



Canisius College

**Beleid Sociale Veiligheid
2021-2025**

Inhou

BELEIDSPLAN.....	3
Woord vooraf.....	3
Pesten	4
Definitie van ‘pesten’	4
Digitaal pesten.....	4
Signalen van (digitaal) pesten bij de gepeste leerling.....	5
Basis voor het beleid.....	6
Uitgangspunten.....	6
De vijfsporenaanpak.....	6
Coach / Coördinator Sociale Veiligheid.....	7
PESTPROTOCOL	8
Preventief beleid	8
Curatief beleid	11
Klachtenprocedure, klachtencommissie, vertrouwenspersonen	12
Kwaliteitsbewaking	12
Kwantiteit.....	12
Kwaliteit	12
Bijlage I: Preventieve lesactiviteiten	13
Bijlage II: Tips voor leerlingen.....	15
Bijlage III: Tips voor ouders.....	17
Bijlage IV: Links naar informatie over (cyber)pesten:	18

BELEIDSPLAN

Woord vooraf

Met de invoering van de wet Sociale Veiligheid op School (aug. 2015) hebben scholen een inspanningsverplichting gekregen om een veiligheidsbeleid te voeren, jaarlijks de veiligheidsbeleving van leerlingen te monitoren, een vast aanspreekpunt voor pesten te hebben en iemand aan te stellen die het beleid Sociale Veiligheid coördineert.

Pesten is een veelvoorkomend probleem op scholen. Het is een vorm van ongewenst gedrag en kent vele vormen. Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waar gepest wordt, zijn alle leerlingen potentiële slachtoffers. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen. Het lastige hierbij is dat pestgedrag zich vaak in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er greep op te krijgen. En wanneer het wel wordt opgemerkt, weten docenten en andere betrokkenen niet altijd hoe hiermee om te gaan. Docenten en onderwijsondersteunend personeel hebben echter, samen met de ouders en leerlingen, een taak bij het tegengaan van pesten. Leerlingen moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de school en hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben. Voor mentoren betekent het dat ze aandacht hebben voor de groepssfeer en het functioneren van individuele leerlingen in de groep.

Met dit beleidsplan hebben we een instrument in handen om het pestprobleem te beheersen. Onderdeel hiervan is het pestprotocol met daarin de praktische uitvoering ter preventie en aanpak van pesten. Het Canisius College wil ook op dit punt een veilige school zijn voor alle leerlingen en medewerkers, zodat iedereen zich optimaal kan ontplooiën. Hiermee sluit dit beleidsplan aan bij het ondersteuningsplan van het Canisius College, waarvan de hoofdstukken 1 t/m 4 in dit geval het meest relevant zijn.

Pesten

Definitie van 'pesten'

Plagen of pesten? We plagen allemaal wel eens of we worden geplaagd. Plagerijen zijn niet kwaad bedoeld. Plager en geplaagde zijn aan elkaar gewaagd; ze houden elkaar over en weer voor de gek. Bij pesten ligt dat anders. Tussen pester en gepeste is dit evenwicht er niet. De pester heeft de overmacht. Pesten gebeurt vaak in groepsverband, waarbij het individu tegenover een groep staat.

We spreken van pestgedrag als dezelfde leerling regelmatig en systematisch bedreigd, geïntimideerd of buitengesloten wordt. Pesten kan op verschillende manieren tot uiting komen:

- Fysiek pesten: slaan, duwen, schoppen, knijpen, haren trekken, trekken aan kleding, krabben, laten struikelen, tegenhouden, wapens gebruiken, achtervolgen, opsluiten.
- Verbaal pesten: schelden, roddelen, chanteren, uiten van bedreigingen, met bijnamen aanspreken of iemand belachelijk maken / vernederen.
- Materieel pesten: afpakken / stelen / beschadigen / verstoppert / bekladden van spullen, afpersing.
- Relationeel: buitensluiten, negeren, uitlachen.

Pesten is grensoverschrijdend en zeer bedreigend. Daarom is actie geboden.

Digitaal pesten

Digitaal pesten is het pesten of misbruiken via mobiele telefoon of internetapplicatie, zoals WhatsApp, Facebook, YouTube, Instagram en SnapChat. Digitaal pesten kan nog veel 'harder' zijn dan pesten in het gewone, dagelijkse leven. Dit komt doordat de daders gemakkelijk anoniem kunnen blijven en het slachtoffer niet in de ogen hoeven kijken. Bovendien is de reikwijdte van het internet veel groter.

Digitaal pesten kan tot uiting komen in:

- Stalking: het stelselmatig lastig vallen van iemand door het blijven sturen van haatberichtjes of het dreigen met geweld via social media.
- Ongewenst contact met vreemden
- Hacken: gegevens stelen of instellingen aanpassen. Ook het versturen van pest-berichten uit naam van een ander.
- Sexting: het verzenden (en ontvangen) van seksueel getinte beelden of tekstberichten.
- Grooming: het benaderen van kinderen jonger dan 18 jaar door een volwassene met als uiteindelijke doel seksueel misbruik.
- Sextortion: afpersing met een seksueel getinte foto of video.
- Blokkeren/buitensluiten van een groepsApp of andere online groep
- Schelden, beschuldigen, roddelen, beledigen via social media
- Het toezenden van ongewenst materiaal zoals porno, kinderporno, gewelddadig materiaal etc.
- Dwingen/overhalen tot webcam-seks: beelden die ontvangen worden kunnen opgeslagen worden en misbruikt worden
- Het bekendmaken en gebruiken van privégegevens van een ander.

Signalen van (digitaal) pesten bij de gepeste leerling

- Teruggetrokken gedrag vertonen: niet meer naar school willen, niet meer thuis over school vertellen, niet alleen de deur uit durven, dwangmatig online zijn;
- Zwakke, onzekere lichaamshouding: regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben, blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen, zelf blessures veroorzaken om niet naar school te hoeven, niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben;
- Sterker manifesteren: brutaal, agressiever, thuis prikkelbaar/boos/verdrietig zijn;
- Afzonderen: nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of bij anderen gevraagd worden, de verjaardag niet willen vieren, niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan;
- Regelmatig spullen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen, bepaalde kleren niet meer willen dragen;
- Sociaal onhandig gedrag vertonen;
- Mindere resultaten op school dan voorheen;
- Intensief gebruik van social media.

Basis voor het beleid

Uitgangspunten

- Het Canisius College ziet pesten als ongewenst gedrag en gaat hierbij uit van verschillende betrokken partijen: de pester, de gepeste persoon, meelopers, aanmoedigers, helpers, buitenstaanders en omstanders.
- De school beschikt over een preventieve aanpak.
- De school beschikt over een aantal curatieve aanpakken.
- Als pesten desondanks optreedt, moeten personeelsleden kunnen signaleren.
- Als personeelsleden zien dat leerlingen worden gepest, nemen ze duidelijk stelling hiertegen.
- De school is in het bezit van een beleid Sociale Veiligheid.
- Voor ouders en leerlingen is er een aanspreekpunt met betrekking tot pesten. Op het Canisius College is dat de Coördinator Sociale Veiligheid: Sharon Thal Horstman.
- Medewerkers die hulp wensen bij gesprekken over / in peestsituaties, kunnen altijd contact opnemen met de coach Sociale Veiligheid (Annemiek Wijtmans) of de coördinator Sociale Veiligheid (Sharon Thal Horstman).
- Voor medewerkers zijn er op school twee interne vertrouwenspersonen aanwezig, namelijk Vincent Loth en Elly te Molder. Ook kan er een beroep gedaan worden op een externe vertrouwenspersoon en een klachtencommissie.
- We doen aan kwaliteitsbewaking door het beleid jaarlijks te evalueren.

De vijfsporenaanpak

De school hanteert de vijfsporenaanpak. Dit houdt in:

De algemene verantwoordelijkheid van de school

- De school zorgt dat de directie, afdelingsleiders, pedagogisch begeleiders, de mentoren en de docenten voldoende informatie hebben over pesten en het aanpakken hiervan.
- De school werkt aan een goed beleid rondom pesten, zodat de veiligheid van leerlingen binnen de school zo optimaal mogelijk is.

Het bieden van steun aan de leerling die gepest wordt

- Het probleem wordt serieus genomen.
- Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurt.
- Er wordt overlegd over mogelijke oplossingen.
- Er wordt hulp aangeboden.

Het bieden van steun aan de pester

- Het confronteren van de leerling met zijn gedrag en de consequenties hiervan voor de pester.
- De achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen.
- Sturen op empathisch vermogen en reflectie.
- Er wordt hulp aangeboden.

Het betrekken van de middengroep bij het probleem

De mentor bespreekt – waar nodig – met de klas het pesten en benoemt de rol van alle leerlingen hierin. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan een verbetering van de situatie. De mentor komt hier op een later moment weer op terug.

Het bieden van steun aan 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.
- De school geeft tips aan de ouders hoe om te gaan met hun gepeste of pestende kind.

Ouders van leerlingen die gepest worden, hebben er soms moeite mee om te horen dat (een deel van) de oplossing bij het kind zelf kan liggen. Het stoppen van het pesten is dan niet voldoende. Een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op school; het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerd te voelen. Daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

Coach / Coördinator Sociale Veiligheid

Mw. S. Horstman en mw. A. Wijtmans zijn de coaches in sociale veiligheid. Zij scholen zich in deze specifieke problematiek om medewerkers te kunnen ondersteunen indien daar behoefte aan is. De eerst aangewezen personen om pestproblemen te signaleren en aan te pakken zijn mentoren, pedagogisch begeleiders en afdelingsleiders (1^e lijn).

Mw. A. Wijtmans en Mw. S. Horstman kunnen op verzoek ingeschakeld worden en ondersteuning bieden in bepaalde situaties (2^e lijn).

Mw. S. Horstman is tegelijkertijd de Coördinator Sociale Veiligheid. Zij initieert de deskundigheidsbevordering van de personeelsleden en bewaakt de kwaliteit van het Beleid Sociale Veiligheid.

PESTPROTOCOL

Preventief beleid

Gedurende de schoolloopbaan van leerlingen zijn er diverse momenten waarop activiteiten plaatsvinden met betrekking tot preventie van pesten.

Werkgroep Sociale Veiligheid

De werkgroep houdt zich gedurende het hele schooljaar bezig met het schoolbreed organiseren en evalueren van preventieve activiteiten. Daarnaast zijn de leden van de werkgroep aanspreekpunt voor alle medewerkers van school die vragen of opmerkingen hebben over de sociale veiligheid op het Canisius College. Medewerkers kunnen bij het voeren van gesprekken hulp vragen om in samenspraak met de werkgroep tot een gerichte oplossing te komen. Leden van de werkgroep: Miek Altorf, Margriet Verouden, Annemiek Wijtmans, Sharon Thal Horstman.

Brugklaskamp

In de introductieperiode van leerjaar 1 gaan de leerlingen met de mentor en de minimentoren twee dagen op kamp. Tijdens dit kamp staat de sociale omgang met elkaar centraal: samenwerken, saamhorigheid en zorg voor elkaar. Na het kamp blijven de minimentoren beschikbaar om de leerlingen en de mentor te ondersteunen. Ze helpen met de dagelijkse gang van zaken op school, het voorbereiden van de proefwerkweek, Sinterklaasviering en Zjee Huubfeesten. Daarnaast zijn ze – waar nodig – aanspreekpunt voor de leerlingen van hun mentorklas.

Mentorlessenreeks

In de onderbouw wordt door de mentor in meerdere mentorlessen aandacht besteed aan pesten. Middels de mentorlessenreeks is vastgelegd wanneer de mentor welke activiteit kan uitvoeren. Elke mentor bespreekt aan het begin van het schooljaar de algemene afspraken en regels in de klas. Hierbij bepalen mentoren met leerlingen samen de sfeerregels binnen de klas. Het onderscheid tussen plagen en pesten wordt hierbij genoemd. De mentor vermeldt dat pesten altijd gemeld moet worden bij de mentor of een vakdocent. Dit wordt niet beschouwd als klikken, maar als het bieden van of vragen om hulp. Leerlingen kunnen ook bij de coach Sociale Veiligheid of bij de vertrouwenspersonen aangeven wanneer ze gepest worden of zien dat iemand anders gepest wordt. Deze zal het vanaf hier oppakken en als mediator aan de slag gaan.

In leerjaar 1 krijgen de leerlingen ongeveer 6 lessen met betrekking tot sociale veiligheid. In leerjaar 2 krijgen de leerlingen een aantal lessen rondom mediawijsheid.

Voorstellingen

In leerjaar 1 krijgen de leerlingen in nog voor de herfstvakantie een workshop van ex-basketbalprof Henk Pieterse. In zijn sportieve workshop komen de thema's *pesten* en *de ander in z'n waarde laten* aan bod.

Daarnaast krijgen leerlingen later in het schooljaar het pesttheater van Marius en Marloes te zien.

In leerjaar 2 zien leerlingen de voorstelling *iSocial*, waarbij de nadruk ligt op het online leven van jongeren. Thema's die aan bod komen zijn: privacy, cyberpesten, online do's en don'ts, sexting, online identiteit, etc.

Later in het schooljaar krijgen de leerlingen een voorlichting van het COC Nijmegen met betrekking tot seksuele oriëntaties, genderidentiteiten en genderexpressies.

In leerjaar 3 krijgen de leerlingen de voorstelling *Hannah* van TheaterAanZ te zien over polarisatie, uitsluiting, groepsvorming en 'anders' zijn.

Vaklessen

Bij diverse vakken wordt aandacht besteed aan sociale veiligheid (zie bijlage I). Vakdocenten hebben daarnaast vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of vermoedens hebben dat er sprake is van pesten, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen om hulp en overleg in gang te zetten.

Dag tegen Pesten, Week tegen Pesten, Paarse Vrijdag

Op verschillende dagen in het schooljaar staan we explicieter stil bij pesten en onderlinge acceptatie. Elk jaar bedenken we een ludieke actie om 'acceptatie van anderen' onder de aandacht te brengen. Of het nu gaat om uiterlijke kenmerken, seksuele voorkeur, genderidentiteit, etc: op deze dagen dragen we als school extra uit dat iedereen mag zijn wie hij is en dat we elkaar hiervoor respecteren op het Canisius College.

De GSA (Gender Sexuality Alliance) organiseert jaarlijks activiteiten op Paarse Vrijdag, om diversiteit en onderlinge acceptatie te promoten. Aanspreekpunt van de GSA zijn Chantal Rensen en Mieke Kosman.

Onderzoek Radboud Universiteit

Elk schooljaar in november wordt er onder de leerlingen van klas 1 t/m 4 een onderzoek uitgevoerd naar de onderlinge relaties tussen leerlingen, hun sociale gedrag en hun welzijn in de klas en op school. De gegevens laten ons zien in hoeverre het schoolklimaat veilig en sociaal is. Daarnaast kan naar voren komen dat een leerling zich niet prettig voelt op school. De mentor krijgt inzicht in de resultaten en kan op basis hiervan in gesprek gaan met de leerling (en eventueel ouders) om te kijken hoe dit verbeterd kan worden.

Trialogen

Alle leerlingen voeren minimaal 1x per schooljaar een dialoog met hun ouder(s)/verzorger(s) en de mentor. Hierin worden niet alleen schoolresultaten besproken, maar ook het welbevinden van de leerling. Wanneer de mentor het signaal krijgt dat een leerling zich niet prettig voelt op school, wordt hierop actie ondernomen.

Curatief beleid

Pesten komt voor op elke school, dus ook op onze school. Er zijn verschillende maatregelen en activiteiten die als interventie ingezet kunnen worden wanneer blijkt dat dit nodig is vanuit bijvoorbeeld de monitoring. De interventies kunnen gericht zijn op leerlingen, het team of ouders.

Leerlingen

- Gesprek zonder schuldvraag.
Een bemiddelingsgesprek dat gevoerd kan worden tussen twee of meerdere leerlingen onder begeleiding van een docent. Het doel van dit bemiddelingsgesprek is het bevorderen van wederzijdse empathie waardoor er begrip tot stand komt en er de mogelijkheid ontstaat om tot oplossingen te komen.
- Groepsgesprek.
Met de groep in gesprek over hetgeen de docent gezien of gehoord heeft en hierover uitleg vragen: wat is ieders rol hierin? Leerlingen oplossingen laten bedenken. Dit kan naar aanleiding van een conflict, maar ook naar aanleiding van resultaten van de monitoring.
- No-blame-methode.
Met de gepeste leerling en een steungroep in gesprek gaan. De groep leerlingen medeverantwoordelijk maken voor het welzijn van de gepeste leerling en samen oplossingen bedenken.
- Training / workshop.
In een groep waar sprake is van aanhoudende pestproblematiek kan er eventueel een training of workshop in de groep gegeven worden. School gaat dan op zoek naar de mogelijkheden.

Team

- Naar aanleiding van de monitoring (het RU-onderzoek) krijgen mentoren een terugkoppeling van de sociale veiligheid in hun mentorklas. Hierover kunnen de mentoren in gesprek gaan met de Coördinator Sociale Veiligheid of de zorgcoördinator.
- In de mentorbijeenkomsten zal vanuit de werkgroep Sociale Veiligheid 1x per schooljaar voorlichting gegeven worden over de te bewandelen stappen wanneer er vermoeden is van pestgedrag.

Ouders

- Met ouders van gepeste leerlingen of leerlingen die pesten gaan we in gesprek om ze te informeren over de situatie en de manieren waarop we hier als school mee omgaan. In dit gesprek kunnen ouders ook doorverwezen worden naar externe deskundige hulp wanneer bijvoorbeeld blijkt dat het gepest worden of zelf pesten voort lijkt te komen uit een gebrek aan weerbaarheid, inlevingsvermogen en sociale vaardigheden.

Klachtenprocedure, klachtencommissie, vertrouwenspersonen

De interne vertrouwenspersonen zijn [Elly te Molder](#) en [Vincent Loth](#). Indien nodig kan ook de externe vertrouwenspersoon van [@voCampus](#) ingeschakeld worden.

Het Canisius College maakt per 1 augustus 2021 deel uit van de Stichting [@voCampus](#), een schoolbestuur met 14 scholen voor voortgezet onderwijs in het Rijk van Nijmegen en het Land van Maas en Waal.

De externe vertrouwenspersonen van [@voCampus](#) zijn mw. F. de Leeuw en mw T. de Best, telefoon: 088-1447330 (GGD Gelderland-Zuid, afd. Jeugdgezondheidszorg). De scholen hebben een gezamenlijke bovenschoolse klachtencommissie. Deze is te vinden op de website van de fusiestichting: www.voCampus.nl

Kwaliteitsbewaking

Kwantiteit

Na elk pestincident vult de mentor/pedagogisch begeleider het registratieformulier bij melding van pesten in om zo zicht te krijgen en houden op belangrijke data.

Elk schooljaar in november wordt er onder de leerlingen van klas 1 t/m 4 een onderzoek uitgevoerd naar de onderlinge relaties tussen leerlingen, hun sociale gedrag en hun welzijn in de klas en op school. De gegevens laten ons zien in hoeverre het schoolklimaat veilig en sociaal is. Daarnaast kan naar voren komen dat een leerling zich niet prettig voelt op school. De mentor krijgt inzicht in de resultaten en kan op basis hiervan in gesprek gaan met de leerling (en eventueel ouders) om te kijken hoe dit verbeterd kan worden.

Jaarlijks wordt er een tevredenheidsenquête afgenomen onder leerlingen, ouders en personeel. In leerjaar 2 en 4 wordt eenmaal in de vier jaar het eMovo-onderzoek afgenomen.

De Coördinator Sociale Veiligheid analyseert jaarlijks bovenstaande data en bespreekt deze met de andere betreffende coördinatoren binnen de scholengroep. Hier wordt feedback op ontvangen, de coördinator maakt hiervan een verslag ten behoeve van de schoolleiding. Naar aanleiding hiervan kunnen door de afdelingsleiders verbeteracties in gang gezet worden.

Van bovenstaande zal de Coördinator Sociale Veiligheid ook een terugkoppeling via ons interne communicatieblad *Canisiusberichten* naar alle personeelsleden verzorgen.

Kwaliteit

Jaarlijks controleert de Coördinator Sociale Veiligheid of het schema “preventieve lesactiviteiten” (zie bijlage I) nog actueel is.

In 2025 evalueert de anti-pestcoördinator dit beleidsplan met de afdelingsleiders, de pedagogisch begeleiders, de zorgcoördinator, een tweetal mentoren en twee leerlingen uit de leerlingenraad.

Bijlage I: Preventieve lesactiviteiten

	Leerjaar 1	Leerjaar 2	Leerjaar 3	Leerjaar 4,5,6
Mentorles	Positieve groepsnormen Samenwerken Sfeerregels afspreken, vastleggen en ondertekenen Doorlopende leerlijn mentorlessen	Positieve groepsnormen Samenwerken Sfeerregels afspreken, vastleggen en ondertekenen Doorlopende leerlijn mentorlessen	Idem Idem Indien van toepassing	Idem Idem Indien van toepassing
Lichamelijke opvoeding	Samenwerken	Samenwerken	Samenwerken	Samenwerken
Economie			Money Makers	
Projecten	Samenwerken	Samenwerken	Samenwerken	Samenwerken
Drama	Samenspel			
Biologie		Seksuele geaardheid		
Nederlands	Boeken over pesten op de leeslijst	Idem	Idem	
Geschiedenis			Vooroordelen Discriminatie Seksuele diversiteit	Idem Idem Idem
Levens- beschouwing	Waarden en normen Anders zijn	Waarden en normen Gelijkwaardigheid Tolerantie Vooroordelen, dialoog Omgang verschillende levensbeschouwingen	Waarden en normen Goede relaties Mensbeelden	Waarden en normen
Vaklessen algemeen	Samenwerken Naamloosheid voorkomen Signaleren Stelling nemen	Idem Idem Idem Idem	Idem Idem Idem Idem	Idem Idem Idem Idem

Preventieve activiteiten (vervolg)

	Leerjaar 1	Leerjaar 2	Leerjaar 3	Leerjaar 4,5,6
Theater / Workshop	<ul style="list-style-type: none"> - Basketbal clinic van <i>Henk Pieterse</i> - Pesttheater van <i>Marloes en Marius</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - iSocial door <i>theatergroep Zwerm</i> over cyberpesten, sexting en grenzen stellen - Voorlichting COC met als doel betere acceptatie en meer (sociale) veiligheid voor LHBTI+-leerlingen op het CC 	<ul style="list-style-type: none"> - Hannah door <i>TheaterAanZ</i> over polarisatie, uitsluiting, groepsvorming en de universele angst voor 'anders zijn' 	
Afname Test	Afname Test over sociaal welbevinden door <i>Radboud Universiteit</i> (november)	Idem	Idem	Leerjaar 4 idem
Week tegen Pesten	Aandacht voor het thema pesten (september)	Idem	Idem	Idem
Dag tegen Pesten	Op ludieke wijze aandacht voor het thema pesten (19 april)	Idem	Idem	Idem
Paarse vrijdag	Aandacht voor seksuele diversiteit (december)	Idem	Idem	Idem

Toelichting:

- Positieve groepsnormen worden gestimuleerd met behulp van mentorlessen, de introductieperiode en allerlei activiteiten: brugklaskamp, feesten, klassenbijeenkomsten en projectdagen.
- Om naamloosheid te voorkomen vinden we het belangrijk dat collega's in meer of mindere mate op een persoonlijke manier met leerlingen omgaan; we staan niet toe dat leerlingen stelselmatig bij de achternaam genoemd worden; ook het geven van inspraak aan leerlingen voorkomt naamloosheid: lagenvergadering, enquêtes, tevredenheidsonderzoek en leerlingenraad.
- Het is goed om jaarlijks via het Mediahuis aandacht aan pesten te besteden.

Wat kun je doen om digitaal pesten en misbruik te voorkomen?

- Bedenk dat niet alles waar is wat je op het internet tegenkomt.
- Gebruik een apart mailadres (bijvoorbeeld Live of Gmail) om jezelf te registreren op websites.
Kies een e-mailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam in een chat.
- Zorg ervoor dat je wachtwoorden geheim blijven en niet makkelijk te raden zijn. Als je bent gehackt, neem dan contact op met de beheerder van de site. Deel je wachtwoorden niet met anderen, ook niet met je vrienden.
- Als je een vervelend gevoel hebt over iets wat je hebt gezien of meegemaakt, vertrouw dan op je gevoel en vertel het aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf zelf respectvol naar anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekende mensen uit je contactlijst(en).
- Wees voorzichtig in het contact met personen die je alleen van internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders dit weten.
- Verstuur zelf geen flauwe grappen, dreigmail of haatberichten.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent (e-mailadressen, gewone adressen, namen -ook niet van school-, telefoonnummers, wachtwoorden, enz.).
- Let vooral op bij foto's van jezelf.
Als je een foto op internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op een andere website geplaatst worden. Zo kan hij jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden.
- Wees zeer voorzichtig met het gebruik van je webcam.
Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan andere personen te laten zien of voor doeleinden gebruikt worden die jij niet wilt.

Wat kun je tegen cyberpesten en misbruik doen?

- Niet persoonlijk opvatten als het van mensen komt die je niet kent.
De anonimiteit van internet maakt dat mensen makkelijker gaan schelden.
- Reageer niet op pestmails of andere digitale pesterijen. Als je niet reageert, gaan pesters vaak op zoek naar iemand anders om te pesten.
- Blokkeer de afzender.
Als het gaat om sms'jes / appjes op de mobiele telefoon, dan heb je soms de mogelijkheid om nummers te blokkeren.

- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op. Van het IP-adres van de e-mail kan soms worden afgeleid van welke computer de e-mail verzonden is. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail aan kan nemen. Men heeft daar ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie de mail heeft verstuurd. Bel de helpdesk op.
- Ga naar je mentor of coach in sociale veiligheid op school. Deze zal je verder helpen om het pestgedrag te stoppen. Ook kun je terecht bij de vertrouwenspersoon (Elly te Molder of Vincent Loth).
- Bij stalken kun je aangifte doen bij de politie. Stalken is strafbaar. Voor meer informatie over aangifte doen: www.pestenslaf.nl.

Bijlage III: Tips voor ouders

- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind.
Voorkom een negatieve insteek, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld: "Wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?"
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Als uw kind echt lijdt onder het pesten en dat ten koste gaat van het zelfvertrouwen, kan hulp van een deskundige nodig zijn.
Dit kan individueel of mogelijk in een sociale vaardigheidstraining.
- Houd het niet stil!
Onderneem actie door het met iemand te delen.

Wat ouders / verzorgers van pestende kinderen zelf kunnen doen:

- Neem het probleem serieus.
- Raak niet in paniek: elk kind kan in de verleiding komen te gaan pesten.
- Probeer achter de mogelijke oorzaak en aanleiding van het pesten te komen.
- Maak uw kind bewust van wat het gedrag anderen doet.
- Besteed aandacht aan uw kind, door te laten merken dat u veel waarde hecht aan wat voor hem/haar belangrijk is. Laat merken dat u het belangrijk vindt dat het zich niet rot voelt.
- Stimuleer uw kind tot het beoefenen van een sport.
- Bekijk samen met uw kind een film over pesten.
- Houd de communicatie open, blijf in gesprek met uw kind.
Geef adviezen over andere manieren van omgaan met elkaar.
- Houd regelmatig en intensief contact met de mentor van uw kind.
- Er zijn mogelijkheden om uw kind aan een sociale vaardigheidstraining te laten meedoen. Informatie hierover is op te vragen bij de mentor of zorgcoördinator.

Bijlage IV: Links naar informatie over (cyber)pesten:

Algemene zoekpagina's

- www.pesten.startkabel.nl
- www.pesten.startpagina.nl
- www.posicom.nl

Pesten (algemeen)

- www.pestweb.nl

Website van het APS met informatie, advies en tips over pesten voor kinderen, jongeren, ouders en leerkrachten.

- www.pesten.net

Voor en door slachtoffers. Opgericht door Bob van der Meer.

- www.omgaanmetpesten.nl

Kennis is kracht; voor ouders, kinderen en professionals.

Cyberpesten / veilig internetgebruik / veilige school

- www.digibewust.nl

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

- www.schoolenveiligheid.nl

Centrum School en Veiligheid van het APS verzamelt en verspreidt informatie en deskundigheid op het gebied van schoolveiligheid.

- www.diplomaveiliginternet.nl

Handreikingen en links voor ouders, leraren, kinderen, scholieren, schoolmanagers en ICT-coördinatoren.

- www.meldknop.nl

Initiatief van veilig internetten en wordt ondersteund door de politie.
.com

- www.vraaghetdepolitie.nl

Deze website van de politie biedt goede informatie over uiteenlopende vragen op het gebied van (online) pesten. Je kunt er ook chatten met een helpdesk.

- www.mediawijsheid.nl/onlinepesten

Overzicht van lesmateriaal over online pesten, nieuwsitems en praktische documenten voor scholen