

2025-2026

Respectprotocol

Een leidraad hoe om te gaan bij pesten op school

Inhoud

Wat is pesten?	2
Betrokkenen	3
De gepeste leerling.....	3
De pester,	3
De zwijgende middengroep.....	3
De docenten en medewerkers op school.....	3
De ouders	4
De anti-pest coördinator	4
Signaleren	5
Signalen voor docenten:.....	5
De aanpak preventief en curatief.....	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
De algemene verantwoordelijkheid van de school	7
De no-blame methode en rol van de mentor	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Informereren, ondersteunen van de ouders	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
De ondersteuningsfunctionaris	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Sancties, maatregelen	11
Bijlage 1 Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling	13
Bijlage 2 Leidraad voor gesprek met de pester	15
Bruikbare links bij (cyber)pesten.....	16
Bijlage 3 Meidenvenijn.....	16
Bronnen.	

Wat is pesten?

‘Pesten is een systematische, psychologische, fysieke of seksuele handeling van geweld door een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer leerlingen, die (niet langer) in staat is/zijn zichzelf te verdedigen.’ De gevolgen kunnen heel schadelijk zijn voor de ontwikkeling van de gepeste leerling.

Kenmerken van pesten zijn:

- pesten gebeurt opzettelijk;
- pesten is bedoeld om schade toe te brengen (fysiek, materieel of mentaal);
- bij pesten is er altijd sprake van ongelijke machtsverhoudingen (fysiek of verbaal sterkere personen kiezen minder weerbare personen als slachtoffer);
- pesten gebeurt systematisch;
- pesten houdt niet vanzelf op, maar wordt eerder erger als er niet wordt ingegrepen;
- pesten is van alle tijden en komt in alle groepen en culturen voor. Het is dus een typisch menselijke ondeugd die altijd verborgen aanwezig is en steeds weer de kop kan opsteken.

Pesten verschilt daarmee duidelijk van plagen en ruzie:

- Bij **plagen** is het gedrag niet structureel tegen dezelfde leerling gericht en is geen duidelijke machtsongelijkheid aanwezig. Leerlingen sluiten elkaar niet buiten en het is vaak de bedoeling om elkaar aan het lachen te maken.
- Bij **ruzie** hebben leerlingen een conflict met elkaar. Ze wisselen over en weer argumenten uit op een emotioneel (boze) manier. Beide leerlingen voelen zich sterk genoeg om de confrontatie aan te gaan waardoor er geen machtsongelijkheid is. Een ruzie leggen leerlingen meestal weer bij.

Online pesten

Veel pestgedrag tussen leerlingen speelt zich online af op social media en het internet. Hierdoor is het pestgedrag niet altijd even zichtbaar. Het gebeurt vaak ook buitenschools, maar meestal wordt het pestgedrag ook meegenomen naar de ‘echte wereld’ en is daardoor merkbaar in het klaslokaal.

Zelfs als pestgedrag opgemerkt wordt kan er zeer verschillend op gereageerd worden door omstanders. Dat is ook de reden van het opstellen van dit anti-pest, respectprotocol. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. Docenten en onderwijsondersteunend personeel dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Samen met de ouders en leerlingen hebben zij een taak bij het tegengaan van pesten. Voor mentoren betekent dit dat ze groepsgesprekken houden, vooral aandacht hebben voor de groepssfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep.

Het ervaren van pesterijen is subjectief, wat voor de een plagen is, is voor een andere leerlingen pesten. Het is van belang dat we de beleving van de leerling serieus nemen en daarmee aan de slag gaan.

Betrokkenen

De gepeste leerling

Elke leerling loopt het risico gepest te worden maar sommige leerlingen hebben een grotere kans om gepest te worden dan anderen. Dat kan komen door uiterlijke kenmerken of heeft te maken met zichtbaar ander gedrag. Veel kinderen die gepest worden hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen. Deze angst en onzekerheid wordt versterkt door het pestgedrag, waardoor het gepeste kind in een vicieuze cirkel komt waar het zonder hulp niet uit komt. Veel gepeste leerlingen durven het pesten niet te melden, bang dat het dan nog erger wordt, omdat de dader dan flink gestraft kan worden, hetgeen later een negatief effect op het slachtoffer kan hebben.

De pester,

Pestende leerlingen zijn vaak fysiek en/of verbaal de sterkste. Pesters kunnen zich permitteren zich agressief op te stellen en ze 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. Hun empathisch (invoelend) vermogen is minder, ze zijn impulsief en domineren andere kinderen. De pester heeft moeite bij de groep te horen, zichzelf te zijn, is vaak sociaal onzeker en verbergt dit met uitdagend gedrag.

Ander dieperliggende oorzaken van pestgedrag bij pesters kunnen zijn: een problematische thuissituatie, een voortdurende strijd om macht in de klas, een gevoel van incompetentie op school of het moeten spelen van een niet-passende rol. Het komt nogal eens voor dat een pester in het verleden zelf slachtoffer is geweest en zich beschermt door nu de andere rol te pakken.

De zwijgende middengroep

De meeste leerlingen zijn niet direct betrokken bij het pesten, weten vaak wel wat er speelt maar zullen uit zelfbehoud hier weinig mee doen. Juist het motiveren van deze groep met hulp van de mentor/docenten om de dader te wijzen op zijn vervelende gedrag heeft effect. Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf in de slachtofferrol te geraken. Maar het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en denken daardoor op de populariteit van de pester in kwestie mee te liften.

Dit zien we vooral bij meisjes waarbij de dominante leerling (de queenbee) een aantal hofdames heeft (bijlage meidenvenijn).

In veel groepen zitten sociaal sterkere leerlingen die voor het slachtoffer durven op te komen.

De docenten en medewerkers op school

Het voorbeeldgedrag van de docent in de les en van de medewerkers van de school doet ertoe. In een fijne klas met een goede sfeer waarin leerlingen zich gerespecteerd weten, zichzelf kunnen zijn wordt minder gepest. Zorg er als docenten, mentoren vooral voor dat er sprake is van veiligheid en rust in de klas, daarmee voorkomen we veel.

Het is van belang dat docenten en onderwijsondersteunend personeel kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen tegen pestgedrag.

De ouders

Wanneer leerlingen worden gepest, willen ze dit vaak niet aan hun ouders vertellen. Soms zijn ze bang dat ouders naar school gaan, het aan de mentor vertelt en dat deze het verkeerd aanpakt. Leerlingen hebben het idee dat wanneer ze het melden het pesten eerder toeneemt en ze schamen zich vaak dat hen dit overkomt.

Ouders hebben een signalerende rol. Het is belangrijk dat ouders vroegtijdig betrokken worden bij de aanpak van school, zeker wanneer het gaat om verschil van inzichten over het gedrag van de leerling.

De anti-pest coördinator

Op onze scholen maken we werk van respectbeleid, per locatie is een anti-pest coördinator aangesteld die erop toeziet dat dit respectbeleid wordt uitgevoerd, docenten en leerlingen ondersteunt wanneer er sprake is van pesterijen. Hij zorgt ervoor dat het beleid jaarlijks op de agenda van de school komt te staan en ontwikkelt een professionele deskundigheid die nodig is voor de aanpak van deze problematiek.

Pesten Filmpje

https://www.google.com/search?sca_esv=f4dacfe81c780abe&rlz=1C1ONGR_nlNL1039NL1039&q=Pesten&tbm=vid&source=lnms&prmd=ivnbz&sa=X&ved=2ahUKEwirnl345YOFAXbhp0HHckcAqYQ0pQJegQIDhAB&biw=1680&bih=923&dpr=1#fpstate=ive&vld=cid:8a7ed4ff,vid:VPOggGFh_jQ,st:0

Signaleren

Om adequaat op te kunnen treden is het allereerst van belang dat het pestgedrag opgemerkt wordt. Leerlingen die gepest worden praten er niet gemakkelijk over omdat ze zich bijvoorbeeld schamen of omdat ze een laag zelfbeeld hebben ('ik ben niet belangrijk'). Daarnaast schuilt de angst dat ze niet begrepen of geloofd worden, of (erger nog) dat ouders naar school stappen en het probleem daardoor alleen maar erger wordt. Kortom: pesten is niet altijd zichtbaar voor iedereen, maar je kan wel op de signalen, gedragsveranderingen letten. Op basis van deze signalen ga je het gesprek aan met de leerling.

Allereerst is het van belang te weten op welke manieren pesten kan voorkomen:

Hoe	Categorie	Voorbeelden
Verbaal	Fysiek, mentaal	Vernederen, belachelijk maken, schelden, dreigen, met bijnamen aanspreken.
Lichamelijk	Fysiek	Aan kleding trekken, duwen en sjoeren, schoppen en slaan, krabben en aan haren trekken, wapens gebruiken.
Achtervolgen	Fysiek, mentaal	Opjagen en achternalopen, in de val laten lopen, klemzetten of rijden, opsluiten.
Uitsluiten	Mentaal	Doodswijgen en negeren, uitsluiten van feestjes, bij groepsopdrachten.
Stelen en vernielen	Materieel	Afpakken van kledingstukken, schooltas, schoolspullen, kliederen op boeken.
Afpersen	Mentaal, fysiek, materieel	Dwingen om geld of spullen af te geven, het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.
Digitaal(cyberpesten)	Mentaal, materieel	Mobiele telefoon, e-mail, Whatsapp, Twitter, Facebook, Instagram, Snapchat, Youtube, Tumblr, identiteit hack.

Signalen van leerlingen die gepest worden

- De leerling is **vaker afwezig**, **ziek** gaat niet graag naar school;
- De leerling zoekt de **veiligheid van de docent** op;
- De leerling is opvallend stil in de klas
- Heeft thuis amper iets leuks over school te vertellen
- Leerling heeft vaak buikpijn, hoofdpijn, buikpijn
- De **schoolresultaten** van de leerling gaan plots achteruit;
- De leerling wordt dikwijls als **laatste gekozen** bij het indelen van groepjes (sportles, groepswerk), of niet betrokken bij groepswerk

- De leerling **isoleert zich** van de anderen, soms met één vriend(in);
- De leerling is veelal alleen tijdens pauzes;
- Opvallend vaak zijn er spullen kapot of verdwenen bij een leerling;
- Een leerling is vaak betrokken bij vechtpartijtjes, scheldpartijen etc.
- Een leerling is steeds het mikpunt van "grapjes". Pen weggooiden, etui overgooien, stoel wegzetten etc.
- De leerling gedraagt zich gestrest, angstig, **ongelukkig** en depressief;
- De schoolprestaties gaan langzaam achteruit;
- De sfeer in de klas is niet goed;
- De leerkracht voelt intuïtief aan dat er "iets" niet klopt in de klas en kan er maar niet de vinger achter krijgen wat het is.
- Piepen en zuchten van klasgenoten
- Een leerling wordt vaak met een bijnaam aangesproken door klasgenoten;

De aanpak preventief en curatief

De algemene verantwoordelijkheid van de school

De school zorgt dat de medewerkers voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten. De school werkt aan een goed beleid rond pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is, waardoor een klimaat ontstaat waarin pesten bespreekbaar gemaakt kan worden.

Alle medewerkers van de school vervullen een voorbeeldfunctie bij het signaleren en tegengaan van pestgedrag. Mentoren zijn op de hoogte van leerlingen die in het basisonderwijs gepest zijn en volgen hun sociale ontwikkelingen.

De mentoren bespreken met de leerlingen preventief het verschijnsel pesten (op social media en in real live) en hoe we hier als school mee omgaan en wat de leerlingen zelf kunnen doen om het te voorkomen.

Het is essentieel dat de docenten en mentoren werken aan een positief, veilig pedagogisch klimaat in de klas, waarin de leerlingen zichzelf kunnen zijn en ze niet buitengesloten of gepest worden. In een klas met een goede groepssfeer komen leerlingen beter voor zichzelf en elkaar op en zal er minder gepest worden, leerlingen voelen zich veilig genoeg om over het welzijn van elkaar te spreken.

Zie er als docenten en mentoren op toe dat deze sfeer positief blijft en besteedt er regelmatig aandacht aan. Zorg er als docententeam samen voor dat je op **dezelfde wijze** met pesterijen omgaat. Wanneer de leerlingen niet in dezelfde klas zitten is het nodig dat vakdocenten geïnformeerd worden en de mentoren van dader en slachtoffer de aanpak bespreken.

De taak van docenten

De docenten hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben pesten te vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren (in een persoonlijk gesprek met de dader; pesten accepteren we nooit) en een melding doen bij de mentor om hulp en overleg in gang te zetten.

No-blame methode en rol van de mentor

Uitgangspunt bij deze aanpak is dat pesten een groepsproces is; de groep heeft een probleem dat ook door de groep opgelost zal moeten worden. De docenten zijn hierbij het rolmodel, zij geven sturing aan het bepalen van de groepsnorm, wat vinden we samen belangrijk en hoe gaan we met elkaar om. Dit is een preventieve benadering van pesterijen. Zorg voor een positief groepsklimaat, doe groepsversterkende activiteiten en zorg dat je samen een team bent.

Mocht er sprake zijn van pesterijen dan is de no-blame methode passend; gaat uit van het positieve. Een pester pest niet voor de lol, pester en gepeste zijn beiden slachtoffer. Als de pester meehelpt de aangedane schade te herstellen blijft hij erbij horen. We kijken niet terug naar de schade, het leed, maar vooruit naar de oplossing.

No-blame, geen schuld. De methode gaat dus niet op zoek naar de pesters om ze te straffen, bij No-blame wordt ingezet op de toekomst en de hulp die de pesters kunnen bieden als probleemoplossers. We werken met de volgende stappen.

Stap 1

Nadat de mentor geïnformeerd is over het pesten gaat hij in gesprek met de leerling die gepest wordt. Vertel het slachtoffer wat je wilt doen om het pestgedrag aan te pakken en vraag zijn vertrouwen om deze aanpak uit te voeren. Vraag aan de leerling om het thuis ook met zijn ouders te bespreken. Pas nadat de mentor de ouders geïnformeerd heeft gaat hij aan de slag. Het is goed om met de gepeste leerling te bespreken hoe je aan de informatie gekomen bent. Bijvoorbeeld dat je dat van de conciërge of een docent gehoord hebt. Spreek verder in het gesprek af dat je in gesprek met de pester gaat zeggen dat je veel moeite hebt gedaan om de gepeste leerling toe te laten geven dat er sprake is van pestgedrag. Op deze manier blijven ouders en de gepeste leerling buiten beeld en het geeft deze leerling vaak een veilig gevoel.

In dit gesprek vraagt de mentor hoe het leven van het slachtoffer eruitziet. Het is belangrijk dat je een goed beeld krijgt van de impact die het pesten op het slachtoffer heeft. Verder wil de mentor weten wie de ergste pester(s) is/zijn, maar ook welke leerlingen "sterke" leerlingen zijn, die niet pesten maar wel invloed hebben in de groep. Verzamel uit het gesprek zes tot acht namen waarmee je aan het werk gaat. Bij de samenstelling van deze groep zijn de niet pesters, de sterke leerlingen in de meerderheid. Vertel het slachtoffer dat je de genoemde leerlingen gaat uitnodigen voor een groeps gesprek en zeg ook wanneer dat gesprek plaats vindt. Het slachtoffer is niet bij het gesprek aanwezig, de mentor behartigt de belangen van het slachtoffer. De mentor vertelt ook aan het slachtoffer dat de betreffende leerlingen toenadering zullen zoeken. Zij zullen wellicht gaan beloven dat zij het anders willen in de klas en dat ze mee willen werken aan een pestvrije klas. Het is belangrijk dat het slachtoffer positief reageert. De gepeste moet vertrouwen hebben in de wijze waarop het pestgedrag aangepakt gaat worden.

Stap 2

De mentor nodigt zes tot acht leerlingen uit voor een groeps gesprek. De pesters zijn daarbij sterk in de minderheid. Hij vertel ze dat hij een probleem heeft waarvan hij hoopt dat ze hem willen helpen dit op te lossen. Hij zegt het allemaal niet goed te begrijpen. Hij heeft vaak aandacht besteed aan het omgaan met elkaar en geeft aan hoe ernstig de gevolgen van pestgedrag kunnen zijn. De mentor vertelt vervolgens dat hij geoord heeft dat er in de klas toch gepest wordt. Hebben de leerlingen enig idee over wie het gaat? Meestal zeggen de leerlingen de naam van het slachtoffer, maar soms hoort de mentor andere namen en dat is dan winst. De mentor vertelt dat hij van de conciërge had gehoord over het slachtoffer en dat het bij navraag waar blijkt te zijn. Hij vertelt over hoe het leven nu voor het slachtoffer is, hoe het in de ochtend voelt om weer naar school te gaan enz..

Vraag de groep leerlingen zich voor te stellen hoe dat zou zijn, voor jezelf of bijvoorbeeld voor je zusje. In dit stadium zitten de pesters meestal wat onrustig te draaien en zeggen ze bijvoorbeeld dat het slachtoffer raar doet of niks zegt. Dit is juist de reden dat het slachtoffer niet bij het gesprek moet zijn, het is veel te onveilig. De mentor legt uit dat het lastig is goed te reageren wanneer herhaaldelijk gepest wordt. Probeer vooral niet dreigend te zeggen, het gaat niet om terug kijken om waarheidsvinding, maar om oplossingen, om de toekomst. Hoe kunnen we ervoor zorgen dat het slachtoffer weer met plezier naar school gaat. Stel nu de vraag: "Nu jullie dit horen, wat zou ieder van jullie kunnen doen om mij als mentor te helpen het voor de gepeste leerling aangenamer te maken?"

Je vraagt dan om persoonlijke toezeggingen en noteert wat er beloofd wordt. Het hoeft niet groot te zijn, het kan al voldoende zijn wanneer een leerling zegt; 'ik zal het niet meer doen'. De mentor beëindigt deze sessie met te bedanken voor de beloftes en zegt dat hij iedere leerling van deze groep over enige tijd persoonlijk zal vragen hoe het gegaan is. Dus niet als groepje maar ieder apart. Spreek daarbij je vertrouwen uit met hoge verwachtingen dat zij succesvol zullen zijn.

Stap 3

Informeer na enkele dagen bij het slachtoffer hoe het nu gaat. Na ongeveer twee weken roep je de andere groepsleden apart bij je en vraag je individueel naar de ervaringen. Geef hun complimenten wanneer je hoort dat er niet meer gepest wordt. Neem contact met de ouders van het slachtoffer, wat merken zij thuis.

Deze stap moet je na drie weken nog eens herhalen. Vrijwel altijd is het zo dat het pesten gestopt is. De sociale controle van de niet-pesters blijkt vrijwel altijd effect te sorteren en na enige tijd weten ze niet beter.

Mocht je als mentor twijfelen aan de goede samenstelling van het groepje dan is het raadzaam om een sociogram te maken.

Ondersteuning van de pester

Kinderen die pesten zitten in de nesten. Realiseer je dat pestgedrag iets anders compenseert.

Op het moment dat we een pester het pesten beletten, moet er wel persoonlijke aandacht zijn voor de pester. Bij deze methode doe je dat altijd achteraf. In principe praat je in het eerste gesprek niet over het pesten, maar in het tweede gesprek vraag je wel door over de omstandigheden van de pester.

Mocht je als mentor de gesprekken met deze leerling lastig vinden vraag dan de ondersteuningsfunctionaris om advies of nodig hem uit bij het gesprek met de leerling.

Wat maakt dat deze leerling het nodig heeft anderen te pesten, wat zijn de achtergronden van dit gedrag en heb daar begrip voor, erken het.

Laat de leerling merken dat we hem als persoon waarderen, maar dat pestend gedrag nooit geaccepteerd wordt. Geef aan dat de leerling een keuze heeft voor ander gedrag om er daarmee ook bij te horen, maak hem verantwoordelijk.

Straf heeft zeker bij het begin van het hersteltraject een averechts effect en het zal voor de pester een reden kunnen zijn het slachtoffer terug te pakken.

Maak duidelijke afspraken met de leerling en nodig hem na twee weken weer uit voor een gesprek, wanneer het goed gaat kun je, mits het slachtoffer dat ook wil een herstel gesprek met dader en slachtoffer voorstellen.

Schrijf een verslag van de ontwikkelingen en afspraken in SOM.

Informeren en ondersteunen van de ouders

Ouders die zich zorgen maken over pesten worden serieus genomen. De school werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken. Er wordt advies gegeven aan ouders over de omgang met hun gepeste of pestende kind. Indien het gepeste kind niet durft op te komen voor zichzelf of assertief-onvriendelijk opkomt voor zichzelf, en/of als het kind te weinig zelfvertrouwen (meer) heeft, groepscode niet doorziet, kan bij de ouder door de ondersteuningsfunctionaris met de mentor onderzocht worden welke interne of externe

hulp voor de leerling wenselijk is.

Via het schoolgericht maatschappelijk werk van Wijkkracht zijn er mogelijkheden voor een sociale vaardigheidstraining (site <https://www.wijkkracht.nl>)

De ondersteuningsfunctionaris

De ondersteuningsfunctionaris biedt ondersteuning waar nodig aan mentoren en onder/bovenbouwcoördinator tijdens de verschillende fasen in het proces. Hij/zij biedt individuele begeleiding aan de pester en de gepeste leerling. Hij/zij kan waar nodig een inbreng hebben tijdens de mentorlessen. Hij/zij biedt kleine trainingen aan bij specifieke hulpvragen, zoals bijvoorbeeld een training op gericht op de versterking van de sociaal-emotionele ontwikkeling.

Indien het pesten door blijft gaan, de no-blame methode niet ingezet kan worden of geen effect heeft bespreekt de mentor dit met de ondersteuningsfunctionaris en/of de anti-pest coördinator en verwijst naar het dossier met daarin de gebeurtenissen en de afspraken die zijn gemaakt (SOM).

De ouders/verzorgers worden op school uitgenodigd voor een gesprek op school met de leerling, mentor en de ondersteuningsfunctionaris. Mentor en ondersteuningsfunctionaris kunnen ook afspraken dat zij samen het traject voorzetten met de volgende stappen

1. De ondersteuningsfunctionaris kan in onderling overleg, de werkzaamheden van de mentor opschalen bij escalatie van het pestgedrag en/of wanneer het pesten het klassenverband overstijgt en de regie pakken voor het vervolg.
2. De ondersteuningsfunctionaris heeft apart een gesprek met de gepeste en de pester en organiseert later wanneer het voor de gepeste veilig genoeg is een herstelgesprek met beide leerlingen.
3. In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk: - confronteren (zie bijlage) - 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 bepaald gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. De ondersteuningsfunctionaris adviseert zo nodig in overleg met ouders, zowel aan de pester als de gepeste, hulp op vrijwillige basis binnen school of extern (maatschappelijk werk). De leerlingen worden in het IBT besproken.
6. De ondersteuningsfunctionaris 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. De teamleider wordt hierbij betrokken.
7. Hij/zij bespreekt weer de mogelijkheden tot hulp met de ouders.

8. Hij/zij koppelt alle informatie weer terug naar de betrokken partijen op school en registreert in SOM de ontwikkelingen.

Sancties

Wanneer gesprekken geen verandering tot stand brengen, volgt in overleg met de teamleider of leerling coördinator een passende sanctie die met de leerling en de ouders besproken wordt. Er kan ook besloten worden over te gaan op een schorsing.

De straffen kunnen voor de pestende leerling vanuit een besef van onrecht een reden zijn om de gepeste leerling nog eens terug te pakken. Het is erg belangrijk aan te geven dat we hier begrip voor hebben, maar dat nooit accepteren.

Een van de redenen dat een slachtoffer niet durft te vertellen dat hij gepest wordt is vaak uit angst voor de straf die de dader opgelegd krijgt. Zorgvuldigheid is geboden. De dader zal zijn gedrag sowieso moeten bijstellen.

Aangifte

Het slachtoffer en/of ouders kan aangeraden worden om aangifte te doen bij de politie (afhankelijk van de ernst en de duur van het pesten), zeker wanneer het pesten zich buiten school afspeelt en leerlingen van diverse scholen betrokken bij zijn. Ook de schoolleiding kan ertoe overgaan melding te doen bij de politie. De schoolleiding is immers verantwoordelijk voor de veiligheid van de overige leerlingen.

Schoolverwijdering

Wanneer de leerling ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen het pestgedrag blijft vertonen, wordt in overleg met de teamleider en directeur overgegaan tot verwijdering. Er wordt binnen het samenwerkingsverband gezocht naar een passende school. Ouders en leerling worden in dit proces meegenomen. Indien de schoolleiding van de andere school akkoord gaat met de overplaatsing kan de leerling elders doorgaan met het volgen van onderwijs.

Meidenvenijn

Klasgenoten buitensluiten, negeren, roddelen, kliekjes vormen, uitlachen. Meisjes pesten anders dan jongens. Jongens pesten over het algemeen op een directe en fysieke manier. Meisjes integreren het pestgedrag in hun sociale relaties. Bijvoorbeeld een groepje gaat iets leuks doen, terwijl er een klasgenote niet mee mag. De Queen Bee (bijkoningin) en haar Wonna bees (hofhouding) pesten zo subtiel dat anderen er weinig tot niets van merken. Een Queen Bee weet heel goed hoe ze anderen moet manipuleren en inpakken. Ze pest non-verbaal, op een geniepige manier, met gemene blikken én buiten het zicht van docenten. Queen Bees kunnen ook online heel actief zijn. Bijvoorbeeld in Whatsapp-groepen. In de praktijk zijn Queen Bees leuke, aantrekkelijke en sociale meisjes die door docenten vaak veel meer ruimte, rollen en taken krijgen dan anderen. Volgens Anne Hermans* vinden veel docenten dat meisjes zich nu eenmaal zo gedragen en de slachtoffers er maar tegen moeten kunnen. Maar dat is niet goed! "Normaal" betekent niet 'onschuldig'. Docenten moeten hun verantwoordelijkheid nemen in deze situaties. Ze laten bijvoorbeeld ook niet toe dat jongens vechten, ook al zit het in hen.

Docenten brengen waarden over. Manipuleren hoort daar niet bij, aldus Anne Hermans. Het is van belang om op school de bijen te herkennen en de koninginnen te ontkronen.

Zo herken je de bijen in jouw klas/groep

- **Koningin = Queen Bee**

Een leuk, populair, mooi, sociaal meisje. Docenten zien haar graag. Zij domineert de pikorde in de klas/groep en laat haar meelopers het vuile werk doen. Op den duur vindt ze het normaal dat ze altijd haar zin krijgt.

- **Meelopers = Wanna bees**

Een grote groep meisjes die heel graag bij de Queen Bee willen horen. Ze kijken naar haar op, imiteren haar en doen haar vuile werk. De Wanna Bee volgt de Queen Bee trouw, geeft haar complimentjes en lacht om haar gemene opmerkingen. Ze vormen een bijna ondoordringbaar blok.

- **Slachtoffer = Target**

De Target (slachtoffer) staat helemaal alleen en valt buiten de groep. Ze wordt afgewezen, uitgesloten, vernederd, aangetrokken en afgestoten. Dit heeft als gevolg dat ze denkt dat ze niets waard is.

- **Zwijgende omstanders = Torn bystanders**

Torn bystanders zijn stille getuigen. Meisjes die zien wat er gebeurt, maar durven niet in te grijpen uit angst zelf slachtoffer te worden.

Voorbeeld van meidenvenijn

Elisa is een introverte leerling: lief, stil, sociaal en afwachtend. Alle meisjes in de klas kijken op naar Femke. Femke is populair, mooi, intelligent en sociaal. Femke is een favoriete leerling. Femke maakt vaak gemene opmerkingen over Elisa en sluit haar uit. Als Elisa een antwoord moet geven op een vraag of tijdens een presentatie, kijken Femke en haar vriendinnen verveeld of maken ze rare geluidjes. Tijdens LO is het een hel voor Elisa, want dan treft ze de meisjes in de kleedkamer. Daar wordt er naar haar gekeken, gefluisterd en gelachen. Elisa is ongelukkig en wil niet meer naar school. De mentor van Elisa heeft het druk en andere docenten hebben niet door wat er gaande is. De ouders van Elisa weten ook niet wat er aan de hand is, want Elisa vertelt niks. Zo, in de stilte, valt een leerling buiten de groep.

Zo ontkroon je de Queen Bee

- Neem tijd om de klas/groep te observeren. In elke klas/groep is er een populariteitsstrijd. Het is handig als je snel de Queen Bee en haar Wanna bees kunt spotten.
- Werk aan een goede klassfeer.

- Leg in de klas/ groep uit wat meidenvrij is, vertel ook welke rollen er zijn, zodat leerlingen zich bewust worden van hun rol.
- Roep de Queen Bee ter verantwoording. Maak afspraken over welk gedrag ze niet meer mag vertonen en welke sancties daarop staan. Wees consequent.
- Moedig de stille omstanders aan om hulp te bieden en het slachtoffer om 'stop' te zeggen.
- Maak praktische afspraken met alle meisjes: hoe ga je met elkaar om, hoe ga je elkaar uit de weg, wat is geaccepteerd. Herhaal deze afspraken regelmatig.
- Laat leerlingen erbijilstaan dat hun gedrag kwetsend is.
- Zoek niet naar de oorzaak van het probleem, maar werk oplossingsgericht.
- Wees alert voor sluimerend meisjesvrij. Blijf de groep observeren.
- Maak het slachtoffer nooit medeverantwoordelijk door te zeggen: 'Je moet wel openstaan voor anderen' of 'Kom voor jezelf op'. Het slachtoffer heeft het al moeilijk genoeg.
- Verander een slachtoffer niet van klas in het heetst van de strijd. De situatie kan soms erger worden.
- **Werk samen om het pesten aan te pakken.**
- Samenwerking tussen mentoren/coaches, docenten en de directie is essentieel bij het voorkomen en aanpakken van pesten. Maak op school zichtbaar wat leerlingen leren over (cyber)pesten (pestpreventie). Niet iedere mentor/docent besteedt evenveel aandacht en tijd aan lessen over (cyber)pesten. Maak hierover afspraken. Een grotere focus op het team van docenten dat lesgeeft aan een klas en samen afspraken maakt om daarmee de veilige sfeer in een klas te versterken is essentieel, een mentor kan dat niet alleen.

Bijlage 1 Leidraad voor een gesprek met de gepeste leerling

Feiten

- Ik heb van een collega gehoord dat je gepest wordt, merk je dat (erkenning van het probleem)? Weet dat we je graag willen helpen en dat we niets gaan doen wat jij niet weet, vertel er eens over, ook al vind je het spannend.
- Door wie word je gepest? (Doelvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (Doelvragen: 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?

Aanpak

Ga op een rustige, niet emotionele wijze met de leerling in gesprek, bespreek met de leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten, bespreek de no-blame methode 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?

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Ergens is er iets in zichzelf dat de pester gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan, want **niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming**. Houd er rekening mee dat dit meestal onbewust gebeurt. Heeft een leerling erg veel weerstand tegen bewustwording van dit soort dingen? Wees je dan bewust van de extra deskundige hulp die hiervoor ingeschakeld dient te worden, het probleem is immers dieper geworteld.

Bijlage 2 Leidraad voor gesprek met de pester

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, de leerling verantwoordelijk maken voor zijn gedrag en de keuzes die hij daarbij heeft

Confronteren

Confronteren is niet hetzelfde als kritiek geven (al wordt dat vaak wel zo ervaren).

Confronteren is:

- Probleemgericht en richt zich op gedrag dat waar te nemen is. Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht, bijvoorbeeld: *je hebt cola in de tas van Piet laten lopen (probleemgericht). Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent!* (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, bijvoorbeeld. Ik vind dat je heel erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je daarmee ophoudt. **Zeg nooit: Je bent heel gemeen.** 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. Helaas heeft de pester een goede reden om te pesten, zet in op ander sociaal gedrag, maak onderscheid tussen persoon en gedrag (ik vind je een gezellige meid, maar wat je doet kan echt niet)
- Specifiek blijven. Je benoemt de feitelijke 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. Geef de leerling het besef dat je zijn hulp nodig hebt om naar een oplossing toe te werken, wat kan hij anders gaan doen richting de gepeste leerling. Geef hem verantwoordelijkheid en kom er na een week op terug, spreek de gepeste leerling apart, wat is er veranderd in het contact met de dader? Spreek de pester ook weer, wat heeft hij anders gedaan en hoe gaan we verder, bevestig het goede gedrag. Ga daarna mits de gepeste leerling dat ook wil het gesprek met beiden aan voor herstel van het contact.

Achterliggende oorzaken

Nadat het probleem benoemd is, richt jij je op de achtergronden? Wat maakt dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Etc. Pesters hebben vaak een achterstand in hun ego-ontwikkeling (het ego is de stuurman van de persoonlijkheid, bepaalt in hoeverre iemand zich empathisch in anderen kan verplaatsen, op zichzelf kan reflecteren en zijn eigen gedrag kan sturen). Het is niet handig dat tegen de pester te zeggen, maar houd er wel rekening mee.

Maak duidelijk dat pestgedrag onwenselijk sociaal gedrag is (je wilt er graag bij horen, hoe zou je dat anders, positief kunnen doen?) De ondersteuningsfunctionaris kan aanvullende begeleiding bieden.

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie richtlijnen pesten).

Bruikbare links bij (cyber)pesten

Preventief

<https://www.nji.nl/pesten/wat-kan-ik-doen-tegen-pesten>

Het NJI, Nederlands Jeugd Instituut heeft prima info om mee aan de slag te gaan.

<https://www.stoppestennu.nl/hoe-herken-je-meidenvenijn-hoe-pak-je-het-aan>

www.schoolenveiligheid.nl

Stichting School & Veiligheid ondersteunt scholen bij het bevorderen van een sociaal veilig klimaat. Dit doen wij door het geven van actuele informatie en deskundig advies via de website, trainingen, conferenties en de helpdesk.

Veilig internetgebruik

<https://veiliginternetten.nl>

Een informatieve site van het Ministerie van Economische zaken, over het veilig gebruik van internet.

<https://www.mediaopvoeding.nl/>

Op deze site geven deskundigen antwoord op al uw vragen rondom media en uw kind.

<https://www.stoppestennu.nl/lesmaterialen-pesten-en-cyberpesten>

Bekijk hier meer dan 118 Lesideeën, lessuggesties en win acties tegen pesten en cyberpesten

<https://www.helpwanted.nl/>

Helpwanted.nl is een website over online seksueel misbruik van kinderen en jongeren. Je kunt dit hier melden. Je vindt ook informatie over wat het is, hoe je het kunt voorkomen en wat je kunt doen wanneer het je is overkomen. Ook ouders, docenten en andere opvoeders kunnen hier terecht.

Bij pesten

<https://www.meldknop.nl/>

Iets vervelends gebeurd op internet? Hier kun je alles vinden, tips, te ondernemen stappen etc.

www.pestweb.nl

Als je te maken hebt met pesten, vind je het misschien lastig om erover te praten. Bij Pestweb kun je je verhaal kwijt. Voor jezelf of iemand anders. Wij helpen je met tips en advies om het pesten te stoppen. Kijk op deze website of chat, mail of bel met ons.

<https://www.kindertelefoon.nl>

Het is heel goed om met iemand die je vertrouwt te praten over het (online) pesten. Dit kunnen je ouders zijn, een oom of tante, of een goede vriend(in). Je kunt ook altijd bellen of chatten met de Kindertelefoon (0800-0432) of met Pestweb (0900-2828280).

<https://www.stoppestennu.nl/handleidingen-problemen-rapporteren-op-facebook-twitter-youtube-google-skype-whatsapp-instagram>

Heb je hulp nodig bij de instellingen van Facebook, Twitter, YouTube, Google, Whatsapp, Instagram of Skype? Hieronder vind je handleidingen. In deze handleidingen staat beschreven hoe jij je instellingen kunt aanpassen, waardoor je de risico's dat er wat mis gaat, kleiner maakt. Ook staat er in beschreven hoe je problemen kunt rapporteren.

<http://www.bureaujeugdenmedia.nl/stappenplan-omgaan-met-sexting/>

Help! Er circuleert een naaktfoto/seksfilmpje op mijn school! Stappenplan.

<https://veiliginternetten.nl/themes/situatie/een-van-mijn-leerlingen-wordt-online-gepest/>

5 Acties om je leerlingen te beschermen tegen online pesten