**Anti-pestprotocol**

Lentiz LIFE College

2025-2026



Inhoud

[Vooraf 3](#_Toc188279365)

[Wat is pesten? 4](#_Toc188279366)

[Welke rollen onderscheiden we bij pesten? 6](#_Toc188279367)

[Preventie 8](#_Toc188279368)

[Handelen bij Pesten 9](#_Toc188279369)

[Aanspreekpunten LIFE College, rondom pesten 11](#_Toc188279370)

[Bronnen 12](#_Toc188279371)

# Vooraf

**De droom van het Life College**

Een betere en rechtvaardige wereld. Waarin mensen tot hun recht komen. In hun kracht staan. GELUKKIG ZIJN.

Life College heeft als doel jongeren uit te dagen om te ontdekken wie je bent. En waar je goed in bent. Die talenten verder te ontwikkelen. Zo zelfvertrouwen te ontwikkelen. Simpelweg in je kracht komen.

Docenten, onderwijsondersteunend personeel, coördinatoren en schoolleiding bevorderen deze ontwikkeling door het scheppen van een open en prettige werksfeer in de klas en daarbuiten. Door het creëren van overzichtelijke en herkenbare eenheden draagt de organisatie van de school bij aan het gevoel van veiligheid.

Het moet zo voor iedere leerling mogelijk worden om te ervaren dat hij/zij kan zijn wie hij/zij is en zijn/haar talenten kan ontwikkelen in een prettig en veilig klimaat.

Pesten betekent dat iemands grenzen overschreden worden en dat past niet in een prettig en veilig klimaat voor allemaal.

Het pestprotocol is geschreven voor de leerlingen, ouders en medewerkers van de school. Het geeft het beleid van de school weer t.a.v. pesten. Het beschrijft wat we onder pesten verstaan, hoe pesten voorkomen kan worden en wat de aanpak is als er gepest wordt.

Het hoofddoel van het protocol is het voorkomen en bestrijden van pesten door alle betrokkenen duidelijkheid te geven over ieders rol. Daarnaast heeft het een informatieve en verwijzende functie.

De acties die we ondernemen zijn niet statisch. Afhankelijk van alle andere ontwikkelingen binnen de school, zal ook het handelen rond pesten zich verder ontwikkelen. In dat geval zal dit protocol aangepast worden.

# Wat is pesten?

‘Pesten is een systematische, psychologische, fysieke of seksuele handeling van geweld door een leerling of een groep leerlingen ten opzichte van één of meer klasgenoten, die (niet langer) in staat is/zijn zichzelf te verdedigen’ (Van Stigt, 2014).

Plagen is vooral een spel en daardoor van een andere orde.

**Kenmerken van plagen zijn:**

* het gebeurt tussen mensen die gelijk zijn aan elkaar wat betreft macht;
* er is geen winnaar of verliezer;
* de waardering voor elkaar blijft bestaan;
* de geplaagde kan zichzelf goed verdedigen;
* niemand loopt schade op.

**Kenmerken van pesten zijn:**

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

**Cyberpesten**

Cyberpesten (of digitaal pesten) is het pesten via het internet, via mobiele telefoons en apparaten. Cyberpesten kan nog veel harder zijn dan het ‘fysieke’ pesten, omdat bij cyberpesten kan/kunnen de dader(s) gemakkelijk anoniem blijven en de reikwijdte van het internet is veel groter. Tegelijkertijd komen leerlingen er op steeds jongere leeftijd mee in aanraking (Vermande, Van der Meulen & Reijntjes, 2015).

Helaas is pesten niet altijd direct zichtbaar. Het is daarom van groot belang dat het zo snel mogelijk bespreekbaar wordt gemaakt. Daarom is het belangrijk om er een ‘gemeengoed’ van te maken in de klas. Op die manier is de kans groter dat leerlingen snel aan de bel trekken als zij pesten opmerken in de klas. Hoewel er aantoonbare verschillen bestaan tussen pesten en plagen, bestaat er tussen beide geen vastgestelde grens. Deze grens is voor ieder persoon verschillend. Iedereen heeft het recht zelf aan te geven wat het acceptabel vindt.

Pesten treft de pester, de gepeste, de rest van de groep en de groepsbegeleider (zowel de mentor als de vakdocenten). Pesten heeft een zeer negatieve invloed op het groepsklimaat. In een slecht groepsklimaat wordt meer gepest en minder geleerd, zo kan er gemakkelijk een vicieuze cirkel ontstaan. De tijd en energie bedoeld voor leren, samenwerken en positieve sociale omgang, wordt steeds meer opgeslokt door (onderhuidse) spanningen (Vermande, Van der Meulen & Reijntjes, 2015).

**Vormen van pesten**

|  |  |
| --- | --- |
| **Categorie** | **Voorbeelden** |
| Verbaal | Vernederen, belachelijk maken, schelden, dreigen, met bijnamen aanspreken. |
| Fysiek | Aan kleding trekken, duwen en sjorren, schoppen en slaan, krabben en aan haren trekken, wapens gebruiken |
| Mentaal | Opjagen en achternalopen, in de val laten, lopen, klemzetten, doodzwijgen en negeren, uitsluiten van feestjes, bij groepsopdrachten |
| Materieel | Afpakken van eigendom (zoals kleding, schoolspullen e.d.) |
| Digitaal | Via social media |

# Welke rollen onderscheiden we bij pesten?

**1) De gepeste**

**2) De pester**

**3) De meelopers/wegkijkers**

**4) Leerlingen die het pesten echt niet zien**

Dit zijn rollen, geen persoonlijke eigenschappen. Iemand die pest kan op een ander moment of in een

andere situatie juist behulpzaam zijn. Persoon en gedrag moeten goed uit elkaar gehouden worden. Een rol is makkelijker te veranderen dan een vaststaande eigenschap.

Eigenlijk moeten we de termen ‘pester’ en ‘gepeste’ niet gebruiken, maar spreken van ‘personen die

pesten/gepest worden’ (Vermande, Van der Meulen & Reijntjes, 2015). Omwille van de leesbaarheid

gebruiken we de eerstgenoemde termen toch.

**De gepeste leerling**

Sommige leerlingen lopen meer kans gepest te worden dan andere. Dat kan te maken hebben met uiterlijk, gedrag, geaardheid of sociale uitingsvormen. Toch is het niet zo zwart-wit. Er zijn leerlingen met ‘afwijkingen’ die nooit gepest worden en er zijn leerlingen zonder iets bijzonders, die toch gepest worden. In principe kan overal mee gepest worden. Vaak is het iemands lichaamshouding die pesten uitlokt (wat niet betekent dat het slachtoffer zelf de schuld heeft). De lichaamshouding verraadt vaak de zwakke plekken in iemands weerbaarheid en pesters hebben daar een neus voor. Pesten komt vooral voor in situaties waarin pesters hiervoor de kans krijgen, dus in onveilige situaties, voornamelijk zonder toezicht.

**Een gepeste leerling praat er thuis vaak niet over. Dat kan o.a. komen door:**

* Schaamte
* Een negatief zelfbeeld (ik ben niet belangrijk)
* Echt of vermeend onbegrip van de ouders. Die vinden bijvoorbeeld dat hun kind maar van zich af moet bijten.
* Over-betrokken ouders, die misschien zelf ooit gepest zijn en hun kind niet kunnen helpen, maar wel hun gevoelens overnemen.
* Angst dat de ouders met school gaan praten waardoor het nog erger wordt.
* Een problematische thuissituatie; het kind wil zijn ouders niet met nog meer problemen opzadelen (Papa en mama hebben al zoveel aan hun hoofd).
* Het probleem lijkt onoplosbaar.
* Het idee dat je als gepeste niet mag klikken.

***Mogelijke signalen van gepest worden***

* Niet meer naar school willen.
* Niet meer over school vertellen thuis.
* Nooit meer andere kinderen mee naar huis nemen of bij anderen gevraagd worden.
* Slechtere resultaten op school dan vroeger.
* Regelmatig spullen kwijt zijn of met kapotte spullen thuiskomen.
* Regelmatig hoofdpijn of buikpijn hebben.
* Blauwe plekken hebben op ongewone plaatsen.
* Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben.
* De verjaardag niet willen vieren.
* Niet buiten willen spelen.
* Niet alleen een boodschap durven doen.
* Niet meer naar een bepaalde club of vereniging willen gaan.
* Bepaalde kleren niet meer willen dragen.
* Thuis prikkelbaar, boos of verdrietig zijn.
* Zelf blessures scheppen om niet naar school te hoeven.

**De pester**

Pesters zijn vaak de ‘sterkeren’ in hun groep. Zij zijn of lijken populair, maar ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar te doen. Van binnen kunnen ze onzeker zijn, dan proberen ze zichzelf groter te maken, door een ander kleiner te maken. Pesters krijgen vaak andere kinderen mee, want wie meedoet loopt zelf de minste kans om slachtoffer te worden. Bij pestgedrag kunnen verschillende factoren meespelen (vaak meer dan één, zie het kopje hieronder). Het is opvallend dat die zowel bij pesters als bij pestslachtoffers voorkomen. Pesters en pestslachtoffers lijken meer op elkaar dan je zou denken.

***Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben, hieronder een aantal voorbeelden:***

* Een problematische thuissituatie.
* Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet, pas niet in de groep); als een pester zich verloren voelt.
* Binnen een grote groep, kan de leerling zich belangrijker maken door een ander omlaag te
* drukken. Dit kan te maken hebben met een laag zelfbeeld.
* Een gevoel van incompetentie op school (slechte cijfers of een laag niveau).
* Een zwak gevoel van autonomie (te weinig zelfstandigheid en verantwoordelijkheid).
* Een voortdurende strijd om de macht in de klas.
* Een niet-democratisch leefmilieu binnen de school; een docent is autoritair en laat op een onprettige wijze blijken dat de docent de baas is. Dergelijke spanningen kunnen op een zondebok worden afgereageerd.

**De meelopers en de wegkijkers**

Meelopers zijn leerlingen die incidenteel meedoen met pesten. Dit gebeurt vaak uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen. Of de meelopers vinden stoer gedrag wel interessant en denken in populariteit mee te liften met de pester. Verder kunnen leerlingen meelopen uit angst vrienden of

vriendinnen te verliezen. Veel leerlingen houden zich afzijdig als er wordt gepest. Wel kunnen ze zich

schuldig voelen, omdat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of geen hulp inschakelen. Het kan zijn dat ze dat niet durven, of weten hoe ze dit moeten aanpakken.

**Leerlingen die het pesten echt niet zien**

Er zijn leerlingen die niet wegkijken, maar echt niets van pesterijen merken, die zijn echter zeldzaam.

Dromerige leerlingen en leerlingen die in hun eigen wereldje leven, hebben het soms echt niet door.

Toch hebben ook zij last van pesten in de klas. Zelf zijn ze trouwens vaak extra kwetsbaar voor pesten.

# Preventie

**Preventieve maatregelen**

1. De mentor heeft elke week meerdere contactmomenten met de klas. Daarnaast wordt elke klas één keer per 3 weken besproken tijdens de leerlingbespreking. Hier zijn naast alle lesgevende docenten en mentoren, ook de teamleider, leerjaarcoördinator en ondersteuningscoördinator bij aanwezig.

2. Elke mentor bespreekt in de eerste week van het schooljaar de schoolregels/omgangsregels en wat je kunt doen wanneer je je niet prettig voelt in de klas of in school.

3. Elke mentor doet de eerste periode groepsvormende activiteiten in de klas (Gouden weken)

4. Leerlingen weten vanaf dag één dat ze in geval van pesten hulp kunnen krijgen van de

volwassenen in school en hoe ze om hulp kunnen vragen. Dat moet zo laagdrempelig mogelijk zijn,

want de meeste pestslachtoffers durven niet om hulp te vragen, meestal uit angst ‘dat het dan alleen

maar erger wordt’. In principe is dit altijd de mentor, deze is bekend voor de leerlingen.

5. Alle medewerkers (docenten en OOP) dienen oog te hebben voor de signalen van leerlingen. Door

interesse te tonen en te luisteren naar wat de leerlingen te vertellen hebben, voelen leerlingen zich gezien en gehoord. Dit bevordert het gevoel van veiligheid en vertrouwen. Complimenteren van goed gedrag is hierbij ook belangrijk.

6. Tijdens de pauzes, voor aanvang van de lessen, na afloop van de lessen en tijdens andere vrije

momenten zijn de pedagogische conciërges extra actief binnen de school. Zij signaleren, houden toezicht en treden direct op mocht dit nodig zijn.

7. Er worden in de droomtijdlessen en daarbuiten verschillende lessen aangeboden door

mentoren/docenten/ IOT/externe personen op het gebied van de sociaal-emotionele ontwikkeling.

8. Het anti- pestprotocol wordt jaarlijks besproken in het teamleidersoverleg en eventueel bijgesteld.

Ouders worden geïnformeerd over het bestaan van ons Anti-pestprotocol bij de ouderavond.

9. Rots & Water training

10. Studie-(mid-)-dagen voor het personeel, verdieping op bepaalde thema’s of het sparren over

ideeën en onderwerpen.

11. Terugkerende ouderavonden en oudergesprekken, maar ook hierbuiten korte lijnen met ouders/verzorgers. Op deze manier blijven we met ouders in gesprek. We kunnen ouders informeren en ouders de kans geven om vragen te stellen of zaken op tijd aan het licht te brengen. Dit komt de samenwerking ten goede.

12. Jaarlijks doen alle leerlingen van klas twee en vier mee aan een enquête (gezondheid) van het

Centrum Jeugd & Gezin. Wanneer deze uitkomst vragen oproept zal de jeugdverpleegkundige een

gesprek hebben met de leerling en eventueel ouders en school.

13. Jaarlijks doet het LIFE College mee aan enquêtes om te monitoren hoe onze leerlingen onze school beoordelen. Om het jaar worden collega’s en ouders ook meegenomen in de enquête. De uitkomsten van deze enquêtes worden gedeeld met de teamleiders en ondersteuningscoördinatoren.

# Handelen bij Pesten

**Onze aanpak is vooral gericht op de ontwikkeling van een positief school- en groepsklimaat. Pesten is echter onuitroeibaar en van alle tijden, maar onacceptabel. Dat vraagt om een duidelijke en krachtige aanpak vanuit school.**

Het begint met de erkenning dat pesten bestaat. Vervolgens investeren we in preventie, waarbij het

zwaartepunt ligt op de ontwikkeling van een positief school- en groepsklimaat. Mentoren hebben hier een specifieke rol in door aandacht voor hun mentorleerlingen te hebben en het met regelmaat voeren van individuele gesprekken met hen. Er wordt door alle medewerkers toezicht gehouden (signalering), zowel in de school als op het bordes.

Opvallende zaken die worden opgemerkt rondom het welbevinden van leerlingen wordt doorgegeven aan mentoren, leidinggevende of ondersteuningsteam. Ook door middel van groepslessen, voorlichting, thema-lessen, klassenuitjes en schoolfeesten werken we aan een veilig en betrokken schoolklimaat. Mocht er meer nodig zijn kennen de mensen binnen het ondersteuningsteam de wegen naar externe trainingen of andere hulpverlening.

*Elke ruzie of pestsituatie is een opzichzelfstaande gebeurtenis en vraagt om een aanpak die passend is. Er zal daarom per situatie gekeken moeten worden wat nodig is. Wanneer er sprake is van een ruzie of van pesten, is het altijd zaak om hoor en wederhoor toe te passen. Hierna kan doormiddel van conflictbemiddeling de situatie uitgesproken worden en kunnen er afspraken gemaakt worden.*

Hieronder zijn chronologisch een aantal stappen beschreven die genomen kunnen/moeten worden in dergelijke situaties:

**Steun bieden aan de leerling die gepest wordt**

Het probleem wordt serieus genomen. We luisteren naar de leerling. Er wordt uitgezocht wat er precies gebeurt-/is gebeurd. Er wordt nagedacht en gesproken over mogelijke oplossingen en er worden afspraken gemaakt over follow-up gesprekken. Ouders worden op de hoogte gesteld over hetgeen is voorgevallen en de stappen die genomen zijn. Daarna wordt ook aangegeven dat er follow-up gesprekken ingepland worden om de situatie te monitoren. Eventueel in overleg met leerling en ouders aanmelden voor het intern ondersteuningsteam wanneer er een hulpvraag is.

**Steun bieden aan de pester**

Confrontatie van de leerling met het gedrag. Vraag de leerling uit te leggen waarom deze dit gedrag

vertoont. Dit moet stoppen, wat kan de leerling hierin doen om het te stoppen? Welke afspraken kunnen gemaakt worden? Deze afspraken vastleggen in SOM en delen met lesgevende docenten, teamleider, ondersteuningsteam. De consequenties bespreken als de leerling afspraken niet nakomt. Eventuele consequenties voor dit voorval van nu bespreken, ligt eraan wat er gebeurd is. Ouders worden op de hoogte gesteld over hetgeen is voorgevallen en de stappen die genomen zijn. Daarna wordt ook aangegeven welke afspraken er gemaakt zijn en wat de consequenties zijn als deze afspraken niet worden nagekomen. Er volgen follow-up gespreken om de situatie te monitoren. Eventueel in overleg met leerling en ouders aanmelden voor het ondersteuningsteam wanneer er een hulpvraag is.

**De middengroep (rest van de klas) bij het probleem betrekken**

De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt dat iedereen een rol heeft om pesten in de

klas te voorkomen. Er wordt gesproken over mogelijke oplossingen en wat de klas kan bijdragen aan

verbetering van de situatie. Hoe kunnen de leerlingen daar zelf een actieve rol bij spelen? De mentor

komt hier later op terug. Bij aanhoudende pesterijen worden ook de ouders van de andere leerlingen over

de situatie geïnformeerd en kan worden aangegeven wat er wordt ingezet vanuit school om de situatie te veranderen. Dit kan middels een formele brief vanuit de directie.

**Steun bieden 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. Er is regelmatig contact tussen ouders en school (meestal door de mentor) om de situatie gezamenlijk te blijven monitoren. Daarnaast kan het advies aan de ouders zijn om hun zoon/dochter extra ondersteuning te bieden in de vorm van training of gesprekken op school of buiten school. Het kan voorkomen dat ouders van de gepeste leerling er moeite mee hebben dat hun kind aan zichzelf zou moeten werken. Hun kind wordt gepest en dat moet gewoon stoppen. Echter, een gepest kind wil zich niet alleen veilig en fijn voelen op school, het wil geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen, daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

# Aanspreekpunten LIFE College, rondom pesten

**In eerste instantie is het eerste aanspreek/meldpunt altijd de mentor.**

Andere aanspreekpunten op school zijn:

**Leerjaarcoördinatoren:**

Leerjaar 1 en leerjaar 2

Marieke Liebrechts

Contact: mliebrechts@lentiz.nl

Mavo/TL

Zahra van Tol

Contact: zvtol@lentiz.nl

Techniek

Sjoerd Jaspers

Contact: sjaspers@lentiz.nl

Zorg/LWT

Martijn van den Bergh

Contact: mvdbergh@lentiz.nl

D&P

Mirjam Zuiverloon

Contact: mzuiverloon@lentiz.nl

**Ondersteuningscoördinatoren:**

Leerjaar 1, leerjaar 2 en gehele Mavo/TL

Laura Balaguer Rodriguez

Contact: Lbalaguerrodriguez@lentiz.nl

Leerjaar 3 en leerjaar 4

Contact:

**Vertrouwenspersonen:**

Zahra van Tol

Contact: zvtol@lentiz.nl

Emiel Meijer

Contact: emeijer05@lentiz.nl

# Bronnen

Van Stigt, M. (2014). Alles over pesten. Amsterdam: Boom Uitgevers

Vermande, M, Van der Meulen & Reijntjes, A. (2015). Pesten op school, achtergronden en interventies. Amsterdam: Boom Lemma