



# PESTPROTOCOL

**Pesten**  
schelden slaan  
roddelen  
negeren  
bedreigen  
duwen buitensluiten  
beledigen  
dissen **haten**

[pestbriefje.com](http://pestbriefje.com)

**Pesten? NIET OP MIJN SCHOOL!**

## Voorwoord

In Vlaanderen krijgt een kwart van de leerlingen te maken met pesterijen. Eén leerling op twintig wordt wekelijks gepest en zelfs één op dertig haast dagelijks. Iedereen weet ongetwijfeld dat pesten ernstige gevolgen met zich mee kan brengen. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus genomen worden.

Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt zodat het dikwijls moeilijk is om er greep op te krijgen, velen weten ook niet hoe ermee om te gaan.

Op school willen we al onze leerlingen begeleiden in een veilige en zorgende leeromgeving, dus kunnen we niet voorbij aan het emotioneel welbevinden. Al het onderwijzend personeel heeft een taak bij het tegengaan van pesten. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en ze moeten hierom durven vragen. Volwassenen moeten ook oog hebben voor de signalen van leerlingen en hiermee verder durven gaan.

Met dit pestprotocol willen we dan ook het aantal pesterijen aanpakken en terugdringen. We willen dit doen op meerdere vlakken. Eerst en vooral door in te zetten op preventie, maar mocht preventie niet voldoende zijn, moeten we ook adequaat weten te reageren op pestgedrag om ervoor te zorgen dat dit zo snel mogelijk stopt.

Om iedereen op dezelfde lijn te krijgen, is het dan ook belangrijk dat iedereen over dezelfde basisinformatie beschikt, die in dit protocol beschreven staat. Op die manier kan elke toeschouwer pestgedrag herkennen en er op de gepaste manier mee omgaan.

## Inhoudstafel

Voorwoord .....	1
Inhoudstafel .....	2
Verschil plagen en pesten .....	3
Soorten van pesten .....	4
Signalen bij het pesten .....	4
Partijen bij het pesten .....	5
De gevolgen van pesten .....	7
<b>Gevolgen voor de slachtoffers</b> .....	7
<b>Gevolgen voor de pesters</b> .....	7
<b>Gevolgen voor de klasgenoten / buitenstaanders</b> .....	7
<b>Gevolgen voor de leerkrachten</b> .....	7
Preventie op niveau van onderwijzend personeel.....	8
Preventie: basisklimaat .....	8
Aanpak bij mogelijke pestproblemen.....	10
Melding pestprobleem door en aan wie .....	10
Wat te doen tijdens/na peestsituatie in school/klas .....	10
Wat doet de leerlingbegeleider?.....	11
Besluit.....	12

## Verschil plagen en pesten

Het is een vraag die vaak wordt gesteld: wat is het verschil tussen pesten en plagen? Het antwoord op die vraag is niet eenvoudig, want het onderscheid tussen plagen en pesten is soms moeilijk te maken. Over het algemeen vindt plagen incidenteel plaats en zijn bij plagen beide partijen aan elkaar gewaagd of zelfs vrienden van elkaar. Bij pesten ligt dat anders.

De belangrijke verschillen tussen pesten en plagen zijn:

<b>Plagen</b>	<b>Pesten</b>
Spontaan, onbezonnen, onschuldig, van korte duur	Berekend en met de duidelijke bedoeling iemand te kwetsen
Individueel: meestal één leerling tegenover een medeleerling	Groepsprobleem: een groep pestende leerlingen tegenover één of meerdere slachtoffers
Leerlingen staan op gelijke basis, er is geen machtsverschil	Dominantie, machtsverschil tussen pestende leerling en slachtoffer
Om te lachen, geen intentie om te kwetsen	Duidelijke bedoeling om het slachtoffer lichamelijk en/of psychisch te kwetsen of raken
Respect voor grenzen, wanneer één vraagt om te stoppen is het gedaan	Geen respect voor grenzen, de pesterijen worden steeds erger
Niet op regelmatige basis	Op regelmatige basis
Geen lichamelijke en/of psychische letsels	Kan lichamelijke en/of psychische letsels veroorzaken en dit zelfs op lange termijn.

## Soorten van pesten

Pesten kan op zeer veel verschillende manieren voorkomen, en deze manieren veranderen constant. Het is daarom belangrijk de variaties in pesten te (her)kennen.

**Verbaal:** Kan verschillende vormen aannemen: vernederen, schelden, dreigen, belachelijk maken, bijnaam geven, ...

**Uitsluiting:** Iemand laten merken dat de persoon niet meer welkom is in de groep.

**Fysiek:** Duwen, slaan, schoppen, spullen vernielen, ...

**Steaming:** Dit is de term voor afpersen met geweld. Meestal dreigt een groepje daders zijn slachtoffer af, vernedert of intimideert hem zodat hij geeft wat ze willen.

**Cyberpesten:** Dit is een moderne manier van pesten. Hieronder verstaan we alle vormen van pesterijen die een beroep doen op nieuwe informatie- en communicatietechnologieën. Op deze manier bestoken ze het slachtoffer anoniem. Door het anoniem gebeuren en de geringe pakkans durven de pesters gemakkelijker dingen te zeggen of te doen. Deze pesterijen laten vooral psychisch diepe sporen na, die ontegensprekelijk een invloed hebben op het schoolleven.

Hoe wordt er op deze manier gepest: per e-mail, sociale media, foto's of filmpjes maken en versturen/verspreiden via internet of sociale media, hacken om dan gegevens te stelen of aan te passen en deze dan te versturen in naam van de gepeste,...

**Happy slapping:** Iemand krijgt slaagt en dit wordt gefilmd met een camera. Nadien wordt het filmpje op het internet geplaatst.

## Signalen bij het pesten

Een buitenstaander kan, als hij aandachtig genoeg de situatie observeert, signalen van mogelijke pesterijen opvangen. We moeten ons wel realiseren dat het observeren van 1 van de onderstaande mogelijke signalen, niet noodzakelijkerwijs ook wil zeggen dat er sprake is van een peestsituatie. Elke situatie zal altijd afzonderlijk beoordeeld moeten worden.

Mogelijke signalen van gepest worden:

- gedragsveranderingen: in zichzelf keren, tegen zichzelf of de omgeving keren, agressief, rusteloos, verdrietig, neerslachtig, stemmingswisselingen, ...
- ziet er ongelukkig, gestrest of depressief uit
- is thuis prikkelbaar
- wil op de achtergrond blijven (proberen onzichtbaar te zijn)
- sociaal isolement bv: niet meer naar een club of vereniging gaan
- wil niet meer naar school gaan

- is vaak alleen op de speelplaats of vermijdt ze
- mag vaak niet meedoen of wordt als laatste gekozen
- wordt uitgelachen of onvriendelijk benaderd
- zoekt veilige omgeving op
- vertelt weinig over school of vrienden
- psychosomatische klachten
- fysieke kwetsuren
- verminderde schoolresultaten
- is regelmatig spullen kwijt of materiaal is stuk
- krijgt slaapproblemen en/of nachtmerries
- ...

## Partijen bij het pesten

Wanneer er wordt gepest op school ondervinden alle groepsleden daar negatieve gevolgen van. De slachtoffers en de pesters, maar ook de leerkrachten en de klasgenoten die er niet direct bij betrokken zijn (buitenstaanders).

Bij pesterijen is er dan ook steeds sprake van meerdere partijen:

### a. De gepeste of het slachtoffer

De gepeste is meestal een jongere en een lichamelijk zwakkere persoon die door de groep wordt buitengesloten. De redenen zijn vaak van weinig belang of waarde: anders zijn dan de anderen, te dik, te dun, stotteren, rood haar, sproeten, beugel dragen, ...

Het slachtoffer is meestal onzeker, gevoelig, stil of eenzaam en staat lichamelijk zwakker. Deze gevoelens of houdingen worden versterkt door het pestgedrag. Op deze manier geraakt de gepeste in een vicieuze cirkel.

### b. De pester of de dader

Een pester kiest het slachtoffer heel goed uit. Het is altijd iemand waarvan men weet dat het merendeel van de groep het slachtoffer niet zal verdedigen.

Een dader staat meestal positief tegenover geweld, is impulsief, fysiek sterker en wil overheersen. Hij/zij vindt zichzelf wel stoer en pest om aandacht of status te krijgen. Hij/zij kan zich moeilijk inleven.

c. De middengroep

- De assistent

Een assistent doet graag mee met het gedrag van de dader en maakt deel uit van de populaire groep.

- De meeloper

Een meeloper is een van de belangrijkste personen in de groep zonder dat hij/zij zich daarvan bewust is. Meelopers pesten mee, maar nemen niet zelf het initiatief.

De dader voelt het aanmoedigen, joelen, uitlachen,... als een beloning voor zijn gedrag. Hij bevestigt daardoor zijn/haar status. Een meeloper werkt dus mee aan de status van de pester.

- De verdediger

De verdediger kiest partij voor het slachtoffer. Hij/zij troost het slachtoffer, vaak niet op het moment dat het gepest wordt, maar achteraf. Een verdediger is voor het slachtoffer een heel belangrijke persoon.

- De buitenstaander

Een buitenstaander doet niets. Juist door het niets doen en zwijgen tolereert hij/zij het pesten. Buitenstaanders zijn vaak bang om zelf slachtoffer te worden van het pesten.

## De gevolgen van pesten

Wanneer er in een groep gepest wordt, ondervinden alle groepsleden daar negatieve gevolgen van. Naast de slachtoffers ervaren ook de pesters, de klasgenoten die er niet direct bij betrokken zijn (buitenstaanders) en de leerkrachten negatieve gevolgen wanneer er gepest wordt in de groep. Deze negatieve gevolgen beperken zich niet alleen tot de periode dat hij/zij op school zit, maar werken door tot ver na het bereiken van de volwassenheid.

### **Gevolgen voor de slachtoffers**

Slachtoffers worden doorgaans op verschillende manieren gepest. Onderzoek laat zien dat na verloop van tijd ook andere klasgenoten (dus niet de pesters) het slachtoffer negatief beoordelen. Pesten heeft allerlei negatieve gevolgen voor de slachtoffers. Zo zijn pestslachtoffers vaak angstig, eenzaam en hebben zij vaker last van depressies dan kinderen die niet gepest worden. Sommige van deze gevolgen zijn op latere leeftijd nog merkbaar. Zo hebben volwassenen die in hun schooltijd gepest zijn veelal een lager zelfbeeld dan mensen die niet zijn gepest. Daarnaast vinden zij het vaak moeilijk om andere mensen te vertrouwen en hebben zij een grotere kans om last van psychische problemen te krijgen.

### **Gevolgen voor de pesters**

Voor sommigen wellicht verrassend is dat pesters zelf ook negatieve gevolgen ondervinden van hun gedrag. Onderzoek laat zien dat de kans groot is dat pesters ook wanneer zij volwassen zijn agressie en/of geweld zullen gebruiken om problemen op te lossen als zij op jonge leeftijd niet (goed) gecorrigeerd worden.

### **Gevolgen voor de klasgenoten / buitenstaanders**

Klasgenoten die niet direct bij het pesten betrokken zijn, ook wel buitenstaanders genoemd, ervaren meerdere negatieve consequenties van pestgedrag in de groep. Zij voelen zich minder veilig in de klas, hebben een lager welbevinden en hebben minder zelfvertrouwen. Ook voelen zij zich soms schuldig, omdat zij niet hebben ingegrepen. Daardoor liggen hun leerprestaties lager en gaan zij met minder plezier naar school.

### **Gevolgen voor de leerkrachten**

Uit onderzoek blijkt dat leerkrachten niet altijd goed weten om te gaan met pesten en problemen met de sociale veiligheid. Zij voelen zich daarin vaak handelingsonbekwaam. Wanneer er in hun groep wordt gepest heeft dat negatieve gevolgen voor het welbevinden van leerkrachten. Leerkrachten houden zich het liefst bezig met hun passie; het geven van onderwijs. Groepsproblemen, zoals pesten, zorgen er voor dat zij daar minder mee bezig kunnen zijn.



## Preventie op niveau van onderwijzend personeel

De leerkracht of opvoeder op school is de aangewezen persoon om in eerste instantie te zorgen voor een aangenaam schoolklimaat waarin geen sprake is van pesten, maar moet tegelijkertijd ook adequaat kunnen reageren op mogelijk pestgedrag. Het is dan ook van het allergrootste belang dat binnen ons lerarenteam iedereen op de hoogte is van ons pestprotocol. Daarom zet onze school in op een duidelijke communicatie.

Het platform dat onze school (zowel leerkrachten, als leerlingen en hun ouders) hiervoor gebruikt, is Smartschool. Via Smartschool kan iedereen het schoolreglement nalezen, waarin ook het pestprotocol is opgenomen. Bovendien is er een duidelijke rolverdeling afgesproken, om zo snel mogelijk goed te kunnen reageren op signalen van pesten.

Leerkrachten die dit wensen, krijgen de mogelijkheid om zich verder hierin te professionaliseren.

## Preventie: basisklimaat

### a. Klasonthaal 3<sup>e</sup> jaar

De meeste leerlingen die in het derde jaar bij ons beginnen, hebben de vorige jaren al heel wat informatie gehad over pesten en weten er dus al heel wat vanaf. In de algemene uiteenzetting in het begin van het schooljaar kan in het kort hierover al iets vermeld worden.

Het eerste contact tussen de klas en de (klas)leerkracht is heel belangrijk om lijnen uit te zetten in de vorm van regels en afspraken. De eerste schooldag worden dan ook kennismakingsactiviteiten georganiseerd om de school en elkaar te leren kennen en te respecteren. Er wordt een ontbijt en groepsactiviteiten voorzien.

### b. Teambuilding 3<sup>e</sup> jaar

Een tweede stap die mede gericht is op pestpreventie, bestaat uit een dagje teambuilding, ongeveer 1 maand later. Op deze dag staat samenwerking centraal, waarbij men ervoor zorgt dat iedereen erbij hoort en zijn/haar steentje kan bijdragen.

### c. Themalessen

Geregeld wordt er in de klas rond het onderwerp pesten gewerkt. Ook bij een actueel onderwerp in de media hierover moet er aandacht besteed worden in de klas. Dit kan gebeuren tijdens verschillende lessen. Soms komt het thema ook aan bod tijdens culturele voorstellingen. De voor- en nabespreking zijn dan zeker zo belangrijk.

#### d. Activiteiten tijdens de pauze

Om verveling bij de leerlingen te voorkomen, worden er tijdens de pauze allerlei activiteiten georganiseerd met het oog op zowel de sportieve uitdagingen, als op pestpreventie. Leerlingen die zich vervelen, zijn namelijk eerder vatbaar om zich te ontpoppen als pester. De activiteiten die georganiseerd worden zijn:

- sporten (omdat lichaamsbeweging helpt bij het ontstressen en ontladen);
- bibliotheek en stille ruimte (hier kunnen de leerlingen op een aangename en rustige manier hun pauze spenderen);
- ruimte op de speelplaats om zich op een rustige, aangename manier te ontspannen met medeleerlingen.

## Aanpak bij mogelijke pestproblemen

Wanneer een leerkracht, een leerling, een medeleerling of een ouder toch melding maakt van een mogelijk pestprobleem, worden de onderstaande stappen gevolgd.

### Melding pestprobleem door en aan wie

Melding door wie?	Melding hoe?	Aan wie	
		Tussenstap	LLB(*)
Leerling	Digitaal Brief Gesprek	→	→
		Klastitularis →	→
		Vakleerkracht →	→
		Andere leerkracht of ondersteunend personeel →	→
		CLB →	→
Ouders	Digitaal Brief Gesprek	→	→
		Klastitularis →	→
		Vakleerkracht →	→
		Andere leerkracht of ondersteunend personeel →	→
		CLB →	→
Klastitularis Leerkracht Ondersteunend personeel CLB	Digitaal Gesprek	→	→
Externe	Gesprek	Personeelslid →	→

\* LLB = leerlingbegeleider

### Wat te doen tijdens/na peestsituatie in school/klas

Melding personeelslid na merken van incident in school en buiten de klas

- Veilig stellen van gepeste leerling
- Incident benoemen en zeggen dat je niet akkoord gaat
- Eisen dat het ophoudt
- Naam en klas van gepeste leerling vragen
- Doorgeven aan LLB

Melding leerkracht peestsituatie in de klas

- Benoemen van de situatie
- Incident halt toeroepen
- Na de les een kort gesprek voeren met de gepeste leerling
- Doorgeven aan LLB

## Wat doet de leerlingbegeleider?

### Stappenplan

#### Aanpak LLB bij gepeste leerling na melding

- Pestsituatie ernstig nemen
- Luisterend oor hebben
- Ondernemend gesprek voeren
- Veilig stellen
- Inschatting ernst van het probleem en op basis daarvan het pestprotocol in gang zetten:
  - o Stappenplan bespreken (afhankelijk van situatie)
  - o Vertrouwenspersonen benoemen
  - o Leerling bij iedere situatie betrekken
  - o Melden aan klastitularis
  - o Melding maken in leerlingvolgsysteem
  - o Opvolging en doorgeven in leerlingvolgsysteem
  - o Ouders op de hoogte brengen en houden

#### Aanpak LLB bij pester na melding en benoeming pestprobleem

- Confrontatie van de feiten
- Begrenzen en halt toeroepen
- Inschatten van pestsituatie
- Aanpak bespreken met collega (zelf oplossen of cel leerlingenbegeleiding)
  - a) LLB pakt probleem zelf aan
    - o Methodiek bepalen
    - o Bepalen gevolgen met eventueel pestcontract en/of straf
      - herstelgesprek
      - melden aan klastitularis
      - melding maken in leerlingvolgsysteem
      - opvolging en doorgeven in leerlingvolgsysteem
      - ouders op de hoogte brengen en houden
  - b) LLB geeft probleem door aan cel leerlingenbegeleiding ( daarin zit o.a. directie, CLB, LLB,...)
    - bepalen aanpak probleem
    - communicatie naar de betrokken partijen

## Besluit

Pesten is een ingewikkeld probleem dat op meerdere manieren aangepakt kan worden. Het is wel duidelijk dat een pestprobleem steeds individueel bekeken moet worden, en dat niet altijd dezelfde methodiek geschikt is om een bepaald probleem op te lossen. Afhankelijk van de situatie wordt de gepaste methodiek geselecteerd.

Het melden van het probleem is steeds de eerste en allerbelangrijkste stap. Enkel zo komt de hulpvraag steeds terecht bij de leerlingbegeleider, die er dan verder mee kan werken.

Het is dan ook duidelijk dat elke pestproblematiek serieus genomen moet worden en dat meerdere partijen betrokken moeten worden bij de preventie en de opvolging van dit probleem.