**Doel van dit pestprotocol**

We willen een vereniging zijn waarin alle kinderen zich prettig en veilig voelen en op een positieve manier kunnen sporten. Onderdeel van dit klimaat is dat we proberen te voorkomen dat kinderen elkaar pesten. Toch kan het gebeuren dat pesten voorkomt. In dit protocol leggen we vast hoe we pestgedrag benaderen, wat we doen om pesten te voorkomen, hoe we pesten signaleren en hoe we handelen als pesten toch voorkomt.

Met de regels en afspraken in dit pestprotocol kunnen kinderen en leiders/trainers, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken.

Het pestprotocol is terug te vinden op onze website

**Wat is pesten?**

Pesten wordt gezien als probleem voor *alle* betrokken partijen: gepeste kinderen, de pesters *en* de zwijgende groep (hierna genoemd: kinderen), trainers/begeleiders (hierna genoemd: begeleiders) en de ouders/verzorgers (hierna genoemd: ouders).

**Plagen of pesten?**

Plagen is niet hetzelfde als pesten. Iemand een stevige duw geven kan plagen zijn, maar het kan net zo goed gaan om echt pestgedrag. We spreken over plagen wanneer kinderen min of meer aan elkaar gewaagd zijn en het vertoonde gedrag een uitnodigend karakter heeft om iets terug te doen vanuit een veilige sfeer. Het gaat dan om een prikkelend spelletje, dat door geen van de betrokkenen als bedreigend of echt vervelend wordt ervaren.  
Er is zelfs sprake van een pedagogische waarde: door elkaar eens uit te dagen leren kinderen goed om te gaan met allerlei conflicten. Dat is een vaardigheid die later in hun leven van pas komt bij conflicthantering, waar iedereen in zijn leven mee te maken krijgt.  
   
We spreken van pestgedrag als het slachtoffer zich ongelukkig voelt omdat hij of zij stelselmatig geconfronteerd wordt met vervelend of agressief gedrag of buitengesloten wordt van de sociale groep. De inzet van het pestgedrag is altijd macht door intimidatie. Bij echt pestgedrag zien we ook altijd een vaste rolverdeling terug bij de betrokkenen. De belangrijkste eigenschappen van pestgedrag zijn dus het bedreigende, het systematische en het rolvaste karakter.

Een aantal verschillen kan als volgt worden weergegeven:

|  |  |
| --- | --- |
| **Plagen** | **Pesten** |
| gelijkwaardigheid | machtsverschil |
| wisselend doelwit | steeds hetzelfde slachtoffer |
| humoristisch | kwetsend |
| af en toe, van korte duur, incidenteel | vaak / voortdurend |
| meer individueel | vaak in groepsverband |

De piek van het pesten ligt tussen 10 en 14 jaar, maar ook in lagere en hogere leeftijdsgroepen wordt er gepest.

Pesten kan langzaam groeien, waardoor een grens soms moeilijk is te trekken. Hoe eerder wordt ingegrepen, hoe beter.

**Belangrijk**

De gevoelens en grenzen van het *slachtoffer* zijn bepalend en niet de gedachten of bedoelingen van de *pester*.

Kortom

Plagen gebeurt op basis van gelijkwaardigheid en is incidenteel. Het kan een pedagogische waarde hebben.

Pesten gebeurt vanuit overheersing, is systematisch en dwingt kinderen in een bepaalde rol. Het belemmert zowel de pester als de gepeste leerling in zijn gezonde ontwikkeling.

**Hoe herken je pesten?**

Voorbeelden van pestgedrag:

Verbaal

* Vernederen:”Haal jij alleen de ballen maar uit de bosjes, je kunt niet goed genoeg voetballen om echt mee te doen”.
* Schelden: “Viespeuk, etterbak, mietje” enz.
* Dreigen: “Als je dat doorvertelt, dan grijpen we je.”
* Belachelijk maken, uitlachen bij lichaamskenmerken of bij een verkeerd antwoord.
* Kinderen een bijnaam geven op grond van door de kinderen als negatief ervaren kenmerken. (Rooie, dikke, dunne, flapoor, centenbak, enz).

Fysiek

* Trekken en duwen of spugen.
* Schoppen en laten struikelen.
* Krabben, bijten en haren trekken.

Intimidatie

* Een kind achterna blijven lopen of een kind ergens opwachten.
* Iemand in de val laten lopen, de doorgang versperren of klemzetten tussen fietsen.
* Een kind dwingen om persoonlijk bezit af te geven.
* Een kind dwingen bepaalde handelingen te verrichten, bijvoorbeeld geld of snoep meenemen.

Isolatie

* Steun zoeken bij andere kinderen met als gevolg dat het kind niet wordt uitgenodigd voor partijtjes en leuke dingetjes.
* Uitsluiten: het kind mag niet meedoen met spelletjes, niet meelopen naar huis, niet komen op een verjaardag.

Stelen of vernielen van bezittingen

* Afpakken van spullen, kleding of speelgoed.
* Beschadigen en kapotmaken van spullen: boeken bekladden, schoppen tegen en gooien met een sporttas, banden van de fiets lek steken.

**Digitaal pesten**

Tegenwoordig dienen we ook alert te zijn op nieuwe pestvormen. Een pestvorm die voor veel kinderen erg bedreigend is, is het zogenaamde ‘online-pesten’. Kinderen pesten elkaar via Instagram, Whatsapp en/of Facebook. Er wordt flink gescholden en bedreigd. Veel kinderen praten hier niet over en ouders houden soms onvoldoende toezicht op het gedrag van hun eigen kind en dat van anderen op de computer.

Leider en Trainer hebben geen zicht op het gebruik van de computer/telefoon, maar worden wel geconfronteerd met de gevolgen. Het is daarom zaak om in geval van digitaal pesten in een zo vroeg mogelijk stadium contact te leggen om gezamenlijk het probleem aan te kunnen pakken.

Verborgen signalen

Meer verborgen signalen kunnen bijvoorbeeld zijn dat het kind:

* zich afmeldt voor trainingen
* toename in onzekerheid, faalangst
* blauwe plekken heeft op ongewone plaatsen
* prikkelbaar gedrag vertoond en boos of verdrietig is.

Hoe gaan we met elkaar om binnen sc Rheden? Wij hanteren gedragsregels voor trainers, spelers en bestuurders deze zijn op onze site terug te vinden

1. Je beoordeelt andere kinderen niet op hun uiterlijk.
2. Je sluit een ander kind niet buiten.
3. Je komt niet zonder toestemming aan de spullen van een ander kind.
4. Je scheldt een kind niet uit en je verzint geen bijnamen.
5. Je lacht een ander kind niet uit.
6. Je roddelt niet over andere kinderen.
7. Je laat elkaar met rust en bemoeit je niet te veel met anderen.
8. Je bedreigt elkaar niet en je doet elkaar geen pijn.
9. Je accepteert een ander kind zoals hij of zij is.

10. Je bemoeit je niet met een ruzie door zomaar partij te kiezen.

11. Nieuwkomers bij sc Rheden worden goed ontvangen en opgevangen in de groep.

**Hoe gaat sc Rheden met pesten om?**

* Wij zullen alles aan doen pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, adviseren wij onze trainers/leiders om het onderwerp bespreekbaar te maken.

* Het kader en de ouders zorgen voor een goed voorbeeld. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar verschillen worden aanvaard en waar ruzies niet met geweld worden opgelost maar uitgesproken. Agressief gedrag wordt niet geaccepteerd binnen sc Rheden.

* Als pesten optreedt, proberen trainers/coaches (in samenwerking met de ouders) dat te signaleren, duidelijk stelling te nemen en het probleem aan te pakken.  Sc Rheden zal altijd actief naar onze vertrouwenspersoon verwijzen.

**Aanpak**

Aanpak van pestgedrag in vier stappen:

Wanneer kinderen ruzie met elkaar hebben en/of elkaar pesten proberen wij:

**STAP 1**

Spelers en zelf uit laten komen, en hiervoor tijd geven.

**STAP 2**

Op het moment dat een van de kinderen er niet uitkomt (en in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) dan hebben het gepeste kind en de omstanders het recht en de plicht het probleem aan de leider/ trainer voor te leggen.

**STAP 3**

De leider/trainer brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderend gesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken.

Bij herhaling van pesterijen of ruzies tussen dezelfde kinderen volgen sancties.

**STAP 4**

Bij herhaaldelijke ruzie of pestgedrag neemt de leider contact op met de vertrouwenspersoon, deze neemt duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met de pester die pest/ruzie maakt. De ouders zullen hierbij betrokken worden zodat alle partijen proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing.

**Sancties**

De consequenties zijn opgebouwd in 3 fases; afhankelijk hoelang de pester door blijft gaan met zijn/haar pestgedrag en geen verbetering vertoond in zijn/haar gedrag.

**FASE 1**

* Er volgt een gesprek tussen de leider/rainer en pester: de pester wordt bewust gemaakt over wat hij met het gepeste kind uithaalt.
* Er worden afspraken gemaakt met de pester over gedragsveranderingen. De naleving van deze afspraken komen aan het einde van iedere week (voor een periode) in een kort gesprek aan de orde.
* Een mogelijk consequentie kan zijn dat de pester één of meerdere wedstrijden niet meespeelt of trainingen niet meedoet.

**FASE 2**

* Als de acties uit fase 1 op niets uitlopen volgt een gesprek met de ouders en het kader van sc Rheden/vertrouwenspersoon. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. De vertrouwenspersoon heeft alle activiteiten vastgelegd in een dossier en sc Rheden heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.

**FASE 3**

* Als acties uit fase 1 en 2 niet hebben geholpen kan in extreme gevallen de pester uit de vereniging gezet worden.

**Adviezen aan de leider/trainer**

Belangrijk

* Zorg dat je bij gesprekken met kinderen altijd op een plaats zit waar anderen je kunnen zie. Ga nooit “*uit het zicht*” met kinderen praten.
* Als je er als het gaat om pesten niet uitkomt, schakel de vertrouwenspersoon in en vraag hulp.

Wat te doen al een gepeste zich bij je meldt:

* Toon medeleven, luister en vraag dóór: hoe en door wie wordt er gepest.
* Ga na hoe het kind reageert, wat doet hij/zij voor, tijdens en na het pesten.
* Huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken. Laat het kind inzien, dat je op een andere manier kunt reageren.
* Zoek en oefen met het kind een andere reactie, bijvoorbeeld je niet afzonderen.
* Probeer het gepeste kind in te laten zien waarom een kind pest.
* Benadruk de sterke kanten van het kind.
* Beloon het kind (schouderklopje) als het kind zich anders/beter opstelt.
* Praat eventueel met de ouders van het gepeste kind en de ouders van de pester(s).
* Probeer het gepeste kind niet te veel te beschermen. Hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie en werkt averechts waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.

Wat doe je bij het praten met de pester

Laat de pester zijn/haar excuses aanbieden.

* Probeer in laten zien welke sterke (leuke) kanten de gepeste heeft.
* Wees consequent. Pesten is verboden bij de vereniging en wij houden ons aan deze regel. Dus als het nodig is, straf het kind met een passende maatregel als het pest. Beloon (schouderklopje) het kind als het zich aan de regels houdt.
* Leer het kind niet meteen kwaad te reageren, leer ze beheersen, leer ze de ‘stop-eerst-nadenken-houding’.
* Praat als het nodig is met de ouders van de pester op basis van elkaar informeren en met elkaar overleggen.
* Probeer de pester te laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste.