

(Anti) Pestprotocol

Berlage Lyceum Amsterdam 2022-2026

Preventie • Kennis • Aanpak • Steun • Samenwerking • Groepsvorming • Herstelrecht

Inhoud:

- Inleiding
- Rolverdeling
- Actieplan preventie
- Stappenplan bij melding pesten
- Herstelrecht

Dit protocol bespreekt eerst de rolverdeling van de betrokken professionals, het actieplan met betrekking tot preventie en het stappenplan n.a.v. de signalering van een pestgeval. Naast het protocol is er achtergrondinformatie met handvatten en kennis over pesten, preventie van pesten, hoe te signaleren, gespreksvoering en steun ten opzichte van gepeste leerling, de pesters en ouders. Deze twee stukken hangen samen, en er wordt in het protocol regelmatig verwezen naar het stuk met achtergrondinformatie.

Inleiding:

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit school. We spreken van pesten als een leerling zich gepest voelt, ook 1x. Om direct stelling te nemen, te interveniëren en op maat actie te kunnen ondernemen is het belangrijk dat alle partijen op de hoogte zijn van de inhoud van dit pestprotocol, zodat het duidelijk is wie de regie heeft. Een dergelijk protocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

- Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; docenten, onderwijsondersteunend personeel, ouders en leerlingen.
- Voorkomen is beter dan genezen, daarom onderneemt de school preventieve (les)activiteiten. Ook ouders krijgen informatie aangeboden over hun rol in het voorkomen en omgaan met pesten.
- De school is actief in het scheppen van een veilig, pedagogisch klimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren. De school zorgt dat de directie, het OOP, de mentoren en de docenten voldoende informatie hebben over het pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten.
- Docenten en onderwijsondersteunend personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
- Een goede samenwerking is belangrijk om zo snel mogelijk, met zo min mogelijk schade voor alle partijen, het pesten de kop in te drukken.
- De school dient te beschikken over een duidelijk stappenplan wanneer het pesten de kop opsteekt.

Rolverdeling:

De Vakdocent, OOP en ouders hebben een signalerende en ondersteunende rol en kunnen terecht bij de Mentor of de Pestcoördinator met het signaal, voor steun en advies.

De Mentor heeft signalerende en inventariserende rol en is spil in de communicatie tussen en naar leerling, ouders, vakdocent, mentor klas, zorg coördinator (Zoco) en Pestcoördinator. In de communicatie neemt de mentor altijd de Pestcoördinator en de afdelingsleider mee. De mentor voert de gekozen strategie uit, eventueel ondersteund door de Pestcoördinator.

De Pestcoördinator (PC) is de expert, heeft een begeleidende en adviserende rol, houdt het proces in de gaten en kan zo nodig de regie, in overleg met de afdelingsleider, overnemen. De pestcoördinator is verantwoordelijk voor het levend houden van het pestprotocol.

De Afdelingsleider (AL) is de eindverantwoordelijke en heeft een monitorende rol. De AL kan zo nodig ondersteunen in het gesprek met leerling en/of ouders en legt eventuele sancties op (zie achtergrondinformatie onder het kopje consequentie en hulp/disciplinaire maatregelen). Zonodig neemt de AL de regie over de te nemen stappen.

De Zorgcoördinator (Zoco) wordt betrokken als extra of externe hulp voor gepeste leerling of pestende leerling(en) inschakelen wenselijk is.

De Rector wordt betrokken als op juridische gronden maatregelen moeten worden getroffen.

Actieplan preventie:

Om het protocol zo goed mogelijk te laten werken wordt er, door verschillende onderzoeken, duidelijk gewezen op een totaalpakket van samenwerking in vooral preventie:

‘Voor het voorkomen en terugdringen van pesten blijkt vooral een schoolbrede aanpak goede resultaten op te leveren. Zo’n aanpak combineert interventies op school-, klassikaal en individueel niveau. Het accent ligt vaak op het voorkómen van pesten. De interventies zijn effectiever als deze meerdere sociale systemen rond kinderen betrekken, zoals de schoolomgeving, thuisomgeving en leeftijdsgenoten.’ <https://wij-leren.nl/goede-anti-pest-methode.php>

Werkzame bestanddelen in effectieve aanpakken binnen de school zijn:

- Aandacht voor een goed schoolklimaat door inzet van groepsvormende activiteiten, een anti-pestprogramma en kanjertraining.
- Toezicht op de pauzeruimtes door surveillance door docenten en betrokken OOP.
- Positief disciplinerende methoden in de klas, het team en op school zoals: het voorleven van verantwoordelijkheid nemen, vertrouwen geven en waarmaken wat je belangrijk vindt. Maar ook Junior coaches, jongerenrechtbank en Herstelrecht zijn volop in ontwikkeling..
- Training voor docenten en OOP over pesten, herstelrecht en gesprekstechnieken.
- De aanwezigheid van teams van docenten, leerlingen en ondersteuningsteam die samenwerken bij het begeleiden van kinderen die gepest worden en pesten onder leiding van de afdelingsleiders die het onderwerp pesten regelmatig op de agenda zetten.
- De aanwezigheid van een pestcoördinator die het onderwerp preventie en pesten onder de aandacht brengt binnen de school.

- Informatieavonden voor ouders over pesten en hun rol in preventie en handreikingen gesprekstechnieken om thuis met hun kind te praten over pesten.

Stappenplan bij melding Pesten:

1. Na de signalering/melding van pesten biedt de aanhoorder eerst **steun** aan de gepeste leerling door te luisteren en begrip te tonen en de (eventuele) stappen uit te leggen aan de gepeste leerling.
2. De aanhoorder maakt een **melding** bij de mentor.
3. De mentor maakt een eerste inventarisatie van gebeurtenissen door de gepeste leerling te bevragen en te informeren over te nemen stappen.
4. Mentor informeert Pestcoördinator met als doel het **in kaart brengen** van probleem en **advies krijgen** over te ondernemen stappen en de keuze van aanpak.
5. In overleg met AL en mentor wordt er bepaald wie de **regie** neemt (mentor, AL of PC)! Degene die de regie heeft volgt de volgende stappen op een zo kort mogelijk termijn (om de gepeste te beschermen en de pester te behoeden voor het aanrichten van nog meer schade):
 - Vraagt uitgebreider aan de gepeste leerling wat er is gebeurd en neemt stappen door.
 - Informeert de ouders van de gepeste leerling. De gekozen strategie wordt pas uitgevoerd na toestemming van gepeste leerling en ouders nadat wel nadrukkelijk is gewezen op de noodzaak van actie nemen: Wij accepteren pesten niet!
 - Bij cyberpesten is er snelheid geboden bij Inventarisatie, ingrijpen en bewijsvoering verzamelen.
 - Spreekt pester, zie handvatten gesprek dader in het stuk met achtergrondinformatie.
 - Informeert ouders van betrokken leerlingen.
 - Plant een Herstelgesprek (zie stappenplan herstelrecht in het achtergrondinformatie stuk (blz. 13 of de uitgedeelde stappenkaarten) en informeert vervolgens alle ouders, de mail kan samen met de leerlingen worden opgesteld. De leerlingen ontvangen de mail zelf ook.
 - Na de interventie worden verschillende evaluatiemomenten gepland, met betrokken leerlingen, ouders en eventueel docenten en afdelingsleider.
6. Bij de afronding van het Herstelgesprek wordt er een **terugkoppeling** van het proces gegeven aan alle betrokkenen (inclusief melder of diegene die signaleerd heeft).
7. Er wordt geïnventariseerd wat de betrokken leerlingen (slachtoffer en pester) nodig hebben aan **extra ondersteuning** waarna er overleg plaatsvindt met de ZoCo.
8. Het gehele proces wordt **gedocumenteerd** in het LVS bij slachtoffers en daders door degene die de regie heeft (Bij voorkeur vanaf stap 3).
9. De PC **controleert** of de de genomen stappen gevolgd en gedocumenteerd zijn en er geen herhaling heeft plaatsgevonden. Daarna informeert deze de AL over afronding of zonodig overdracht van het proces bij recidive.
10. De AL neemt de regie over bij **recidief gedrag**, informeert ouders en nodigt deze samen met dader uit om te praten over vervolgtraject/ eventuele disciplinaire maatregelen.

Herstelrecht:

Herstelrecht is succesvol instrument om pestgedrag snel de kop in te drukken. De toepassing van dit instrument zal altijd onder begeleiding gaan van een onafhankelijke gespreksleider, maar kan op elke niveau en door iedereen met kennis worden uitgevoerd. Voorwaarde hiervoor is dat er duidelijk stelling wordt genomen (we accepteren dit niet en we moeten met zijn allen zorgen dat dit niet meer gebeurt) en dat het stappenplan en de gespreksvoorwaarden goed worden gevolgd. In het stuk met achtergrondinformatie (blz. 13) staat een uitgebreid stappenplan, deze is ook geplastificeerd en als kaart verspreid binnen de school.

AchtergrondKennis

Pesten

Berlage Lyceum Amsterdam
2022-2026

Preventie · Kennis · Aanpak · Steun · Samenwerking · Groepsvorming · Herstelrecht

Inhoud:

- Pesten en gedrag
- Cyberpesten
- Preventie
- Signalering
- Gespreksvoering
- Aanpak: Herstelrecht, no Blame en cyberpesten
- Consequenties en hulp

Bronnen

Kennis (overdracht)

Pesten en gedrag

Pesten kan op heel veel verschillende manieren plaatsvinden, op het Berlage hanteren we de regel dat degene die pesten ondergaat, bepaalt of het vertoonde gedrag gewenst is of niet (meer). Wat voor de één een grapje of een plagerijtje is, kan door de ander als enorm vervelend of kwetsend ervaren worden. Wat misschien niet persoonlijk bedoeld is, kan iemand direct raken. Het wordt een probleem als je er samen niet meer uitkomt, of een iemand er dusdanig last van krijgt dat hij of zij vastloopt. We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling regelmatig en systematisch lastiggevallen, buitengesloten, bedreigd en bang gemaakt wordt. De gepeste leerling is hierbij degene die bepaalt of er over zijn/haar grens gegaan is. Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend. In een klas waar gepest wordt, kunnen alle leerlingen slachtoffer worden. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen. Bij pesten zijn meerdere partijen betrokken: de gepeste leerling(en), de pester(s), de zwijgende middengroep, het personeel en de ouders.

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. Het heeft vaker te maken met vertoond gedrag, de manier waarop gevoelens worden beleefd en de manier waarop die worden geuit. Kinderen die gepest worden hebben vaak andere interesses dan de meeste leeftijdgenoten of ze doen dingen anders. Ze zijn goed in vakgebieden of juist niet.

Veel kinderen die gepest worden zijn minder weerbaar. 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 en onzekerheid worden verder versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor het gepeste kind in een vicieuze cirkel komt waar het zonder hulp zeker niet uit komt. Gepeste leerlingen voelen zich vaak eenzaam, hebben in hun gepeste omgeving geen vrienden om op terug te vallen en kunnen soms beter met volwassenen opschieten dan met hun leeftijdgenoten.

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 feit dat het probleem onoplosbaar lijkt.
- Bij digitaal pesten: ouders zijn soms niet goed op de hoogte van internetontwikkelingen dus het vertrouwen dat zij daadwerkelijk kunnen helpen ontbreekt bij het kind;
- Het kind heeft regels overtreden en is bang voor de consequenties.
- Het idee dat het niet mag klikken.

De pester

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Zij zijn of lijken populair, maar zijn dat vaak niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen zichzelf groter te maken door een ander klein te maken. Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie mee doet, loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- Een problematische thuissituatie;
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken;
- Het moeten spelen van een rol die niet bij de persoon past;

- Een voortdurende strijd om de macht in de klas;
- Een gevoel van incompetentie (ik kan niks) op school door slechte cijfers of een laag niveau; of onderpresteren
- Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid).
- Zelf gepest zijn.

De zwijgende middengroep

De meeste leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen. Er zijn ook leerlingen die niet merken dat er gepest wordt. Heel af en toe neemt een leerling, of een klein groepje leerlingen, het voor het gepeste kind op.

De 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.

Het personeel

Pesten is een goed bewaard groepsgeheim: (bijna) iedere leerling weet dat in de groep wordt gepest, toch durft niemand het aan docent of ouder te vertellen. De medewerkers weten dus ook vaak niet dat er in de groep wordt gepest. En zien ze ongewenst gedrag, dan wordt het lang niet altijd als pesten geïnterpreteerd. De rol bij signaleren en ondersteunen kan groot zijn bij vakdocenten, maar ook het OOP. Belangrijk is dat iedereen de te nemen stappen kent.

De ouders

Wanneer kinderen worden gepest, durven ze in de meeste gevallen niet aan hun ouders te vertellen dat hen dit overkomt. Ze kunnen bang zijn dat hun ouders naar school gaan, het aan de mentor vertellen en dat deze het verkeerd aanpakt. Ze schamen zich vaak dat hen dit overkomt. Soms denken ze dat ze het gedrag van de pester zelf hebben uitgelokt en het dus verdienen gepest te worden. Ouders spelen een belangrijke rol in signaleren, steun bieden en het versterken van het zelfvertrouwen en preventie door het gesprek aan te gaan over gedrag en/of sociale media gebruik.

Cyberpersten:

Online pesten, cyberpesten, digitaal pesten: het zijn allemaal termen die we gebruiken voor pestgedrag via sociale media. Beschermd door anonimiteit gaat cyberpesten veel verder dan andere vormen van pesten.

Wat is cyberpesten?

Digitaal pesten kan op veel manieren. Online pesten mensen, vooral scholieren, elkaar door:

- Misbruik van privégegevens (zoals het stelen van wachtwoorden of het aanmaken van nep-accounts)
- Uitsluiting in whatsapp-groepen, of andere sociale media apps.
- Het verspreiden van beeldmateriaal (zoals intieme foto's of filmpjes van mishandeling)
- Haatreacties onder posts of het maken van nepaccounts op sociale media zoals snapchat, Instagram en Tiktok.

Wat kun je doen om (cyber)pesten te voorkomen?

Het helpt om een kind weerbaar te maken. Praat met kinderen over wat zij doen op internet en maak afspraken:

- Deel nooit privégegevens, zoals naam, adres, telefoonnummer of de naam van je school

- Verzin (samen) een goede nickname
- Scherm je profiel zoveel mogelijk af; ‘alleen voor vrienden’ is de beste optie
- Plaats alleen neutrale foto’s (geen sexy foto’s) of beter nog; helemaal geen foto’s waarop je gezicht herkenbaar is
- Wees selectief in het accepteren van een vriendschapsverzoek; doe dit alleen wanneer je iemand in het echte leven ooit hebt ontmoet
- Verwijder onbekende mensen uit je vriendenlijst
- Houd wachtwoorden en inloggegevens altijd geheim: ook voor je beste vriend(inn)en
- Niet schelden en geen mensen kwetsen, dat zou je in het echt ook niet doen
- Heb je iets vervelends gezien of meegemaakt? Vertel het aan iemand die je vertrouwt, bijvoorbeeld een ouder, buurvrouw of leerkracht.

Wat kun je doen om (cyber)pesten aan te pakken?

Krijgt een kind toch te maken met online pesten, doe dan het volgende:

- Complimenteer het kind omdat het naar je toe is gekomen
- Een kind dat wordt gepest, heeft in eerste instantie behoefte aan steun
- Luister naar hem/haar en neem zijn/haar verhaal serieus
- Onderneem niet meteen actie
- Bedenk eerst (samen met je kind) wat de beste aanpak is
- Stap pas na overleg met het kind naar school en/of ouders en/of andere partijen
- Pak internet (of de computer of tablet) niet af. Het lijkt misschien een oplossing, maar het is oneerlijk om een kind zo’n zware straf te geven terwijl hij/zij eigenlijk slachtoffer is

Adviseer het kind om het volgende te doen:

- Reageer niet op de mails, berichtjes of filmpjes
- Bewaar alle mails, berichtjes of filmpjes. Sla ze op of maak er screenshots/foto’s van. Het kan dienen als bewijsmateriaal
- Aangifte doen? Kijk dan op vraaghetdepolitie.nl
- Blokkeer degene die je lastig valt
- Staan de filmpjes of berichten op een website? Benader de eigenaar en vraag om het materiaal te laten verwijderen (maak eerst foto’s als bewijsmateriaal)

Rol van de online pester:

Beschermd door het gevoel van anonimiteit kan een pester online verder gaan dan bij andere vormen van pesten. Hij waant zich veilig, vertoont ongeremd gedrag en heeft niet door hoe hij overkomt op anderen.

Naast het gevoel van anonimiteit, houdt een klein deel van de online pesters zijn identiteit bewust achter. Deze pesters maken een anoniem account aan dat niet te herleiden is naar hun echte identiteit. Als niet duidelijk is wie de pester is, is het lastiger om het pesten te stoppen en geeft dit de gepeste een extra onbehaaglijk gevoel. Toch kennen de meeste online pesters hun slachtoffers uit de offline wereld.

Subtiele vormen van online pesten

Pesters kunnen vaak goed inschatten wat andere jongeren denken, doen en voelen, terwijl zij minder geraakt worden door de emoties van anderen. Bij het online pesten kunnen subtiele vormen gebruikt worden om de machtsongelijkheid tussen de pester en het slachtoffer vorm te geven. Denk hierbij aan negeren, buitensluiten, het posten van emoticons met dubbele betekenissen, hashtags en dergelijke.

Deze subtiele vormen van online pesten zijn in de offline praktijk minder zichtbaar voor buitenstaanders en opvoeders, waardoor de pester zich onaantastbaar voelt. Buitenstaanders kunnen immers het vertoonde online gedrag niet met 100 procent zekerheid duiden als pestgedrag. Daarom is het belangrijk om uit te gaan van wat het slachtoffer ervaart.

Rol van omstanders

Het stoppen van cyberpesten is lastiger doordat de rol van de omstanders online minder duidelijk is dan offline. Dit komt doordat:

- Het effect op de gepeste minder zichtbaar is voor omstanders. Bij online pesten zien omstanders de reactie of emotie van de gepeste niet. Het signaal om te helpen ontbreekt, waardoor ze minder snel ingrijpen.
- Ingrijpen minder effect heeft op de pester. Als omstanders wél reageren omdat ze een opmerking te ver vinden gaan, dan is het voor een pester eenvoudiger om dit te negeren en er een schepje bovenop te doen.
- Jongeren deel uitmaken van tientallen online groepen. Binnen deze dynamiek veranderen rollen. Een pester kan slachtoffer worden en andersom. Een gepeste kan vanwege de mogelijkheid om een anoniem account aan te maken, eenvoudig genoegdoening halen bij anderen door online zélf te gaan pesten.
- Het minder duidelijk is hoe de rollen verdeeld zijn. In offline situaties is het zichtbaar wie voor welke partij kiest. Ben je lid van een WhatsAppgroep, dan is het niet altijd duidelijk hoe de rollen verdeeld zijn. Het sociale risico is dan te groot om voor een kamp te kiezen. De omstander kiest de veilige weg door niet in te grijpen.

Rol van de onderwijsprofessional:

Onderwijsprofessionals hebben een belangrijke functie om online pesten te voorkomen, te signaleren en te verminderen. Het is belangrijk dat ze:

- Kennis hebben van online pesten om peestsituaties te herkennen;
- Leerlingen helpen zich in elkaar in te leven en te bedenken hoe berichten (onbedoeld) negatief geïnterpreteerd kunnen worden
- Kennis hebben van online én offline groepsdynamica;
- Op de hoogte zijn van de online interesses van hun leerlingenpopulatie en hierop anticiperen;
- Op de hoogte zijn van technologische ontwikkelingen in de nabije toekomst om te anticiperen op negatief gebruik hiervan;
- Op de hoogte zijn van de inhoud van het anti-pestprotocol en adequaat reageren in geval van online pesten;
- Samen met leerlingen afspraken maken over online gedrag.
- Gemaakte afspraken handhaven;
- Leerlingen bewust maken van hun online gedrag op sociale media en in games door bijvoorbeeld mediawijsheid op te nemen in het schoolcurriculum;
- Leerlingen (en ouders) voorlichten hoe ze kunnen handelen als een klasgenoot online wordt gepest of als leerlingen zelf online gepest worden.
- Leerlingen stimuleren om sociale media op positieve wijze in te zetten

Maak jongeren bewust van deze groepsdynamiek en maak ze weerbaar door ze onder meer handvatten te geven om in te grijpen als online pesten zich voordoet. Spreek duidelijk uit dat online pesten niet wordt getolereerd en dat de school bereid is te helpen. Dit geldt ook voor verenigingen en andere organisaties die met jongeren werken.

Preventie:

Om pesten te beperken, heb je vaardigheden nodig. Blijvende aandacht voor positieve groepsvorming en de sociaal-emotionele ontwikkeling lijkt het meest effectief om een veilig sociaal klimaat te creëren en pesten te voorkomen.

Kinderen en jongeren gaan elkaar helpen en keuren pesten af als ze:

- het pesten opmerken en als negatief interpreteren. De groepsnorm en empathische vaardigheden spelen hier een rol in.
- zich verantwoordelijk voelen voor elkaars welzijn. Daarbij is het belangrijk dat ze inzien dat niets doen eraan bijdraagt dat het pesten doorgaat.
- weten hoe ze kunnen helpen. Ze hebben dan het gevoel dat zij invloed hebben op de situatie.
- het risico van iemand helpen durven te nemen. Misschien vrezen ze hun eigen sociale positie op het spel te zetten als ze helpen. Dit vraagt dus om lef.

Om pesten te voorkomen kun je binnen de groep:

- groepsvorming bevorderen zodat de kinderen of jongeren elkaar leren kennen.
- Inzicht in elkaars wensen, intenties en gedrag bevorderen.
- de kinderen of jongeren helpen zich in te leven in andermans gevoelens.
- de kinderen of jongeren helpen te verwoorden wat ze voelen of willen.
- de kinderen of jongeren helpen om ook op sociale media op een positieve manier te communiceren.
- de kinderen of jongeren helpen om rekening met elkaar te houden, te onderhandelen en samen te werken.
- inzicht in en respect voor verschillen creëren.
- de kinderen of jongeren verantwoordelijk maken voor de groep.
- toezicht te houden in pauzes, op de gang en in andere vrije situaties zoals buiten of in kleedkamers.

Rol van de volwassenen (ouders en professional) om pesten te voorkomen:

- Als ouder is het goed om zoveel mogelijk je kind te blijven bevragen op omgangsvormen en gedrag. Bij Cyberpesten is de inzet van ouders een van de sleutels bij voorkomen van pesten. Duidelijke regels en afspraken over gebruik en daarbij de consequenties voor het niet houden aan deze regels hebben meer input dan vaak gedacht wordt (neem voorbeeld aan de alcohol en drugs preventie campagne 18 Niks). Regelmatig met je kind gesprekken en reacties bekijken en bespreken helpt.

Signalering:

Gevolgen van pesten

En die impact is er wel degelijk: op emotioneel vlak (gevoelens van minderwaardigheid, onzekerheid, eenzaamheid, angst), op sociaal vlak (moeilijk relaties aan te gaan of iemand te vertrouwen) en zelfs fysiek (door het gepest of als gevolg van de stress, zoals eetstoornissen, zelfverwonding, verslaving en hersenontwikkeling). Het gebeurt ook dat het kind dat wordt gepest zelf agressief gedrag vertoont en anderen begint te pesten. Die pester-slachtoffers zijn een grotere groep dan de zuivere pesters, volgens cijfers uit 2014 zou het gaan om ruim twee keer zoveel pester-slachtoffers dan pesters. Niet elk kind reageert op deze manier en niet bij elk kind zijn er op lange termijn negatieve invloeden, maar het kan wel. Tijdig de signalen van een gepest kind herkennen, is dus van belang om de negatieve gevolgen te beperken.

Hoe herken je signalen van pesten bij een leerling?

Bij de gepeste:

- verandert het gedrag (stil en teruggetrokken of net agressief), soms is er een terugval (duimen, bedplassen, ...)
- verslechteren de schoolresultaten
- staat letterlijk alleen, heeft geen (goede) vrienden, gaat niet naar feestjes, brengt niemand mee
- klaagt herhaaldelijk over buik- of hoofdpijn of misselijkheid
- slaapt slecht(er), heeft plots nachtmerries
- lijkt ongelukkig of depressief
- staat onder stress, is in paniek
- heeft (minder) zelfvertrouwen, durft niets alleen
- vermijdt de groep of de pauzeruimtes
- neemt 'onlogische' wegen om zich te verplaatsen
- angsten over school of alleen zijn, vooral na het weekend of vakantie
- verandert het eetpatroon
- zoekt 'veilige' plekken op (in de buurt van leerkrachten, veel passage, ...)
- heeft regelmatig kapotte spullen of verwondingen

Hoe herken je signalen van pesten bij de pester (pestkop)?

Bij de Pester:

- weigert om met bepaalde mensen samen te werken
- zet zich af tegen de groep, speelt de baas
- pikt er snel zwakke plekken uit
- kan zich moeilijk inleven in anderen
- aanvaardt moeilijk regels en grenzen
- reageert vaker impulsief en agressief
- signalen van een dubbelleven: in de buurt van autoriteit is er niets aan de hand, op onbewaakte momenten misdraagt het kind zich

Niet al deze signalen komen bij alle pesters of gepesten voor en al zeker niet in dezelfde mate. Het zijn enkele signalen die alarmbellen kunnen doen afgaan.

Gespreksvoering:

Onderstaande gesprekstechnieken zijn voorbeelden die aansluiten bij de voorwaarden die gesteld zijn in de inleiding van dit protocol. Voorwaarden voor een gesprek zijn:

- Er moet voldoende tijd zijn voor een gesprek.
- Er moet een ruimte zijn waar ongestoord gepraat kan worden.
- Het kind moet voor het gesprek begint, weten wat het doel is.
- Het gesprek moet vertrouwelijk zijn.

Tips:

1. Soms vinden kinderen het prettig om te praten en tegelijk wat te doen. (bv tekenen, klas opruimen).
2. Bereid je gesprek van te voor door vragen te formuleren n.a.v. de gegeven handvaten, maar stel je in het gesprek flexibel op door niet een lijstje af te werken, maar te 'pingpongen' n.a.v. de gegeven antwoorden.

Hulp aan het gepeste kind (slachtoffer).

Doel: Nagaan wat er aan de hand is. De leerling de kans geven om het hart te luchten. Samen kijken of er een oplossing is voor het probleem.

Werkwijze: De leerling vrij laten vertellen, gerichte open vragen stellen.

Handvatten voor het gesprek:

- Maak aan het begin van het gesprek duidelijk waarom je dit gesprek wilt voeren (bijv. ik wil eens met je praten . Ik maak mij zorgen over...Het lijkt mij voor jou heel vervelend dat...)
- Wanneer de leerling niet wil praten, respecteer dit dan en beëindig het gesprek. Vertel dat de leerling altijd bij je terecht kan als hij wel wil praten.
- Luister tijdens dit gesprek zoveel mogelijk naar de leerling en probeer middels het stellen van open vragen een zo duidelijk mogelijk beeld over de situatie te krijgen. Luisteren, samenvatten en doorvragen: LSD
- Bedenk en bespreek samen wat de volgende stap zal zijn en maak hier afspraken over. Zorg dat de leerling zich veilig voelt en leg uit wat je gaat doen.
- Geef de leerling het gevoel dat je naast hem staat.

Bemiddelingsgesprek:

Er is een conflict waar de leerlingen zelf niet uitkomen. Beide kinderen hebben emoties overgehouden aan eerdere incidenten. De volwassene bemiddelt zonder daarbij partij te kiezen door naar beide partijen te luisteren en zich in te leven in beide partijen.

Doel: Nadat er individuele gesprekken hebben plaatsgevonden met de pester en het gepeste kind, kan één van de bedachte oplossingen een bemiddelingsgesprek zijn. De volwassene probeert een dialoog mogelijk te maken tussen de twee partijen.

Werkwijze: Voorafgaand aan het gesprek is een duidelijk beeld gevormd van de situatie en beleving van de leerlingen. In wisselwerking met beide leerlingen wordt een probleemstelling geformuleerd en samen gezocht naar een oplossing.

Handvatten voor het gesprek:

- Doel van het gesprek weergeven.
- Actief luisteren naar beide partijen zonder oordelen.
- Inleven in de gevoelens van beide leerlingen.
- Laat de leerlingen zelf met elkaar praten waar je bij zit. Laat heb hierbij hun gevoelens verwoorden en wat ze van de situatie vinden.
- Vraag daarna wat de leerlingen graag zouden willen (de oplossing). Zorg ervoor dat de leerlingen elkaar laten uitspreken en elkaar aankijken.
- Vraag om samen na te denken over een oplossing waar ze allebei achter staan (wat zou je eraan kunnen doen? Wie heeft er een idee?)
- Laat de leerlingen samen een oplossing kiezen en vraag beiden afzonderlijk of ze zich kunnen vinden in de oplossing.
- Maak concrete afspraken.
- Maak met alle betrokkenen een vervolgspraak na uiterlijk 2 weken om te kijken hoe de gekozen oplossing werkt.

Hulp aan de pester

Doel: De leerling de kans geven om zijn verhaal te vertellen en samen te zoeken naar een oplossing of duidelijk maken welk probleem je hebt met het gedrag van de leerling. Duidelijk maken wat pesten voor de ander betekent.

Handvatten voor het gesprek:

- Het doel van het gesprek weergeven.
- Informeer de leerling over welk gedrag als hinderlijk ervaren wordt. Gebruik hierbij ik-boodschappen zonder oordelen.
- Zorg dat de leerling niet afgewezen wordt, maar dat alleen het gedrag afgekeurd wordt.
- Benoem de gevolgen van het pestgedrag voor de ander en voor de sfeer in de groep.
- Vertel wat de afspraken zijn en geef hierbij duidelijk de grenzen aan.
- Wanneer het gedrag voortkomt uit een onderliggend probleem biedt dan hulp aan.
- Zoek samen naar mogelijke oplossingen en goede voornemens en maak hier afspraken over.
- Vraag welke hulp de leerling nodig heeft van jou.
- Maak een afspraak samen met de gepeste leerling
- Maak een vervolgspraak na uiterlijk twee weken om te kijken hoe de situatie is.

Hulp bieden aan ouders

Doel: Informeren van de ouders van beide partijen over de ontstane situatie, de aanpak van pesten (informatie uit het pestprotocol) en het voorkomen van pesten. Samen met de ouders zoeken naar oplossingen. Eventueel doorverwijzen naar deskundige hulp.

Handvatten voor het gesprek:

- Doel van het gesprek weergeven.
- Toon begrip: geef ruimte om te vertellen en erken de emoties. Toon interesse door vragen te stellen. Toon waardering voor hun inzet.
- Benoem de deskundigheid van de ouders.
- Maak aanspraak op de verantwoordelijkheid van de ouders. Vraag wat zij zelf denken te kunnen doen. Wat zien zij als hun rol?
- Vraag naar de verwachtingen die de ouders van school heeft en vertel wat de verwachtingen van school zijn.
- Maak duidelijke afspraken.
- Wees bereikbaar: Informeer regelmatig hoe het gaat en zorg dat het contact laagdrempelig blijft.

Mobiliseren van de zwijgende middengroep

Doel: bewustwording creëren over pesten, maar ook over de rol van de individu binnen een groep.

Handvatten voor het gesprek: Klassengesprek

Bij een klassengesprek over pesten staat veiligheid voorop. Bespreek met de gepeste leerling dat er een klassengesprek gaat plaatsvinden. Overleg met de leerling of het anoniem wil blijven of dat de situatie besproken mag worden.

Anoniem:

- Benoem eerst dat pesten een belangrijk onderwerp is waar je het met de klas over wil hebben. Check daarna of u de klas erop kunt vertrouwen dat ze het gesprek serieus aangaan zonder te oordelen of te lachen.
- Neem de pester(s) en het slachtoffer in bescherming door geen namen te noemen of concrete incidenten te bespreken in dit gesprek.
- Gebruik fictieve peestsituaties waarin je de klas laat nadenken over mogelijke oplossingen.

Niet anoniem:

- Praat met de leerlingen over de peestsituatie in de klas en hun eigen rol bij het pesten.
- Bespreek aanpakken en oplossingen. (Deze zijn al eerder besproken met de pester en de gepeste leerling)

- Overleg hoe de leerlingen actief kunnen bijdragen aan de oplossingen.

Aanpak: Herstelrecht, No Blame en Cyberpesten

De school zet in op herstelrecht, maar er kan ook gekozen worden om de No Blame methode toe te passen. Beide methodes kunnen door de mentor of de Pestcoördinator uitgevoerd worden. In elke individuele situatie moet eerst bekeken worden wat wie wie wat gaat doen: Wie heeft de regie? In het geval van cyberpesten is het gewenst om nog sneller in te grijpen om te voorkomen dat bewijsmateriaal kwijt raakt.

Het stappenplan na een melding van pesten volgens het herstelrecht:

Herstelrecht is de tegenhanger van strafrecht. Bij het tegengaan van pestgedrag kan het zo zijn dat de pestcoördinator meent dat pesters en meelopers niet meteen straf zouden moeten krijgen, maar eerst het recht hebben om hun fouten te herstellen. Dit bieden wij leerlingen aan die pestgedrag of meeloopgedrag vertonen.

Zeer belangrijk bij het herstelrecht is dat de ‘daders’ hiervoor kiezen en weten wat het inhoudt. Het herstelrecht is ‘slachtoffergericht, wat wil zeggen dat de pester(s) en meeloper(s) in geen geval ruimte krijgen om het gebeurde te bagatelliseren, ontkennen of verdedigen. Herstelrecht is echt een manier om een andere wending aan een gebeurtenis te geven, waarbij de dader(s) fouten herstellen omdat ze dat willen.

Kiezen pester(s) ervoor om een gebeurtenis te bagatelliseren, ontkennen of verdedigen, dan kan er geen sprake zijn van het inzetten van herstelrecht. Wanneer de mentor meent dat een pester of meeloper baat heeft bij een aanpak op basis van herstelrecht, overlegt de mentor met het pestcoördinator over de precieze aanpak en inzet hiervan.

	Wie	Wat	Gespreksleider	Gespreksleider
1	Mentor/ gespreksleider	Informeert deelnemers: <ul style="list-style-type: none"> · “Ik ben de gespreksleider”; · Eist van iedereen een actieve luisterhouding; · Kan zien dat er wordt gehoord wat de ander zegt; · Niemand mag een ander onderbreken. 	Gesprek niet starten als deelnemers zich hier niet aan willen houden.	Ouders informeren over weigering van kind om mee te werken.
2	Leerling die benadeeld/ gepest is	Beantwoordt de volgende vragen: <ol style="list-style-type: none"> 1. Wat gebeurde er precies? 2. Hoe voelde je je toen? 3. Hoe denk je er nu over? 4. Wie is of zijn de benadeelden? 5. Waar heb je nog last van? 6. Hoe kan het hersteld/ goedgeemaakt worden? 	Gespreksleider Zo nodig verhelderende vragen stellen.	
3	Dader	Beantwoordt de volgende vragen: <ol style="list-style-type: none"> 1. Wat gebeurde er precies? 2. Wat dacht je op dat moment? 3. Hoe voelde je je toen? 4. Wat vind je er nu van? 5. Wie is of zijn er benadeeld? 	Gespreksleider Zo nodig verhelderende vragen stellen.	

		6. Hoe ga je dat herstellen?		
4	Mentor/ gespreksleider	Stelt verhelderende vragen aan dader, zoals: <ul style="list-style-type: none"> · Wanneer ga je het herstellen? · Wat heb je daarvoor nodig? 	Dader geeft aan: -Concrete datum; -Concreet plan/ concrete actie.	
5	Mentor/ gespreksleider	Vertelt dat bij de gepeste/ benadeelde leerling wordt nagevraagd of excuses geloofd en serieus genomen worden. Zo ja, daarover alle ouders inlichten.	Worden excuses/ herstel actie niet serieus genomen of niet geloofd, dan onderneemt de dader een nieuwe poging. Daarover worden afspraken gemaakt met de mentor.	Alle ouders worden ingelicht.
6	Mentor/ gespreksleider	Na 2 en 4 weken navragen hoe het gaat (gepeste en pester).		
7	Mentor/ gespreksleider	Schakelt AL & pest coördinator in als pesten niet is gestopt of de relatie niet hersteld is.		

Handvaten gesprek met daders:

Gesprek (individueel) met pesters, zodat zij meewerken aan een veilige schoolomgeving en herstel.

- *Waarom zitten we hier?*
- *Feiten (pest)gedrag en gevolgen benoemen;*
- *Hoe ga jij dit vanaf nu anders doen en bijdragen aan een veilige school voor iedereen? Hoe gaat jou dit vanaf nu lukken?*
- *Wat ga jij doen om dit te herstellen?*
- *Eventueel non-contract met pesters. Zie pag. 17 voor toelichting.*
- *De afspraken die hier worden gemaakt gelden zeker ook buiten de school. Concreet voorbeelden noemen: geen andere jongeren via een omweggetje opstoken, iemand buiten school vragen om slachtoffer te benadelen, dat is allemaal net zo schadelijk en accepteren we niet (nazorg plicht).*

Het stappenplan na een melding van pesten volgens de no blame methode :

Bij de No Blame methode wordt de verantwoordelijkheid voor een pestprobleem bij een supportgroep gelegd. Het feit dat niemand beschuldigd wordt, ook de pester niet, draagt bij aan een potentiële oplossing. De No BLAME methode blijkt in 90% van de pestgevallen succes te zijn en is daarmee een zeer effectieve methode.

De pester(s), de meelopers en een aantal neutrale medeleerlingen of vrienden van de gepeste leerling worden, na zorgvuldige selectie, samengebracht in de supportgroep en gaan op zoek naar mogelijke oplossingen voor het ontstaan van onveilig gedrag in de groep. Niemand krijgt de schuld. Niet het beschuldigen van de pester en de feiten staan centraal, maar het negatieve gevoel van het slachtoffer. Vooral, hoe dit gevoel weer positief te krijgen. De supportgroep krijgt de verantwoordelijkheid om een aantal voorstellen te doen om het negatieve gevoel bij het slachtoffer weg te nemen en te verminderen. Docenten besteden vaak veel tijd om de ware toedracht van het pestgedrag te achterhalen. Dit kan voor het slachtoffer beschamend zijn. Om effectief hulp te

kunnen bieden hoeft de ware toedracht niet bekend te zijn. De medewerkers, bijvoorbeeld leerlingbegeleiders, coaches, mentoren, maatschappelijk werkers of tweede lijn medewerkers die de methode toepassen zijn getraind in deze methode.

STAP 1: Gesprek met de leerling die wordt gepest

In het eerste gesprek met de gepeste leerling moedigt de begeleider de leerling aan om te vertellen hoe hij/zij zich voelt nav de feiten die verteld worden. Omdat er aan een verhaal vaak twee kanten zitten is het belangrijk om te kunnen verbaliseren welke effecten en gevoelens deze feiten teweeg brachten. Bewijsmateriaal verzamelen is niet de bedoeling. Het is belangrijk dat de betreffende leerling zicht krijgt op het proces van aanpak en zijn/haar toestemming geeft om met de No Blame methode het probleem te verhelpen. Soms leeft de angst dat het nog erger zal worden, maar als het niet bestraffende aspect volledig duidelijk is, voelt de leerling zich meestal veilig en opgelucht dat er iets gedaan wordt.

De gepeste leerling is niet aanwezig bij het gesprek met de supportgroep. Ter voorkoming dat door het verhaal van de gepeste leerling anderen zich beschuldigt voelen en zich willen rechtvaardigen. Dat zou de probleemoplossende aanpak kunnen ondermijnen. De begeleider bepaalt samen met de gepeste leerling wie uitgenodigd zullen worden in de supportgroep. Tot slot vraagt de begeleider de gepeste leerling iets te tekenen of te schrijven wat uitdrukt hoe hij/zij zich voelt. Dit kan worden meegenomen naar de eerste bijeenkomst met de support groep.

STAP 2: Bijeenkomst met de betrokken leerlingen

De begeleider regelt een bijeenkomst met de supportgroep. Hij/zij meldt de leerlingen dat ze op een bepaald moment, kort na de uitnodiging, verwacht worden voor een gesprek over een situatie die zij kunnen oplossen. Hierbij laat hij/zij in het midden waar het over gaat.

Leg het probleem uit

De begeleider begint met aan de groep te vertellen dat er een probleem is omdat de gepeste leerling het erg moeilijk heeft en zich ongelukkig voelt. De begeleider vertelt het verhaal van het negatieve gevoel van de leerling en gebruikt de tekst of tekening die hij/zij eventueel maakte om de pijn te benadrukken. De docent praat niet over de details van de gebeurtenissen en beschuldigt niemand en gaat nauwelijks in op de feiten die de leerlingen naar voren brengen. Het doel is dat men begrijpt hoe de gepeste leerling zich voelt. Niet om erachter te komen wie wat wel of niet gedaan heeft.

Deel de verantwoordelijkheid

Als het verhaal rond is, zou het kunnen dat de luisteraars er terneergeslagen of ongemakkelijk uitzien en dat ze onzeker zijn over de reden van de bijeenkomst. Sommigen kunnen ongerust zijn over mogelijke straffen. De begeleider verandert de stemming door te stellen dat:

- niemand in de problemen zit of zal worden gestraft;
- er gedeelde verantwoordelijkheid is om de leerling te helpen zich weer gelukkig en veilig te voelen;
- de groep bijeengeroepen is om het probleem te helpen oplossen.

Vraag naar de ideeën van elk groepslid

De leden van de groep zijn meestal oprecht geraakt door het verhaal en opgelucht dat zij niet in de problemen zitten. Elk lid van de groep wordt aangemoedigd om een manier voor te stellen waarop het slachtoffer kan worden geholpen om zich weer gelukkiger te voelen. Deze ideeën dienen te worden geformuleerd in de "ik-vorm." en komen van de groepsleden zelf. Ze worden niet door de begeleider opgelegd, maar wel opgemerkt en gewaardeerd.

Laat het aan hen over

De begeleider bedankt de leerlingen voor hun voorstellen en herhaalt dat de verantwoordelijkheid nu bij de groep ligt en dat hij hier alle vertrouwen in heeft. Er wordt geen schriftelijk verslag gemaakt, het is een kwestie van vertrouwen. De begeleider geeft aan te vertrouwen op een positieve afloop. Er wordt afgesproken dat de begeleider over een week elk lid van de groep afzonderlijk zal spreken om te horen hoe alles loopt. Ook geeft de begeleider aan bereikbaar te zijn voor een gesprek.

STAP 3: Spreek hen opnieuw

Ongeveer een week later spreekt de begeleider met elk groepslid. In hoeverre voerden zij hun voorstellen uit en hoe was dat voor hen? Deze gesprekken zijn met elk groepslid afzonderlijk, zodat elk van hen kan vertellen over diens bijdrage zonder een competitieve sfeer te creëren. Het speelt geen rol of iedereen zijn voornemen heeft uitgevoerd, belangrijk is dat de pesterijen gestopt zijn. Het is niet nodig dat de voorheen gepeste leerling de meest populaire leerling van de school is geworden, zolang hij/zij zich maar veilig en gelukkig voelt. Als begeleider laat u weten de situatie te blijven volgen door af en toe navraag te doen. Daarbij geeft de begeleider aan een tweede groepsbijeenkomst te zullen organiseren als de situatie toch zou verergeren.

De gepeste leerling wordt gevraagd hoe de week is ervaren, of er veranderingen zijn opgemerkt en hoe hij/zij zich voelde. Het kan zijn dat er weinig toenadering is bemerkt maar dat het pesten wel stopte. De kans is groot dat de gepeste leerling zich nog angstig en onzeker voelde. Als begeleider vertelt u de situatie te blijven volgen en indien een nieuwe groepsbijeenkomst nodig blijkt eventueel samen een andere groepsamenstelling te formeren.

Het stappenplan bij de aanpak van cyberpesten:

Als een kind online wordt gepest is het belangrijk om, net zoals bij traditioneel pesten, het kind serieus te nemen. Een van de weinige voordelen van online pesten is dat er bewijs is. Hiermee wordt sneller duidelijk wie betrokken zijn, tenzij het afkomt van een anoniem account.

Snel handelen

De praktijk wijst uit dat snel handelen nodig is, zeker als er compromitterende foto's online verspreid worden. Een ingrijpende pestsituatie even over het weekend tillen, is af te raden. Het bereik online is groot en de schade kan daardoor snel oplopen. Omdat online pesten in school- of verenigingsverband meestal onderdeel is van negatieve groepsdruk en -dynamiek, vraagt de aanpak van online pesten dezelfde stappen als die van offline pesten.

Consequenties en hulp:

Bij elk individueel pestgeval moet er goed gekeken worden naar de beste weg die bewandeld moet worden. Duidelijk is dat er snel en adequaat samengewerkt moet worden. Niet alleen de gepeste leerling heeft hulp en steun nodig, ook de Pester. Uiteraard moet duidelijk zijn dat op vervolg gedrag consequenties staan voor de Pester. In elk individueel geval moet opnieuw bekeken worden wat helpt om het pesten z.s.m. te stoppen.

Disciplinaire maatregelen

Disciplinaire maatregelen zijn gericht op de leerling die pest, en zendt de boodschap uit dat pesten niet acceptabel is. De literatuur is verdeeld over welke vormen van disciplinaire maatregelen het meest effectief zijn. Wel zijn er aanwijzingen dat sommige disciplinaire maatregelen het pesten zouden verergeren in plaats van verminderen (Nickerson, Cornell, Smith, & Furlong, 2013).

Ayers, Wagaman, Geiger, Bermudez-Parsai en Hedberg (2012) voerden een onderzoek uit naar verschillende disciplinaire maatregelen die scholen gebruiken bij leerlingen die anderen hebben gepest. Ook keken zij of en welke maatregelen ervoor zorgen dat deze leerlingen niet nogmaals gaan pesten of agressief gedrag vertonen. In dit onderzoek werden 1.221 studenten van 122 scholen betrokken die wegens pestgedrag een disciplinaire maatregel hebben gekregen. De volgende maatregelen zijn onderzocht:

- nablijven,
- schorsing binnen school (waarbij de leerling niet mee mag doen aan zijn dagelijkse
- planning/activiteiten),
- verliezen van privileges,
- schorsing van school,
- contact met ouders,
- bespreking tussen ouder en leerkracht (eventueel ook met leerling),
- verblijven op kantoor (waarbij de leerling niet mee mag doen aan zijn dagelijkse
- planning/activiteiten).

Resultaten wijzen uit dat maar twee disciplinaire maatregelen een significant effect hadden op het pestgedrag: het verliezen van privileges en een bespreking tussen ouder en leerkracht (eventueel ook met leerling). Ayers en collega's (2012) concluderen dat disciplinaire maatregelen gericht op de individuele leerling, zoals het schorsen van de leerling uit het klaslokaal of van de school, niet effectief zijn in het weerhouden van de leerling om nogmaals pestgedrag of agressief gedrag te vertonen. Anti-pestprogramma's zouden zich moeten richten op meerdere systemen, zoals de schoolomgeving, thuisomgeving en leeftijdsgenoten.

Non-contract:

Formele non-contracten kennen de volgende opzet:

- 1 De contractant verklaart welk gedrag hij wil stoppen.
- 2 Hij verduidelijkt de achterliggende reden (de onvervulde behoefte).
- 3 Hij vertelt wat hij gaat doen om te voorkomen dat het misgaat (preventie). Vaak komt dit neer op acties in de richting van het vervullen van de behoefte.
- 4 Beschrijving van de sancties.
- 5 Geldigheidsduur van het contract.
- 6 Plaats en datum van opmaak van het contract.
- 7 Handtekeningen van de contractant, de begeleider en in veel gevallen de groepsleden. Soms ook worden de handtekeningen van ouders meegenomen.

Hulporganisaties

Hulporganisaties als meldknop.nl en helwanted.nl bieden ondersteuning via informatie op hun website en doorverwijzing naar organisaties waarmee direct contact opgenomen kan worden. Kinderen kunnen bellen of chatten met hulplijnen zoals de kinedertelefoon.nl en vraaghetdepolitie.nl. Zorg als organisatie dat de lijnen naar externe hulpverleners, zoals jongerenwerk, politie en GGD kort zijn. Wees als professional voorbereid op (online) pestincidenten, zodat deze adequaat opgelost kunnen worden.

Sociale vaardigheidstraining:

De Zoco wordt betrokken als extra of externe hulp voor gepeste leerling of pestende leerling(en) inschakelen wenselijk is. Dit kan in de vorm van sociale vaardigheidstraining of individuele gesprekken.