

## **Anti-pest protocol**

### **Plagen of pesten?**

Iedereen plaagt wel eens of wordt geplaagd. Plagerijen zijn niet kwaad bedoeld, het gebeurt over en weer. Plager en geplaagde zijn aan elkaar gewaagd.

Bij pesten ligt het anders. Tussen pester en gepeste is dit evenwicht er niet. De pester heeft de overmacht. Pesten gebeurt vaak in groepsverband en is ingrijpend.

### **Preventieve maatregelen**

Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en verwachtingen in de klas. In een mentorles wordt specifiek aandacht aan het onderwerp 'pesten' besteed. Daarnaast maken de lessen sociale vaardigheden (socialiseren) in leerjaar 1 een vast onderdeel uit van het lesprogramma.

### **Achtergronden van pestgedrag**

#### De gepeste

Pesters kiezen vaak een kwetsbare jongere in de groep als slachtoffer. Dit zijn vaak jongeren die niet in staat zijn adequaat voor zichzelf op te komen. Ze lopen dus meer risico. De gepeste wordt gepakt op diens zwakke plek of op anders zijn (bijv. uiterlijk, accent, sociaal gedrag). Slachtoffers van pesten spreken zelden uit zichzelf hierover, maar zwijgen houdt het pesten juist in stand.

#### De pester

De pester pest meestal om onzekerheid te verbergen en macht te krijgen. Het kan zijn om eigen frustraties af te reageren, bijvoorbeeld uit onmacht. De pester voelt zich doorgaans niet schuldig, ziet het als 'een grapje' of overziet de impact niet.

#### De omstanders

Omstanders zijn voor een deel meelopers die zelf ook pesten en voor een deel kinderen die doen of ze niets merken. Dit uit angst om zelf gepest te worden. Uit angst voor hun eigen veiligheid grijpen ze niet in, maar voelen zich meestal wel schuldig hierover. Omstanders leggen de schuld regelmatig bij de gepeste zelf en zeggen vaak dat de jongere het zelf uitlokt.

## **Pesten is onacceptabel op het Trivium College: wij hanteren de No Blame methode**

De No Blame methode is een niet bestraffende, probleemoplossende methode om met pest-situaties om te gaan. Er wordt een beroep gedaan op het inlevingsvermogen van de groep en op de persoonlijke verantwoordelijkheid van elke jongere.

No Blame gaat ervan uit dat (dreigen met) straffen niet helpt, maar dat de pester(s) en de gepeste het probleem samen moeten oplossen. Omdat het de verantwoordelijkheid van volwassenen is om voor veiligheid te zorgen, moeten zij de gesprekken ondersteunen.

### **De uitgangspunten:**

- A. Pesten zal altijd deel uitmaken van de maatschappij:
  - Je kan het niet goedpraten, maar wel begrijpen
  - De pester moet de kans krijgen om te erkennen dat er een probleem is
  - De pester moet hulp krijgen om tot probleembesef te komen
  
- B. Pesten is een groepsprobleem:
  - Soms werkt de pester alleen, meestal in een groep
  - Groepsprobleem: de groep bestaat uit pester, helpers en omstanders
  - De groep ondersteunt het pesten en laat het toe
  - De groep heeft de macht het pesten te melden en te veroordelen
  - Het gedrag van de pester wordt minder interessant als hij geen steun meer krijgt van de groep
  
- C. No Blame steunt het vergroten van empathie:
  - Pesters hebben vaak problemen zich in te leven in gevoelens van anderen
  
- D. De gevoelens en niet de feiten staan centraal:
  - Nadruk ligt steeds op het slechte gevoel van het slachtoffer, niet op de feiten
  
- E. De klemtoon ligt op het probleemoplossende vermogen:
  - De jongeren bij de aanpak betrekken, bevordert de positieve sfeer
  - Niemand wordt boos
  - De zoektocht naar de oplossing staat centraal

## **De No Blame-benadering**

De No Blame-aanpak heeft niet tot doel de feiten in twijfel te trekken. Evenmin wordt de pester beschuldigd of gestraft. De groep krijgt de verantwoordelijkheid een aantal voorstellen te doen om het negatieve gevoel bij het slachtoffer weg te nemen of verminderen.

De basisprincipes zijn:

- Het pesten moet stoppen
- Iedereen is verantwoordelijk
- Niemand wordt gestraft

**De No Blame-methode bestaat uit zeven stappen:**

**1. Een gesprek met de gepeste leerling:**

- Informatie vragen, geen details over wat er gebeurd is
- Vraag naar beleving en gevoelens
- Uitleg over aanpak, nadruk op niet-bestrafende aspect, vraag toestemming
- Besprek samen de namen om de groep samen te stellen
- Vraag wat je wel of niet mag vertellen over de beleving
- Aangeven dat je steeds bereikbaar blijft

**2. Bijeenkomst met de groep leerlingen:**

- Organiseer een gesprek met leerlingen uitgekozen in overleg met de gepeste
- De groep bestaat uit pester(s), meelopers, vrienden en positief ingestelde jongeren
- De gepeste is niet aanwezig, dit kan de probleemoplossende aanpak moeilijker maken

**3. Situatie schetsen en uitleg geven aan de groep leerlingen:**

- Leg het probleem uit aan de groep en vertel hoe het de gepeste zich voelt
- Praat niet over details van gebeurtenissen
- Beschuldig niemand
- Duidelijk maken dat er een probleem is dat opgelost moet worden

**4. Gezamenlijke verantwoordelijkheid:**

- Bespreek gezamenlijke verantwoordelijkheid
- Zeg duidelijk dat niemand in de problemen zit of gestraft zal worden
- Elk groepslid kan bijdragen aan de oplossing
- Zij hebben het meeste contact met de gepeste, dus de beste kansen om het pesten te stoppen

**5. Voorstellen laten formuleren:**

- Begeleider vraagt deelnemers om met ideeën te komen voor een oplossing
- Alle positieve voorstellen aanvaarden (niets doen is ook een voorstel)

- Vraag om het concreet te maken 'hoe ga je dat doen'
- Aandacht voor de ik-taal (niet tevreden met het benoemen van algemene uitspraken)
- Mogelijk hebben leerlingen tips voor de gepeste
- Er wordt toestemming gevraagd voor het overbrengen van de tips
- Bedank hen en geef ze duidelijk vertrouwen
- Vertel dat je hen na twee weken individueel wilt spreken (je blijft bereikbaar)

**6. Een oefentijd van twee weken:**

- Oefentijd van twee weken waarin de groep leerlingen hun voorstellen uitvoert
- Leg de verantwoordelijkheid bij de groep; alleen zij kunnen het probleem oplossen

**7. Evaluatie van de leerlingen na twee weken:**

- Evaluatie met gepeste en groepsleden apart over het verloop
- Gebruik de kernvragen: hoe is het nu, gaat het goed/beter, ben je tevreden enz.
- Als de gepeste niet helemaal tevreden is, kan het stappenplan herhaald worden

## **Samenhang met Protocol Straf en Schorsing**

Binnen het Trivium College wordt bij fysieke en verbale agressie de sanctieladder gehanteerd vanuit het Protocol Straf en Schorsing. Op het moment dat agressie deel uit maakt van het pesten, zal naast het Protocol Pesten ook de sanctieladder worden gehanteerd.