

PESTEN....?

Dat doen we niet op onze school!

Informatieboekje over pesten en anti-pest protocol



Vastgesteld d.d. 15 juni 2017 na positief advies MR 12 juni 2017

Vooraf

In onze school doen we er van alles aan om elke leerling en elke medewerker zich veilig te laten voelen.

Misschien wel veel meer dan je bewust bent. Als je daar meer over wil weten, kan je het 'sociale veiligheidsplan' van het Erasmus College lezen. De nadruk in dat plan ligt op *preventiebeleid*, samen te vatten als: "voorkomen is beter dan genezen". Het komt er op neer dat ons veiligheidsbeleid gericht is op het realiseren van een leefklimaat waarin iedereen zich vertrouwd en dus veilig kan voelen. Dat plan is een echter een 'officieel' document en bevat dus wel erg veel officiële tekst. Daarom hebben we over één onderwerp dit aparte informatieboekje gemaakt. Het gaat over "pesten".

Pesten is een verschijnsel dat het gevoel van veiligheid van een mens heel erg kan aantasten en waar iemand de rest van zijn leven zeer veel last van kan ondervinden. Het slachtoffer voelt zich vaak machteloos om er iets aan te doen. De dader heeft soms helemaal niet in de gaten hoe erg pesten eigenlijk is.

Wij willen op onze school niet dat er gepest wordt. Wij willen dus voorkomen dat leerlingen anderen gaan pesten. En als dat toch gebeurt, zullen we er alles aan doen om te zorgen dat het ophoudt. We zullen de gepeste leerling helpen. We zullen de pester duidelijk maken wat zijn gedrag eigenlijk doet met een ander, zodat hij stopt met pesten. En zo nodig zullen we ook streng optreden.

Pesten...? Dat doe je niet!



Dit boekje is geschreven voor leerlingen. De inhoud wordt besproken door mentoren. In de schoolgids en op de website en tijdens voorlichtingsavonden voor ouders, wijzen we ouders ook op het bestaan van dit boekje, omdat de inhoud ook voor hen nuttige informatie bevat. Alle docenten en andere medewerkers van de school krijgen dit boekje uiteraard ook, aangevuld met handreikingen wat zij kunnen en moeten doen als ze constateren dat er gepest wordt.

INHOUDSOPGAVE

Vooraf

1. Pesten

- Wat is pesten?
- Voorbeelden van pesten
- De gepeste leerling
- Mogelijke signalen van gepest worden
- De pester
- De meelopers en de andere leerlingen
- Wat doe je als er gepest wordt?

2. Digitaal pesten of cyberpesten

- Wat is digitaal pesten of cyberpesten?
- Voorbeelden van digitaal pesten
- Gevolgen van digitaal pesten
- Hoe is digitaal pesten en misbruik van internet te voorkomen?
- Wat doe je als er digitaal gepest wordt?

3. Het anti-pestprotocol

- Inleiding
- Uitgangspunten
- Vijfsporenaanpak bij pesten
- Preventieve maatregelen

4. Stappenplan van de school na een melding van pesten

- De mentor
- De afdelings-coördinator
- Schorsing
- schoolverwijdering
- de rol van de vakdocenten
- de rol van de zorg coördinator
- de rol van de overige medewerkers
- het stappenplan na een melding van digitaal pesten

5. Meer weten?

6. Het anti-pestcontract

7. Handreikingen voor medewerkers *(niet in het boekje voor leerlingen opgenomen)*

- I Leidraad voor een gesprek met een gepeste leerling
- II Leidraad voor een gesprek met een leerling die pest
- III Leidraad bij digitaal pesten

1. PESTEN

Wat is pesten?

“Een leerling wordt gepest als hij/zij herhaaldelijk en gedurende langere tijd last heeft van negatieve acties van de kant van één of meer medeleerlingen, waarbij er sprake is van een niet gelijkwaardige machtsrelatie”

Pesten is een vorm van geweld en dus zeer bedreigend.

Een omgeving waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, kan elke leerling slachtoffer worden. Pestgedrag moet dan ook door iedereen zeer serieus worden genomen.

Veel pestgedrag doet zich vaak voor als er geen mensen in de buurt zijn die direct kunnen ingrijpen. Daardoor is het soms moeilijk om er iets aan te doen. Zelfs als pestgedrag wel wordt opgemerkt, weten leerkrachten en andere volwassenen en medeleerlingen niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan.

Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben echter samen met ouders en leerlingen de taak en de plicht om pesten tegen te gaan.

Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom ook durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben.

Voor mentoren betekent het dat ze groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groeps sfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep. Ze maken afspraken met de klas en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden.



Voorbeelden van pesten

Met woorden:

- vernederen, belachelijk maken
- schelden
- dreigen
- met vervelende bijnamen aanspreken
- gemene briefjes, mailtjes, sms'jes schrijven

Lichamelijk:

- trekken aan kleding, duwen en sjoeren
- schoppen en slaan
- krabben en aan haren trekken
- wapens gebruiken

Achtervolgen:

- opjagen en achterna lopen
- in de val laten lopen, klem zetten of rijden
- opsluiten

Uitsluiting:

- doodzwijgen en negeren
- uitsluiten van feestjes
- uitsluiten bij groepsopdrachten

Stelen en vernielen:

- afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen
- kliederen op boeken
- banden lek prikken, fiets beschadigen

Afpersing:

- dwingen om geld of spullen af te geven
- afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen



De gepeste leerling

Sommige kinderen blijken meer kans te lopen om gepest te worden dan anderen. Dat kan met ander uiterlijk, gedrag, gevoelens of sociale uitingsvormen te maken hebben. Kinderen worden echter pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te maken, dus in onveilige situaties. In een omgeving waar verschillen worden geaccepteerd, zal niet snel gepest worden.

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 je niet mag klikken

Dat niet praten is heel jammer, want dan weten ouders of leraren of andere volwassenen niet dat het kind gepest wordt. Dan zal het pesten meestal ook niet snel ophouden. Een gepest kind moet dus weten dat er altijd iemand in de buurt is die je kan en zal helpen.

Mogelijke signalen van gepest worden

- Niet meer naar school willen
- Thuis niet meer over school vertellen
- Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of bij anderen gevraagd worden
- Slechtere resultaten op school behalen dan vroeger
- Regelmatig spullen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen
- Regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben
- Niet meer buiten durven te komen en in de pauze niet meer in de open ruimte willen zijn
- Niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan
- Bepaalde kleren niet meer willen dragen
- Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn
- Zelf blessures maken om maar niet naar school te moeten gaan



De pester

Pesters zijn of lijken populair, maar dat zijn ze uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer gedrag en een grote mond. Van binnen zijn ze echter vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter en belangrijker te maken door een ander klein te maken.

Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet, denkt zelf minder kans te lopen om slachtoffer te worden. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig, want ze menen dat het slachtoffer er om vraagt om gepest te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- Zelf gepest zijn in het verleden.
- 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)

De meelopers en andere leerlingen

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel 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 geen hulp inschakelen.

Wat doe je als er gepest wordt?

* Een onderling geintje tussen vrienden behoeft geen pesten te zijn, maar als je herhaaldelijk gepest wordt, denk dan niet dat het jouw schuld is. Dat is het namelijk niet. De enige die schuld heeft, is de pester.

* Als je zelf gepest wordt, laat dan direct of zo snel mogelijk – en heel duidelijk - aan de pester weten dat hij/zij er mee moet stoppen

* Als de pester daarna niet stopt, laat hem/haar dan weten dat je niet accepteert dat het pesten doorgaat en dat je er dan wat aan gaat doen. En laat je dan vooral niet intimideren door de pester. Draai je zo mogelijk om en ga ergens anders naar toe of anders roep je de hulp in van een volwassene in de buurt.

* Ga niet voor eigen rechter spelen of zelf pesten. Dat lost niets op en maakt het vaak erger.

* Laat aan je mentor weten dat je gepest wordt en dat je hulp nodig hebt.

* Laat aan je ouders weten dat je gepest wordt en dat je de mentor om hulp hebt gevraagd.

2. Digitaal pesten of cyberpesten

Wat is digitaal pesten of cyberpesten?

Digitaal of cyberpesten is het pesten of misbruiken via sociale media en via mobiele telefoon. Digitaal pesten kan nog veel harder zijn dan pesten in het gewone dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en omdat de reikwijdte van het internet veel groter is. Zaken die op internet geplaatst worden, blijven door vaak 'voor altijd' op staan. Daar kan de gepeste leerling, maar zeker ook de pester de rest van zijn leven heel erg last van ondervinden. Kinderen komen ook op steeds jongere leeftijd in aanraking met de gevolgen van internetgebruik, dus ook met digitaal pesten.

Voorbeelden van digitaal pesten

- Pestmail, tweets waarin er sprake is van schelden, beschuldigen, roddelen en beledigen
- Stalking: stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van hate-mail of het dreigen met geweld in chatrooms
- Het toesturen van ongewenst materiaal zoals porno, kinderporno, gewelddadig materiaal en dergelijke
- Ongewenst contact via sociale media of mobiele telefoon
- Webcamseks : beelden die ontvangen zijn, kunnen worden opgeslagen en doorgestuurd worden of (vroeger of later) publiek worden gemaakt
- Hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het uit naam van een ander versturen van pest-mail

Gevolgen van digitaal pesten

De gevolgen van digitaal pesten kunnen erger zijn dan bij traditioneel pesten. Opnames die via de webcam worden gemaakt, worden vastgelegd door een ander. Deze opnames verdwijnen nooit meer. Over de hele wereld kan een foto op een site staan. Foto's die eenmaal op internet staan zijn soms niet meer te verwijderen. Hetzelfde geldt voor teksten.

Digitaal pesten vindt niet plaats op een vaste plek, maar letterlijk 'overal'. Iets wat thuis of op straat gebeurt, komt zo ook de school binnen. Het ruziën en pesten gaat op school door. Schoolresultaten lijden eronder. Er ontstaat een onveilig klimaat. Kinderen kunnen minder goed leren. Pesten heeft dan ook effect op het schoolklimaat.

Een gepeste kan jarenlang last houden van berichten die op internet rondzweven. De pester beseft vaak niet dat hij/zij daar zelf ook veel last van kan ondervinden als hij ouder is geworden. Wie wil later een pestkop als partner of als collega, die zulke vreselijke teksten of beelden heeft geplaatst?!



Hoe is digitaal pesten en misbruik van internet te voorkomen?

- Bedenk dat niet alles waar is, wat je op het internet tegenkomt;
- Gebruik een apart Hotmail 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 wachtwoorden geheim blijven en niet makkelijk 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, vertrouw dan op je gevoel en vertel het aan iemand die je vertrouwt;
- Blijf zelf respectvol naar anderen, scheld niet terug;
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt;
- Verwijder onbekende mensen 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 dit weten;
- Verstuur zelf geen flauwe grappen, dreigmail of haat mail;
- 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 gebruikt worden die jij niet wilt.

Wat doe je als er digitaal gepest wordt?

- 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 zo mogelijk zonder hem te openen. Als je niet reageert, gaan pesters vaak op zoek naar iemand anders om te pesten.
- Blokkeer de afzender. Als het gaat om sms'jes op de mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.
- Bewaar bewijzen. Maak een print of sla ze op. Van het IP adres van de e-mail kan soms worden afgeleid, van welke computer de e-mail verzonden is. 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 afdelings-coördinator toe op school. Deze zal je verder helpen om het pestgedrag te stoppen.
- Bij stalken kun je aangifte doen bij de politie. Het is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen: www.pestenslaf.nl

3. HET ANTI-PESTPROTOCOL

Inleiding

Een protocol is een soort overeenkomst over gedrag dat je zal vertonen in bepaalde situaties. In dit geval is het een overeenkomst van de school met zich zelf, met de ouders en met de leerlingen, wat we doen met 'pesten'. Het doel is uiteraard dat er niet gepest wordt.

Uitgangspunten

Een pestprotocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

1. Pesten wordt als probleem gezien door alle direct betrokkenen: leraren, onderwijsondersteunend personeel, directie, bestuur, ouders en leerlingen.
2. De school is actief in het creëren van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
3. Docenten en onderwijsondersteunend personeel kunnen pesten signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. Het is bij alle betrokkenen bekend dat de school beschikt over een pestprotocol.
5. De school ontplooit preventieve activiteiten.

De vijfsporenaanpak

Het Erasmus College gaat uit van de "Vijfsporen aanpak"

1. De medewerkers steunen bij het aanpakken van pesten.	<ul style="list-style-type: none">- De school zorgt dat de directie, mentoren, docenten en onderwijsondersteunend personeel voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten in eigen klas en school.- Het pestprotocol valt onder de Algemene Klachtenregeling.
2. Steun bieden aan de leerling die gepest wordt.	<ul style="list-style-type: none">- De school neemt een klacht over pesten serieus en onderzoekt de mate waarin er gepest wordt.- Er vindt overleg plaats over mogelijke oplossingen.- De school ondersteunt de leerling bij het werken aan oplossingen.- De school zal zo nodig deskundige hulp adviseren/aanbieden*
3. Steun bieden aan de leerling die pest.	<ul style="list-style-type: none">- De school confronteert de jongere met zijn gedrag en de gevolgen daarvan.- De school probeert achterliggende oorzaken boven tafel te krijgen.- De school zal zo nodig deskundige hulp adviseren/aanbieden.
4. Klas/medeleerlingen betrekken bij het oplossen van het pestprobleem.	<ul style="list-style-type: none">- De mentor bespreekt met de groep/klas het pesten en benoemt de rol van de leerlingen.- De mentor spreekt over mogelijke oplossingen en de rol die de groep/klas daarbij kan spelen om tot een verbetering van de situatie te komen.
5. Ouders/verzorgers steunen.	<ul style="list-style-type: none">- De school neemt ouders serieus bij zorgen over pesten.- De school geeft informatie en advies over pesten en manieren waarop pesten kan worden aangepakt.- De school zal in samenwerking met ouders het pestprobleem aanpakken en zo nodig verwijzen naar deskundige hulp.

** Een gepest kind moet zich veilig kunnen voelen op school en daarom moet het pesten ook stoppen. Een gepest kind wil zich echter ook geaccepteerd, prettig en zelfverzekerder voelen. Begeleiding of een training kan daar aan bijdragen. De ouders van leerlingen die gepest worden, hebben er soms moeite mee, dat hun kind op deze wijze aan zichzelf zou moeten werken. Hun kind wordt gepest en dat moet gewoon stoppen, dus de pester moet worden aangepakt. Dat doen we ook, maar we voelen ons ook verantwoordelijk om het gepeste kind steviger in de schoenen te laten staan.*

Preventieve maatregelen

1. Het Erasmus voert een beleid dat gericht is op sociaal en veilig klimaat in de school. Dat beleid komt tot uitdrukking in de schoolorganisatie, in het personeelsbeleid en de wijze waarop we ons onderwijs vorm geven. Mede daarom organiseren we ook een groot aantal activiteiten die bijdragen aan het elkaar leren waarderen en respecteren. Wie meer wil weten over dit beleid, wordt verwezen naar de beleidsnotitie 'sociaal veiligheidsplan'.
2. 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 pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.
3. In de onderbouw wordt aandacht besteed aan pesten in één of meerdere studielessen. Hierin worden leerlingen ook gewezen op de gevaren van internet, de effecten van digitaal pesten en de strafbaarheid van vormen van digitaal pesten.
4. In de eerste klassen wordt een anti-pestcontract opgesteld en getekend door alle leerlingen.
5. Tijdens de voorlichtingsavonden voor ouders van 1^e en 2^e klassen worden ouders geïnformeerd over het beleid van de school om pesten te voorkomen en over het pestprotocol.
6. Indien een mentor of docent daartoe aanleiding ziet, besteedt hij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgebesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de 'stille' getuigen benoemd.
7. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de mentor worden bewaard in het leerlingvolgsysteem van zowel de pester als het slachtoffer.



4. 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 (de mentor kan gebruik maken van een aparte leidraad voor deze gesprekken). Vervolgens organiseert de mentor een gesprek tussen deze leerlingen en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
3. De mentor praat indien nodig met de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de sfeer in de klas en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid iedere leerling heeft.
4. De mentor neemt op met de ouders van de gepeste leerling en met die van de pester.
5. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de mentor het gedrag aan de afdelings-coördinator van de leerling(en). De gebeurtenissen en de gemaakte afspraken heeft de mentor in het leerlingenvolgsysteem opgenomen en zijn daar dus ook in terug te vinden.

B. De afdelingscoördinator

1. De afdelingscoördinator neemt de rol van de mentor over bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
2. Hij 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 drieledig, namelijk:
 - Confronteren
 - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
 - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
4. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij/zij sociaal gedrag vertoont, waardoor hij/zij mogelijk in aanmerking komt voor een training.
5. Hij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp.
6. Hij stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van herhaald gedrag, vraagt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
7. Hij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
8. Hij koppelt alle informatie weer terug naar de mentor en zorgt dat dit in het leerlingenvolgsysteem is opgenomen.

C. Schorsing

Wanneer de tot nu toe gevolgde procedure geen resultaat oplevert, zal er een schorsing van een dag volgen. Daarna krijgt de pestende leerling een langere schorsing.

D. Schoolverwijdering

Wanneer de pestende leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken 'partijen' koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag, liggen er geen perspectieven meer tot verandering. De school wil verantwoordelijkheid nemen voor de veiligheid van de overige leerlingen en dan rest de school niets anders dan over te gaan tot schoolverwijdering.

De rol van vakdocenten

De vakdocenten hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop direct reageren en ook een melding doen aan mentor of afdelings-coördinator om hulp en overleg in gang te zetten.

De rol van de zorgcoördinator

- Zij ondersteunt waar nodig mentoren en afdelingscoördinatoren tijdens de verschillende fasen van het proces.
- Zij kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen.
- Zij kan adviseren op het gebied van trainingen en lesmateriaal dat door mentor, ouders en leerling gebruikt kan worden.

De rol van de overige medewerkers

De vakdocenten hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop direct reageren en een melding doen aan mentor of afdelings-coördinator om hulp en overleg in gang te zetten.

Het stappenplan van mentor of coördinator na melding van digitaal pesten

1. **Bewaar de berichten.** Leerlingen wordt geadviseerd te proberen de berichten waarin het pestgedrag voorkomt te bewaren.
2. **Blokkeren van de afzender.** Sommige programma's hebben de mogelijkheid om specifieke afzenders te blokkeren. Verwijs leerlingen en ouders naar in hoofdstuk 5 genoemde websites voor meer informatie. Op den duur loont het wellicht de moeite de leerling een nieuw mailadres te geven. Vertel leerlingen dat ze voorzichtig moeten zijn met het doorgeven van hun mailadres aan anderen, zeker aan onbekenden.
3. **Probeer de dader op te sporen als de mail vanuit school komt.** Soms is de dader te achterhalen door uit te zoeken van welke computer op school het bericht is verzonden. Systeembeheer kan daarbij helpen. Verder kunnen ouders aangifte doen bij de politie.
4. **Neem contact op met de ouders.** Ouders kunnen bellen met de onderwijstelefoon (0800-5010) of de vertrouwensinspectie (0900-1113111). Zie verder [de vijfsporenaanpak](#).
5. **Adviseer aangifte.** In het geval dat een leerling stelselmatig wordt belaagd is er sprake van stalking en dan kunnen ouders aangifte doen. Ook wanneer het slachtoffer lichamelijk letsel of materiele schade is toegebracht, kan de politie worden ingeschakeld. Zo nodig kan er verwezen worden naar Bureau Slachtofferhulp. Tel. 0900-0101 of www.slachtofferhulp.nl
Er zijn verschillende vormen van digitaal pesten die strafbaar zijn.
6. **Adviseer** indien nodig (andere) **hulpverlening**.

5. Meer weten?

Links voor bruikbare adressen (digitaal) pesten

Algemene zoekpagina's

- www.pesten.startkabel.nl
- www.pesten.startpagina.nl
- <http://www.aandachtvoorpesten.nl/>
- <https://www.psychischegezondheid.nl/meer-weten-over-pesting?gclid=CIWslO3yirYCFY3LtAod2kEACw>
- www.meldknop.nl



Pesten (algemeen)

- www.pestweb.nl
Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten;
- www.digibewust.nl
Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken, over het veilig gebruik van internet;
- www.ppsi.nl
PPSI is het expertisecentrum van het APS op het gebied van het 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
Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.
- www.veilig.kennisnet.nl
Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT-coördinatoren.

Films met als thema pesten

- Bluebird (2004)
- Mean creek (2005)
- Mean girls (2006)

Wat meer gericht op school

<http://www.overdestreep.nl/>

<http://www.pesten.biz/>

<http://www.noblame.nl/>

Pestpreventie met Positive Behavior Support

<http://www.microsofttranslator.com/BV.aspx?ref=IE8Activity&a=http%3A%2F%2Fwww.uitgeverijpic.a.nl%2Findex.php%2Fgedragsproblemen%2F529-pestpreventie-met-pbs>

<http://www.jouwhulponline.nl/>



6. Het anti-pestcontract

Na het lezen van dit boekje zal het duidelijk zijn dat wij niet willen dat er gepest wordt. Het zou daarom goed zijn als elke leerling uit overtuiging zou verklaren dat hij/zij dat ook niet gaat doen. In je mentorklas zal besproken worden hoe dat zou kunnen. Dat kan bijvoorbeeld het ondertekenen zijn van een anti-pestcontract. Hierna volgen wat voorbeelden.

Contract “veilig in school”

Ik vind dat iedereen zich veilig moet voelen in school.

Daarom houd ik mij aan de volgende afspraken:

1. Ik accepteer de ander zoals hij is en ik discrimineer niet
2. Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen
3. Ik blijf van de spullen van een ander af
4. Als er ruzie is speel ik niet voor eigen rechter
5. Ik bedreig niemand, ook niet met woorden
6. Ik neem geen wapens of drugs mee naar school
7. Ik gebruik geen geweld
8. Als iemand mij hindert vraag ik hem of haar duidelijk daarmee te stoppen
9. Als dat niet helpt, vraag ik een docent om hulp



ANTI-PESTCONTRACT

KLAS:

Wij spreken het volgende af:

-
-
-
-
-
-
-
-
-

Wij houden ons aan dit contract !!!