

DRAAIBOEK (ONLINE) PESTEN TERUGDRINGEN START SAMEN MET JE TEAM!

Voor je ligt het kant en klare draaiboek '(online) pesten terugdringen, start samen met je team!'

Met dit draaiboek en bijbehorende PowerPoint-presentatie kunnen scholen een teamsessie organiseren om (online) pesten te bespreken en aan te pakken. Het draaiboek is geschikt voor teams in het voortgezet onderwijs en de bovenbouw van het basisonderwijs.

Kennis over pesten en het ontwikkelen van een gezamenlijke visie zijn voorwaardelijk om (online) pesten terug te dringen en zo mogelijk te voorkomen. Daarom is het van belang dat het hele team hierbij betrokken is en aan de sessies deelneemt.

Teamsessie 1 'de rol van de groep', richt zich vooral op bewustwording: het inventariseren van kennis over de rol van de groep, groepsdynamica, groepsdruk en het verkennen van de situaties die spelen binnen de eigen school. Deze teamsessie vergroot inzicht en kennis over de rol van de groep bij pesten, de mogelijke impact daarvan op de rol van de leerkracht in dit groepsproces. Door (beter) inzicht te krijgen in het proces van groepsdynamiek, en hoe je als leerkracht kunt anticiperen op het verloop, kun je het proces begeleiden en waar nodig tijdig ombuigen ten gunste van een positief groepsklimaat.

Teamsessie 2 '(online) pesten voorkomen en aanpakken', gaat over het voorkomen en aanpakken van online pesten door het toewerken naar afspraken en het creëren van een actieplan waar vervolgens op school mee wordt gewerkt.

Beide teamsessies zijn opgebouwd uit een informatief deel en groepsopdrachten en beslaan circa 50 minuten per sessie. Zorg er dus voor dat je in totaal een dagdeel reserveert. Je kunt afhankelijk van de beschikbare tijd, ook een opdracht achterwege laten of de inhoud comprimeren naar één bijeenkomst.



AAN DE SLAG!

Zoek bij voorkeur twee leerkrachten die de teamsessies willen presenteren/begeleiden. Zij kunnen zich in de materie verdiepen en de kennis delen met het team. Hiervoor is een PowerPoint-presentatie ontwikkeld, met in de toelichting informatie en relevante links. De PowerPoint is een startklaar document waar je direct mee aan de slag kunt. Je kunt desgewenst informatie toevoegen en/of aanpassen passend bij de context van de school.

Een aantal slides heeft een extra toelichting met relevante links voor verdieping, voor de presentator/begeleider. De opdrachten die door de deelnemers in groepjes worden uitgevoerd, worden plenair toegelicht en nabesproken. Ook hier zijn slides voor opgenomen in de PowerPoint. De opdrachten vind je op pagina 3 en 5 van dit draaiboek.

Benodigheden teamsessies:

- PowerPoint beschikbaar
- Pen en papier voor elke deelnemer
- Een ruimte die groot genoeg is om leerkrachten in groepjes te laten discussiëren en waar de PowerPoint getoond kan worden.

Teamsessie 1: de rol van de groep/medeleerlingen

De presentator/begeleider start met de introductie van de sessie met behulp van de PowerPoint-slides 1 t/m 11. Daarin is achtereenvolgens opgenomen:

- Wat is de aanleiding om dit te doen?
- Vervolgens schets je de context; de aanpak (online) pesten en de Wet Sociale Veiligheid - waarin is opgenomen dat tegengaan van pesten verplicht is. Je geeft de definitie van pesten en hoe je kunt zorgen voor een sociaal veilig klimaat op school. Dit leg je uit aan de hand van een introductie over groepsdynamiek. Op pagina 8 vind je hier meer informatie over.

Vervolgens start je met opdracht 1 (slide 12 en 13: de Aanpak in de klas).

Opdracht 1: Aanpak in de klas

Stap 1 (5 min)

Noteer voor jezelf in steekwoorden een situatie waarin er sprake was van pestgedrag en je geen of weinig controle had over een groep. Het kan je eigen ervaring zijn, of die van een collega of een voorbeeld uit de media. Welke (groeps)druk werd er uitgeoefend?

Stap 2 (5 min)

VERHALEN DELEN

Maak viertallen. Elk viertal kiest vier interessante casussen uit stap 1, bespreekt deze en gaat er mee aan de slag in de volgende stappen.

Stap 3 (10 min)

DE SITUATIE VERKENNEN

De groep stelt vragen aan de deelnemer die de situatie heeft ingebracht. Deelnemers verkennen de situatie zo gedetailleerd mogelijk. Vraag goed door, wat gebeurde er precies? Wie deed wat en welk effect hadden die acties?

Bespreekpunten:

- Wie zijn de spelers/rollen in dit scenario?
- Was er sprake van groepsdruk in deze situatie en zo ja: op welke manier?
- Wat zou je aan deze situatie kunnen doen?
- Welke oplossingen (positief of negatief) kun je bedenken?
- Analyseer bij elke oplossing het effect dat het zou hebben op elke speler/rol.

Bedenk samen een concrete oplossing voor de situatie.

Stap 4 (15 min)

PRESENTATIE

Maak op een vel een korte presentatie van jullie casus en presenteer jullie situatie en oplossing. Doe dit kort: maximaal 3 minuten per presentatie. Spreek af dat iemand alles noteert.

Afronding:

Noteer voor jezelf: hoe kun je groepsdruk positief gebruiken en inzetten om pesten te voorkomen of te stoppen?

Teamsessie 2: online pesten voorkomen en aanpakken

De presentator/begeleider start met behulp van de PowerPoint (slides 14,15,16) een korte plenaire sessie waarbij je deel 2 van de bijeenkomst introduceert. Dit deel gaat over het voorkomen en aanpakken van online pesten op jullie school. In deze sessie wordt kennis gedeeld over de aanpak van online pesten en de afspraken die er al zijn of het creëren/aanscherpen van een actieplan waar vervolgens op school mee kan worden gewerkt.

Aansluitend vraag je naar praktijkvoorbeelden:

- Wie heeft er - zonder namen te noemen - voorbeelden van online pesten op onze school?
- Als er geen concrete, of onduidelijke voorbeelden worden genoemd, zijn er 2 voorbeelden bijgesloten in dit draaiboek.
- Vraag na voorbeeld 1/verhaal 1 een aantal reacties.
- Vraag na voorbeeld 2/verhaal 2 een aantal reacties.

Bespreek vervolgens de uitgangspunten van een effectief antipestbeleid en het antipestprotocol. Maak eventueel een hand-out van een voorbeeld antipestprotocol voor het team. Voorbeelden van antipestprotocollen zijn te vinden www.schoolveiligheid.nl

Plenaire reflectie vragen

- Is er een antipestprotocol op school?
- Zo ja, weet iedereen eigenlijk wat erin staat?

Bespreek met het team of iedereen dit kent, weet hoe hij/zij moet handelen en waarom. Moedig collega's aan hier eerlijk en open over te zijn.

Opdracht 2: Aanpak binnen de school

In deze opdracht analyseren we de bestaande 'acties' en handelingen op school die te maken hebben met online pesten. Het gaat erom dat we in beeld krijgen hoe we handelen bij (online) pesten en of er verbeteringen kunnen worden gemaakt. Deze verbeteringen worden per werkgroepje direct omgezet in een stappenplan. Vanuit deze input kan een antipestprotocol worden gedestilleerd (of bijgeschaafd in het geval deze al op school aanwezig is.) Als er al een protocol is vergroot deze sessie de kennis over de inhoud en wat je er als individuele leerkracht en als team mee kunt doen. Succes!

Verdeel de groep in viertallen. (Bij een grote groep kun je ook kiezen voor zestallen).

Geef elke groep voldoende groot papier en gekleurde markerstiften voor deze opdracht.

Elke groep krijgt één van de volgende onderwerpen (5 min):

- 1 - Hoe signaleren we pester(s) bij ons op school?
- 2 - Hoe signaleren we slachtoffer(s) bij ons op school?
- 3 - Waar wordt bij ons op school (online)pesten gemeld?
- 4 - Wat zijn bij ons op school de consequenties bij online pesten?
- 5 - Hoe verloopt bij ons op school de communicatie bij online pesten?
- 6 - Welke actie wordt er bij ons op school ondernomen tegen online pesten?

Mochten er meer groepen dan onderwerpen zijn dan geef je sommige groepen hetzelfde onderwerp.

A. Bespreken ervaringen (15 min)

Brainstorm binnen de groepjes kort over jullie onderwerp. Zijn er voorbeelden te noemen? Wat kan er allemaal voorkomen? Waar denk je aan, wat komt er allemaal in je op? Vraag iemand de antwoorden kort te noteren.

Het gaat erom dat er zoveel mogelijk input over dit onderwerp wordt verzameld, die relevant is op jullie school. Eventuele voorbeeldsituaties kunnen ook worden opgeschreven.

B. Aanbevelingen (15 min)

- Wat zouden jullie aanbevelen/verbeteren?
- Wie spelen er een rol in de aanbeveling/verbetering en hoe?

C. Afsluiting

Sluit de sessie af met slide 18 (wat levert de antipestaanpak op), toon eventueel nog een kort filmpje (slide 18 of 19) en bedank je collega's voor hun bijdrage.

Spreek een moment af wanneer er op deze sessie wordt teruggekoppeld. Het liefst binnen twee weken. Iedereen ontvangt dan een mail met de uitwerking/aanscherping van het antipestprotocol op maat en de eventuele uitnodiging voor presentatie of toelichting.

Hoe nu verder?

Vervolgstappen voor begeleiders/ schoolleiding na deze sessies

Maak een stappenplan

Stel een groepje samen dat met behulp van de discussie en de aanbevelingen een concreet stappenplan maakt. Hoe krijgt jullie aanpak vorm in de school? Welke stappen volgen elkaar, op welke manier op? Noteer daarbij steeds wie welke rol heeft volgens jullie.

Maak het beleid/antipestprotocol voor iedereen inzichtelijk en uitvoerbaar

Belangrijk is dat alle input wordt verwerkt tot een antipestprotocol (of opgenomen wordt in het bestaande antipestprotocol.) Misschien heeft jullie team al iemand aangewezen om dit op te pakken, anders is het verstandig om deze aan te stellen. Hij/zij werkt de resultaten uit in samenwerking met de schoolleiding.

Er ontstaat letterlijk een draaiboek/stappenplan voor pestsituaties (hou dit kort en overzichtelijk). Dit draaiboek moet worden teruggekoppeld aan het team: zo weet iedereen wat hij/zij kan doen en handelt iedereen op dezelfde wijze. Organiseer bij voorkeur een teambijeenkomst waar het antipestprotocol wordt gepresenteerd en doorgenomen.

**TIP: Organiseer eventueel ook een leerlingen-
bijeenkomst en een ouderavond over het
antipestprotocol op jullie school.**

Voorbeelden online pesten

Bruikbaar voor teamsessie 2

VOORBEELDEN VOORTGEZET ONDERWIJS

Voorbeeld VO 1: Een meisje uit havo 4 vertelt thuis aan haar ouders dat zij en een vriendin via sociale media al maanden worden bedreigd door meiden van een andere klas. Het gaat zo ver dat ze de meiden geld moeten betalen en andere nare opdrachten moeten uitvoeren. Doen ze dit niet, dan worden ze na school opgewacht en in elkaar geslagen. Het meisje dat het deelt vertelt ook dat het andere meisje het niet wil vertellen thuis. Ze weten wie de pesters zijn.

Voorbeeld VO 2: Een jongen uit vmbo 2 wordt door zijn hele klas op sociale media lastig gevallen. Het is niet echt dreigen of pesten, maar al zijn posts op sociale media worden belachelijk gemaakt, ge-repost met opmerkingen en dan weer door de hele klas geliked. Als de jongen besluit om zijn account te sluiten gaat het online pesten gewoon door. Er worden nu stiekem foto's in de klas gemaakt waar de jongen op staat, deze worden gepost met lelijke opmerkingen in de klassen-app.

VOORBEELDEN PRIMAIR ONDERWIJS

Voorbeeld PO 1: Een meisje uit groep 8 wordt door een aantal klasgenoten op Instagram lastig gevallen. Alles wat zij post wordt belachelijk gemaakt, ge-repost met opmerkingen en dan weer door andere klasgenoten geliked. Ook in de klassen-app worden af en toe flauwe opmerkingen gemaakt.

Voorbeeld PO 2: Een jongen uit groep 7 heeft zelf geen telefoon, maar komt er via een klasgenoot achter, dat er door klasgenoten flauwe opmerkingen en foto's van hem worden gepost op Instagram. Ook is er al een keer een filmpje gepost, dat is opgenomen zonder dat hij het wist.

Extra informatie over groepsdynamiek

“Hoe maak je van de klas een groep?”

Iedere klas doorloopt vanaf de start van het schooljaar de verschillende fasen van groepsdynamica. Voor brugklassen op het vo is dit zeer intensief, maar de andere leerjaren (verkort) inclusief klassen uit het po ook! Zeker als er drie of meer nieuwe leerlingen zijn. Het begint met kat uit de boom kijken: wie is belangrijk en wie is met wie?

Forming: meestal één of twee weken. Dan volgt het manifesteren van je positie: wie is de baas, wie durft - en wie niet? Wie wordt gezien als loser en wie wordt gewoon door iedereen geaccepteerd?

Storming: duurt weken als er niet goed samengewerkt wordt. Leerlingen dagen elkaar en de leerkracht uit. Dan ontstaat er voor alle leerlingen een situatie waarin ze behoefte krijgen aan duidelijkheid en structuur.

Norming: Dit is het ideale moment om als mentor/leerkracht afspraken te maken met de klas en die afspraken te delen met het klassenteam. Vaak is de 3e of 4e week geschikt, maar het kan op (opnieuw) later in het jaar of juist naar aanleiding van een ontstaan probleem/pestgeval.

Performing: is de volgende fase. Als de eerste drie redelijk/goed verlopen zijn ontstaat hierin een werksfeer waarin iedereen zich (redelijk) veilig voelt.

Welke interventies zijn succesvol om van de klas een (goed functionerende) groep te maken?

Onderstaande drie interventies worden door de meeste mentoren/leerkrachten goed toegepast:

1. Kennismaken: In alle klassen is (hernieuwd) kennismaken belangrijk: wat was leuk - of juist problematisch in de vakantie; hoe zit iedereen er voor aan het begin van het jaar? Iedere leerling wil gezien worden.

2. Afspreken: Afspraken maken is belangrijk, ook opnieuw als het niet goed loopt in de klas/er sprake is van ruzie of pesten.

3. Samenwerken: Laten samenwerken is niet alleen de taak van de groepsleerkracht of mentor, maar van alle leerkrachten. (zie: werkvormen Samenwerkend Leren) Je start en legt uit: Je moet met iedereen kunnen samenwerken, niet alleen met je 'maatjes'! Je leert het hier op school en hebt het nodig in je vervolgstudie, op middelbare school en later in je werk. Doordat alle leerlingen met elke klasgenoot samengewerkt hebben, ontstaat er meer sociale cohesie in de groep/klas: “bekend maakt meer bemind!”.

