

PESTPROTOCOL

W.W.N.A.



Inhoud

PESTPROTOCOL.....	0
Vooraf	2
1. PESTEN.....	3
Wat is pesten?	3
De gepeste jongere	4
Mogelijke signalen van gepest worden (ook van belang voor ouders)	4
De pester	4
De meelopers en andere jongeren.....	4
Het aanpakken van pesten	5
2. HET PESTPROTOCOL.....	6
Uitgangspunten	6
De vijfsporenaanpak	6
Preventieve maatregelen	7
3. HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN.....	8
A. De trainer/coach	8
B. Het jeugdbestuur	8
C. Uitsluiting of schorsing	8
D. Verwijdering	8
De taak van overige vrijwilligers	8
De rol van de vertrouwenscontactpersoon	9
Bijlage I	10
Bijlage II	11

Vooraf

Dit is het pestprotocol van W.W.N.A. Enerzijds bevat het richtlijnen bij geconstateerd pestgedrag, anderzijds staan er ook voorwaarden en activiteiten in die pesten kunnen voorkomen.

Dit memo is erop gericht om alle volwassenen (trainers/coaches en de ouders) en ook jongeren op de hoogte te brengen, van alles wat de vereniging wil doen om een zo veilig mogelijk sportklimaat te scheppen.

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

Apeldoorn, oktober 2018

Bestuur W.W.N.A.

1. PESTEN

Wat is pesten?

“Een jongere wordt gepest als hij/zij herhaaldelijk en gedurende langere tijd wordt blootgesteld aan negatieve acties van de kant van één of meer jongeren, waarbij er sprake is van een niet gelijkwaardige machtsrelatie”

Pesten is een vorm van geweld en daarmee grensoverschrijdend en zeer bedreigend.

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een team waar gepest wordt, kunnen alle jongeren slachtoffer worden. Pestgedrag moet dan ook door iedereen serieus worden genomen.

Het lastige is dat veel pestgedrag zich in het verborgene afspeelt, zodat het moeilijk is om er greep op te krijgen. En zelfs als het pestgedrag wordt opgemerkt, weten trainer/coaches en anderen niet altijd hoe ze ermee om kunnen gaan.

Trainer/coaches hebben echter een taak (samen met de ouders en de jongere zelf) bij het tegengaan van pesten.

Jongeren moeten weten dat ze hulp kunnen krijgen van volwassenen in de vereniging en hierom durven vragen. Volwassenen dienen oog te hebben voor de signalen van jongeren. Ze dienen interesse te tonen en te luisteren naar wat de jongeren te vertellen hebben.

Voor trainer/coaches betekent het dat ze groepsgesprekken houden, aandacht hebben voor de groepssfeer en het functioneren van individuele jongeren in de groep. Ze maken afspraken met het team en zorgen ervoor dat deze afspraken nagekomen worden.

Een aantal voorbeelden van hoe er wordt gepest?

Met woorden:	vernederen, belachelijk maken schelden dreigen met bijnamen aanspreken gemene briefjes, mailtjes, sms-jes en app-jes schrijven
Lichamelijk:	trekken aan kleding, duwen en sjoeren schoppen en slaan krabben en aan haren trekken wapens gebruiken
Achtervolgen:	opjagen en achterna lopen in de val laten lopen, klem zetten of rijden opsluiten
Uitsluiting:	doodzwijgen en negeren uitsluiten van feestjes bij groepsopdrachten
Stelen en vernielen:	afpakken van kledingstukken, voetbaltas, voetbalspullen banden lek prikken, fiets beschadigen
Afpersing:	dwingen om geld of spullen af te geven het afdwingen om iets voor de pestende jongere te doen.

De gepeste jongere

Sommige jongeren lopen meer kans gepest te worden dan anderen. Dat kan met hun uiterlijk, gedrag, gevoelens en sociale uitingsvormen te maken hebben. Bovendien worden kinderen pas gepest in situaties, waarin pesters de kans krijgen om een slachtoffer te pakken te nemen, dus in onveilige situaties.

Een kind dat wordt gepest, praat er thuis niet altijd over. Redenen hiervoor kunnen zijn:

- schaamte
- angst dat de ouders met de trainer/coach of met de pester gaan praten en dat het pesten dan nog erger wordt
- het probleem lijkt onoplosbaar
- het idee dat het niet mag klikken.

Mogelijke signalen van gepest worden (ook van belang voor ouders)

- Niet meer naar de training/wedstrijd willen
- Niet meer over de training/wedstrijd 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
- Niet willen slapen, vaker wakker worden, bedplassen, nachtmerries hebben
- Niet meer buiten durven te komen
- 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 voetbal te hoeven

De pester

Pesters zijn vaak de sterkeren in hun groep. Zij zijn of lijken populair maar zijn dat uiteindelijk niet. Ze dwingen hun populariteit af door stoer en onkwetsbaar gedrag. Van binnen zijn ze vaak onzeker en ze proberen 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. Doorgaans voelen pesters zich niet schuldig want het slachtoffer vraagt er immers om gepest te worden.

Pestgedrag kan een aantal dieper liggende oorzaken hebben:

- Zelf gepest zijn in het verleden.
- Een problematische thuissituatie.
- Een vaak gevoelde anonimiteit (ik besta niet); als een pester zich verloren voelt binnen een grote groep, kan hij zich belangrijker maken door een ander omlaag te drukken.
- Het moeten spelen van een niet-passende rol.
- Een voortdurende strijd om de macht in het team.
- Een gevoel van incompetentie.

De meelopers en andere jongeren

Meelopers zijn jongeren die incidenteel meedoen met het pesten. Dit gebeurt meestal uit angst om zelf in de slachtofferrol terecht te komen, maar het kan ook zo zijn dat meelopers stoer gedrag wel interessant vinden en dat ze denken in populariteit mee te liften met de pester. Verder kunnen jongeren meelopen uit angst vrienden of vriendinnen te verliezen. De meeste jongeren houden zich afzijdig als er wordt gepest. Ze voelen zich wel vaak schuldig over het feit dat ze niet in de bres springen voor het slachtoffer of hulp inschakelen.

Het aanpakken van pesten

Pesten is onacceptabel en vraagt om een duidelijke en krachtige reactie vanuit de vereniging.



2. HET PESTPROTOCOL

Het pestprotocol vormt de verklaring van de vertegenwoordiging van de vereniging en de ouders waarin is vastgelegd dat we pestgedrag op de vereniging niet accepteren.

Doel is uiteraard dat pestgedrag stopt.

Uitgangspunten

Een dergelijk protocol kan alleen functioneren als aan bepaalde voorwaarden is voldaan:

1. Pesten moet als een probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen; trainers/coaches, ouders en jongeren.
2. De vereniging is actief in het scheppen van een sociaal veilig sportklimaat waarbinnen pesten als onacceptabel gedrag wordt ervaren.
3. Trainers/coaches personeel moeten pesten kunnen signaleren en vervolgens duidelijk stelling nemen tegen het pesten.
4. De vereniging beschikt over een pestprotocol.
5. De vereniging ontplooit preventieve activiteiten.

De vijfsporenaanpak

W.W.N.A. gaat uit van de “Vijfsporen aanpak”

1. Vereniging steunen bij aanpakken pesten	<ul style="list-style-type: none">• De vereniging zorgt dat het bestuur, trainers/coaches voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en het aanpakken van pesten in eigen team en vereniging.
2. Steun bieden aan de jongere die gepest wordt	<ul style="list-style-type: none">• Probleem serieus nemen en de mate van pesten achterhalen• Overleggen over mogelijke oplossingen• Ondersteunen bij het werken aan oplossingen• Indien nodig adviseren/aanbieden van deskundige hulp
3. Steun bieden aan de jongere die pest	<ul style="list-style-type: none">• Confronteren van de pestende jongeren met zijn/haar gedrag en de gevolgen daarvan• De achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen• Indien nodig adviseren/aanbieden van deskundige hulp
4. Middengroep betrekken bij het oplossen pestprobleem	<ul style="list-style-type: none">• De trainer/coach bespreekt met het team het pesten en benoemt de rol van het team.• Spreken over mogelijke oplossingen en de rol die het team daarbij kan spelen om tot een verbetering van de situatie te komen.
5. Ouders/verzorgers steunen	<ul style="list-style-type: none">• Ouders serieus nemen bij zorgen over pesten• Informatie en advies geven over pesten en manieren waarop pesten kan worden aangepakt.• In samenwerking tussen vereniging en ouders het pestprobleem aanpakken• indien nodig doorverwijzen naar deskundige hulp

De ouders van jongeren die gepest worden, hebben er soms moeite mee, dat hun kind aan zichzelf zou moeten werken. Hun kind wordt gepest en dat moet gewoon stoppen. Dat klopt, het pesten moet stoppen. Echter een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op de

vereniging; het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een training aan bijdragen.

Preventieve maatregelen

1. Elke trainer/coach bespreekt aan het begin van het seizoen de algemene afspraken en regels in het team. Het onderling plagen en pesten wordt hierbij genoemd en onderscheiden. Tevens bespreekt de trainer/coach in zijn team het pestprotocol. Ook wordt duidelijk gesteld dat pesten altijd gemeld moet worden en niet als klikken maar als hulp bieden of vragen wordt beschouwd.
2. Indien een trainer/coach daartoe aanleiding ziet, besteedt hij/zij expliciet aandacht aan pestgedrag in een groepsgesprek. Hierbij worden de rol van de pester, het slachtoffer, de meelopers en de stille getuigen benoemd.
3. Van de gesprekken rond pesten worden aantekeningen gemaakt, die door de trainer/coach worden bewaard van zowel de pester als het slachtoffer.

3. HET STAPPENPLAN NA EEN MELDING VAN PESTEN

A. De trainer/coach

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in teamverband, praat de trainer/coach eerst met de gepeste en later met de pester apart. Een leidraad voor deze gesprekken is te vinden in bijlage I en II. Vervolgens organiseert de trainer/coach een gesprek met het team en probeert tot goede afspraken te komen.
2. De trainer/coach bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich herhaalt.
3. De trainer/coach praat met het team. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groeps sfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groeps lid heeft.
4. De trainer/coach zal contact opnemen met ouders.
5. Indien het probleem zich herhaalt, meldt de trainer/coach het gedrag aan het bestuur.

B. Het jeugdbestuur

1. De jeugdcommissie neemt de rol van de trainer/coach over, bij herhaling van het pestgedrag en wanneer het pesten, het teamverband overstijgt.
2. Hij heeft zo nodig een gesprek met de gepeste en de pester apart of organiseert direct een gesprek tussen beiden.
3. In het contact met de pester is het doel drieledig, namelijk:
 - confronteren (zie bijlage II)
 - mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen
 - helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
4. In het contact met de gepeste wordt gekeken of hij sociaal gedrag vertoont, waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pesters.
5. Hij adviseert zo nodig, zowel aan de pester als de gepeste, hulp.
6. Hij stelt alle betrokken ouders op de hoogte wanneer er sprake is van recidief gedrag, verzoekt hen om met hun kind te praten en stelt hen op de hoogte van het vervolgtraject.
7. Hij bespreekt de mogelijkheden tot hulp met de ouders.
8. Hij koppelt alle informatie weer terug naar de trainer/coach.

C. Uitsluiting of schorsing

Wanneer de tot nu toe gevolgde procedure geen blijvende vruchten afwerpt. Zal er een schorsing van 2 wedstrijden volgen. In deze periode is deze persoon in het geheel niet welkom op W.W.N.A.. Deze schorsing zal schriftelijk worden bevestigd door de secretaris. In deze brief, die een officiële waarschuwing is, zal tevens de mededeling staan dat wederom onaangepast gedrag zal leiden tot het dringende advies een andere club te zoeken, c.q. beëindiging van het lidmaatschap

D. Verwijdering

Wanneer de jongere ondanks alle inspanningen van de betrokken partijen koppig blijft volharden in het ongewenste pestgedrag liggen er geen perspectieven meer tot verandering. De vereniging kan en wil geen verantwoordelijkheid meer nemen voor de veiligheid van de overige jongeren. Er rest de vereniging niets anders dan over te gaan tot verwijdering.

De taak van overige vrijwilligers

De overige vrijwilligers hebben vooral een signalerende rol. Wanneer zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en een melding doen om hulp en overleg in gang te zetten.

De rol van de vertrouwenscontactpersoon

- a. Zij ondersteunt waar nodig trainer/coaches en het jeugdbestuur tijdens de verschillende fasen van het proces
- b. Zij kan waar nodig een inbreng hebben tijdens teamgesprekken.
- c. Zij kan adviseren op het gebied van trainingen en lesmateriaal dat door trainer/coach, ouders en jongere gebruikt kan worden.

Bijlage I

Leidraad voor een gesprek met de gepeste jongere

Feiten

- Klopt het dat je gepest wordt? (h)erkenning van het probleem
 - Door wie wordt je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
 - Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
 - Hoe vaak wordt je gepest?
 - Hoe lang speelt het pesten al?
 - Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
 - Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
 - Zijn er jongeren die jou wel eens proberen te helpen?
 - Wat wil je dat er nu gebeurd; wat wil je bereiken?
-
- Bespreek samen met de jongere wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de jongere aan wil werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:
 - Hoe communiceert de jongere met anderen?
 - Welke lichaamstaal speelt een rol?
 - Hoe gaat de jongere om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
 - Heeft de jongere genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen naar de pester?

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Ergens is er iets in zichzelf dat de pester gelijk geeft. Besteed hier aandacht aan want **niemand kan een ander klein maken zonder diens toestemming.**



Bijlage II

Leidraad voor een gesprek met een jongere die pest

Het doel van dit gesprek is drieledig:

- de jongere confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan
- Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen
- Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt

Confronteren

Confronteren en kritiek geven is niet hetzelfde.

Confronteren is

- probleemgericht en richt zich op gedrag wat waar te nemen is. Zodra we interpretaties gaan geven aan gedrag, wordt het persoonsgericht, bijvoorbeeld: je hebt cola in de tas van Piet laten lopen. Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent! Zodra we gaan interpreteren reageren we een gevoel van frustratie op die ander af en zijn we gestopt met confronteren en begonnen met kritiseren.
- relatiegericht. Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt maar met behoud van de relatie, bijvoorbeeld. Ik vind dat je heel erg gemeen doet tegen hem en ik wil dat je daarmee ophoudt. **Zeg nooit: Je bent heel gemeen.** Je wilt duidelijk verder met de jongere. Kritiek op de persoon voelt als een beschuldiging/afwijzing. Eigenlijk zeg je daarmee dat de pester een waardeloos mens is.
- specifiek blijven. Je benoemt de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek wordt vaak algemeen.
- veranderingsgericht. Je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

Achterliggende oorzaken

Nadat het probleem benoemd is, richt jij je op het waarom? Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander? Etc.

Maak duidelijk dat er een tekort aan empathisch vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. Wat ga je daaraan doen?

Het pestgedrag moet stoppen

Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt (zie richtlijnen pesten).

