestpreventie volgens Positive Behavior Support (PBS). Dit zijn zeven lessen waarin de leerlingen vaardigheden voor pestpreventie effectief wordt onderwezen. Pestpreventie volgens PBS gaat uit van drie stappen als reactie op pesten: 'stop', 'loop door' en 'praat'. Bij 'Stop' wordt een handgebaar gebruikt waarbij de hand op borsthoogte wordt gehouden en de vingers recht omhoog gestrekt zijn. Daarbij wordt de adem laag gebracht en stevig "Stop" gezegd. De leerlingen leren in de pestpreventielessen hoe zij dit kunnen doen. Er wordt aandacht besteed aan stevig staan, stevig stop zeggen en het goede handgebaar.

Wanneer dit niet het gewenste effect heeft en het pesten door gaat, leren we de leerlingen door te gaan naar de tweede stap: 'loop'. Daarbij is het vooral de bedoeling de aandacht voor het pesten weg te halen, (net als de kaars waar geen zuurstof meer voor is), zodat het pestgedrag stopt. We leren de leerlingen stevig staan, met de adem in hun buik, kin is recht naar voren, borst ietsje vooruit, schouders ontspannen laten hangen en armen ontspannen laten mee zwaaien. De leerling kijkt zelfverzekerd naar de ander, stapt gecentreerd weg, blijft de ander aankijken en zodra de ander uit het gezichtsveld is, lopen ze weg.

Mocht blijken dat het pesten niet stopt, dan is de derde reactie: 'praat' van toepassing. De leerling gaat dan naar een volwassene toe en vraagt om hulp voor het oplossen van het probleem.

Zodra pesten wordt geconstateerd is het heel belangrijk dat de groepsleerkracht en de intern begeleider - Leerlingenzorg hiervan op de hoogte zijn of worden gebracht. Er moet ook zoveel mogelijk informatie over het pestgedrag worden gedocumenteerd. Dit om de situatie zo helder mogelijk te krijgen en alle betrokkenen in het vizier te krijgen. Een goed overzicht is belangrijk om een succesvolle aanpak van het pestgedrag te kunnen realiseren.

Juf Marijke is het aanspreekpunt voor leerlingen en ouders als het gaat om pesten en pestgedrag.





R.K.B.S. Don Bosco

## De vijfsporen aanpak

Pesten is niet alleen een kwestie van individuele gevallen die als zodanig dienen te worden benaderd, maar een probleem van ons allemaal. Daarom zal ook van iedereen een bijdrage worden gevraagd bij het oplossen van problemen omtrent pesten. De vijfsporen aanpak staat hierbij centraal. De aanpak van RKBS Don Bosco is gericht op de verschillende partijen die betrokken zijn bij pesten: het gepeste leerling, de pester, de klasgenoten, de ouders en de school. Deze aanpak is terug te vinden op [www.pestening.net](http://www.pestening.net) en gekoppeld aan de zorg die wij als school bieden als leerlingen vastlopen in het sociaal-emotionele proces.

### Spoor 1: De leerling dat gepest wordt

RKBS Don Bosco besteedt veel aandacht aan de leerling die gepest wordt. Dat wordt in principe op de volgende wijze gedaan, soms kan een bepaalde situatie om een andere aanpak vragen:

- Naar de leerling luisteren en zijn probleem serieus nemen.
- Met de leerling overleggen over mogelijke oplossingen.
- Samen met de leerling werken aan oplossingen.
- Zo nodig zorgen dat de leerling deskundige hulp krijgt; bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining om weerbaarder te worden.
- Zorgen voor vervolgesprekken.
- Ouders informeren en betrekken bij het proces.

### Spoor 2: De leerling die pest

RKBS Don Bosco besteedt aandacht aan de pester, want ook de pester kampt met een sociaal-emotioneel probleem. Het straffen van een pester is alleen nuttig wanneer dit daadwerkelijk leidt tot attitudeverandering. RKBS Don Bosco hanteert in principe de volgende aanpak, maar soms kan een bepaalde situatie om een andere aanpak vragen:

- Met de leerling bespreken wat pesten voor een ander betekent.
- De leerling helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere leerlingen.
- De leerling helpen om zich aan regels en afspraken te houden.
- Zorgen dat de leerling (de pester en de gepeste) zich veilig voelt; uitleggen wat jij als leerkracht gaat doen om het pesten te stoppen.
- Zo nodig zorgen dat de leerling deskundige hulp krijgt.
- Stel grenzen en verbind daar consequenties aan.
- Zorgen voor vervolgesprekken.
- Ouders informeren en betrekken bij het proces.





R.K.B.S. Don Bosco

### Spoor 3: De klasgenoten

Bij pesten gaat het vaak om pester(s) en gepeste(n). Zij zijn echter niet de enige betrokkenen daar waar het gaat om bij pestgedrag. Er is ook een zwijgende middengroep die zijdelings bij het probleem betrokken is. Deze leerlingen spelen ook een rol bij de oplossing van het probleem. Zij kunnen input geven ten aanzien van de oplossing en ondersteuning bieden aan de pester(s) en de gepeste(n). Deze rol is uitermate belangrijk en vergroot de kans op succes bij het uitvoeren van een aanpak tegen pesten. Op RKBS Don Bosco wordt er op de volgende wijze aandacht aanbesteed:

- Met de groep praten over pesten en over hun eigen rol daarbij.
- Met de leerlingen overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen.
- Samen met de leerlingen werken aan oplossingen, waarbij ze zelf een actieve rol spelen.
- Zo nodig zorgen dat de groep deskundige hulp krijgt.

### Spoor 4: De ouders

RKBS Don Bosco vindt het belangrijk dat samen met de ouders wordt gewerkt aan het oplossen van een pestprobleem. Dit wordt in principe op de volgende wijze gedaan, soms kan een bepaalde situatie om een andere aanpak vragen:

- Ouders die zich zorgen maken over pesten serieus nemen.
- Ouders op de hoogte houden van de peestsituaties.
- Informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt.
- In samenwerking tussen school en ouders het pestprobleem aanpakken. Zowel op school als vanuit de thuissituatie.
- Zo nodig ouders doorverwijzen naar deskundige ondersteuning.

RKBS Don Bosco verwacht van ouders:

- Ouders bespreken lastige situaties met hun leerling.
- Ouders benoemen hierbij het gedrag (en richt het niet op de leerling zelf).
- Ouders beperken zich tot het incident dat nu speelt.
- Ouders stimuleren de aanpak van de school, waarbij de leerlingen worden gestimuleerd om dingen zelf op te lossen.
- In en rond de school spreekt de leerkracht de leerlingen aan. Wij vragen ouders dit niet zelf te doen.
- Ouders proberen conflicten die ontstaan zijn in de thuissituatie op te lossen voordat het leerling naar school gaat.





R.K.B.S. Don Bosco

### Spoor 5: De school (de leerkrachten)

De leerlingen en de ouders kunnen het volgende van RKBS Don Bosco verwachten:

- De school zorgt dat de directie en de leerkrachten voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten in de eigen groep en de eigen school.
- De school neemt stelling tegen het pesten.
- De school brengt de huidige situatie rond pestbeleid in kaart.
- De leerkrachten zorgen ervoor dat de school een veilige plek is om te leren. Agressie wordt niet getolereerd.
- De school werkt aan een goed beleid rond pesten en veiligheid van leerlingen waar de hele school bij betrokken is. De school houdt het protocol actueel.
- Leerlingen worden aangesproken op hun gedrag op school: positief gedrag wordt geprezen, leerlingen worden aangesproken op negatief gedrag.
- Conflicten worden uitgesproken met behulp van de afspraken die op RKBS Don Bosco gelden.
- De leerlingen wordt geleerd conflicten zelf op te lossen aan de hand van een aantal stappen.
- Tijdens de lessen wordt aandacht besteed aan de sociale competenties van leerlingen door:
  - Pestpreventielessen te geven, vanuit Pestpreventie met Positive Behavior Support.
  - Gedragslessen te geven, vanuit het framework van PBS.
  - Lessen uit de methode levensbeschouwing (Hemel en Aarde) te geven.
  - Het leerlingvolgsysteem sociale ontwikkeling (Scol) af te nemen.
  - Het actief toepassen van de lessen 'Mediawijsheid'.





## Cyberpesten

Cyberpesten is pesten door middel van digitale middelen en sociale media. Men kan een leerling op verschillende manieren cyberpesten. Het kan gaan om kwetsende of bedreigende teksten via chatprogramma's of sociale media. Men kan ook beledigende foto's, video's of persoonlijke gegevens van het slachtoffer op het internet of op [sociaalnetwerksites](#) plaatsen ([cyberbaiting](#)) zoals [Facebook](#) en [Twitter](#). Dan is er sprake van [cyberstalking](#), waarbij één of meerdere daders doelbewust een slachtoffer lastig blijven vallen en er kan op [fora](#) en vrij bewerkbare pagina's, bijvoorbeeld [Wikipedia](#), beledigende of bedreigende informatie geplaatst worden.

## Kenmerken van cyberpesten

- Cyberpesten gebeurt vaak [anoniem](#). De daders voelen zich veilig, ongenaakbaar en onherkenbaar, waardoor ze weinig terughoudend zijn.
- Cyberpesten kan ernstiger zijn dan traditioneel pesten, omdat dader en slachtoffer niet in direct contact met elkaar staan, maar enkel via de [computer](#) verbonden zijn. Ook worden hierdoor grenzen verlegd en gaat de dader verder. De dader voelt zich niet geremd, waardoor meerdere mensen het te weten komen.
- Niet enkel fysiek of sociaal dominante personen doen aan cyberpesten. Door zijn kennis over het internet voelt de dader zich vaak machtiger dan het slachtoffer en denkt dan 'veilig achter de computer' te handelen.
- Het slachtoffer voelt zich onveiliger dan bij gewoon pesten, want er zijn veel meer toeschouwers door het medium internet.
- Cyberpesten is niet terug te draaien – vaak blijven de gegevens op het internet bestaan, zodat het slachtoffer er jaren nadien nog mee geconfronteerd kan worden.

## Omgaan met cyberpesten

RKBS Don Bosco ziet cyberpesten als een belangrijk onderdeel van het pestprobleem. Hierbij worden leerlingen en leerkrachten gewezen op de mogelijkheden en gevaren van digitale middelen en sociale media.

RKBS Don Bosco werkt op de volgende wijze, preventief, tegen cyberpesten:

- Met behulp van het programma Mediapaspoort worden lessen aangeboden die aansluiten bij de mediawijsheid.
- Leerlingen worden bewust gemaakt van de gevaren op internet, de effecten van cyberpesten en de strafbare feiten.
- Er zijn heldere afspraken over het gebruik van internet. Deze worden met de leerlingen besproken. RKBS Don Bosco kiest ervoor om geen pagina's af te schermen. RKBS Don Bosco kiest voor een aanpak dat leerlingen proactief gemaakt worden en weten welke waarden en normen aanvaardbaar zijn. Leerlingen hebben een meldplicht. Op het moment dat een leerling op een pagina terecht komt die niet wenselijk is, dan verlaat hij deze en meldt dit bij de leerkracht.
- De leerkrachten maken leerlingen mediawijs. De leerkracht besteedt hierbij aandacht aan cyberpesten.





R.K.B.S. Don Bosco

Leerlingen worden op de volgende wijze gestimuleerd om cyberpesten tegen te gaan:

- Geef nooit je wachtwoord en inlognaam aan anderen. Zorg dat ze niet makkelijk te raden zijn.
- Dingen die je voor de webcam doet, kunnen later op internet gezet worden. Let daarom op met wat je doet voor de webcam, ook als je denkt dat je vriend of vriendin dit nooit zal doen. Als je later ruzie krijgt, dan kan je vriend of vriendin de foto's en/of opnames op internet zetten en kan iedereen het zien.
- Als je gepest wordt door mensen die je niet kent, vat het dan niet persoonlijk op. Via internet schelden mensen makkelijker dan in het echte leven.
  - Praat of chat erover als je gepest wordt via je mobieltje. Je kunt ook een ander nummer nemen en geef je nieuwe nummer dan alleen aan je vrienden.
  - Neem de dreigementen van de ander niet altijd serieus: "Ik weet waar je woont, want ik ken je IP-adres, ik kan je altijd achterhalen als je niet meewerkt". Dat kan vaak helemaal niet, alleen de politie kan je echte adres via je IPadres achterhalen bij de provider.

