

Anti-pestprotocol

JEUGDCOMISSIE **2014**

VC Vlissingen

Tel: 0118-850982

Irislaan 239
4383 VV Vlissingen

www.vcvlissingen.nl
info@vcvlissingen.nl

Inleiding	1
Achtergrondinformatie.....	2
Doel	3
Signalen van pesterijen.....	4
Uitgangspunten.....	5
Protocol.....	6
Sancties	7
Belangrijke stelregels.....	8
Aanpak van het pestgedrag	9
Vijfsporenaanpak	10
Tips voor ouders	12

Inleiding

De laatste tijd komen er binnen onze vereniging meldingen over pestgedrag. Om alle jeugdleden/ouders een handreiking te bieden hoe met pestgedrag om te gaan, heeft de Jeugdcommissie in het kader van “Plezier en Sportieve Prestatie hand in hand” een pest-protocol opgesteld.

Dit protocol geeft achtergrondinformatie over wat pesten eigenlijk is, over een aanpak tegen pesten en over begeleiding die bij het pesten zijn betrokken. Wij hopen dat het protocol de vereniging zal helpen om het onderwerp bespreekbaar te maken en om invulling te geven aan een pestbeleid binnen de club. Net als met alle andere onderwerpen die te maken hebben met “Naar een Veiliger Sportklimaat” is het om resultaat te bereiken belangrijk om met elkaar afspraken te maken over de inhoud van zo’n beleid, over hoe het beleid binnen de vereniging gestalte krijgt en wie op wat voor moment verantwoordelijk is of het aanspreekpunt is.

Jeugdcommissie VC Vlissingen

Oktober 2014

Achtergrondinformatie

Kenmerken van pesten.

Pesten is niet hetzelfde als plagen. Bij plagen zijn de machtsverhoudingen gelijk: nu eens is de één “het lijdend voorwerp” en dan weer de ander. Bij plagen is er sprake van een incident. Vaak is het een kwestie van elkaar voor de gek houden. Bij plagen loopt de geplaagde geen blijvende psychische en/of fysieke schade op en is meestal in staat om zich te verweren. Pesten is structureel. Pesten kan kinderen echt tot wanhoop brengen. Vanwege het structurele karakter van pesten moet er echt beleid worden gemaakt om het probleem aan te pakken. Een kortlopende project om het probleem aan te pakken. Een kortlopend project of eenmalige activiteit zet meestal onvoldoende zoden aan de dijk.

Wat is pesten?

Pesten heeft een aantal duidelijke kenmerken:

- Pesten gebeurt opzettelijk;
- Pesten is bedoeld om schade 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 menselijk ondeugd die altijd verborgen aanwezig is en steeds weer de kop kan opsteken.

Wie pesten er en wie worden gepest?

Kinderen die pesten lijken vaak sterke kinderen in een groep. Het zijn kinderen die soms problemen hebben in de thuissituaties, die voortdurend de strijd om de macht in de groep voeren, omdat zij zich verloren voelen in de groep. Door te pesten proberen zij indruk te maken op de groep, door een ander naar beneden te halen vijzelen zij hun eigenwaarde op.

Gepeste kinderen hebben wel moeite om zichzelf te verdedigen. Ze voelen zich machteloos tegenover de pester. Gepeste kinderen voelen zich vaak erg eenzaam.

Daarnaast is er een groep kinderen die geen actieve rol speelt in het geheel, maar die wel bepalend is voor het voortduren van het pestgedrag. Pestende kinderen kunnen zich gesterkt voelen door de zwijgende instemming van derden.

Doel

Dit pestprotocol heeft als doel:

“Alle jeugdleden mogen zich in onze vereniging veilig voelen, zodat ze zich optimaal kunnen ontwikkelen”.

Door regels en afspraken zichtbaar te maken kunnen kinderen en volwassenen, als er zich ongewenste situaties voordoen, elkaar aanspreken op deze regels en afspraken.

Door elkaar te steunen en wederzijds respect te tonen, stellen we alle jeugdleden in de gelegenheid om met veel plezier te komen trainen en wedstrijden te spelen.

Het is belangrijk om het onderwerp pesten regelmatig aan de orde te laten komen, zodat het ook preventief kan werken.

Hoe willen we daarmee omgaan?

Het is belangrijk om pesten te voorkomen of binnen de perken te houden door het afspreken van regels voor de kinderen. De trainer/elftalbegeleider heeft hierbij een voorbeeldfunctie.

Signalen van pesterijen

Hieronder volgen enkele veel voorkomende pesterijen die pesters met hun slachtoffers uithalen:

- Volstrekt doodzwijgen;
- Isoleren;
- Psychisch en/of fysieke mishandeling;
- Slaan of schoppen;
- Voortdurend zogenaamd leuke opmerkingen maken over een teamgenoot;
- Bezittingen afpakken of stukmaken;
- Jennen;
- Het slachtoffer voortdurend de schuld van iets geven;
- Opmerkingen maken over kleding of uiterlijk;
- E-mails of sms-berichten (sociale media) met een bedreigende of beledigende inhoud versturen;
- Beledigde afbeeldingen van het slachtoffer digitaal verspreiden of op het internet plaatsen;
- Altijd een bijnaam noemen, nooit bij de eigen naam noemen.

Deze lijst kan natuurlijk uitgebreid worden. Je kunt het niet zo gek bedenken of kinderen hebben het bedacht.

Trainers en elftalbegeleiders moeten daarom alert zijn en blijven op de manier waarop kinderen met elkaar omgaan en duidelijk stelling nemen wanneer bepaalde gedragingen hun norm overschrijden.

Uitgangspunten

1. Als pesten en pestgedrag plaatsvindt, ervaren we dat als een probleem voor VC Vlissingen zowel voor de trainer/begeleider als de ouders, de kinderen, de gepeste kinderen, de pesters en de “zwijgende” groep kinderen.
2. VC Vlissingen heeft een inspanningsverplichting om pestgedrag te voorkomen en aan te pakken door het scheppen van een veilig klimaat waarbinnen pesten als ongewenst gedrag wordt ervaren en in het geheel niet wordt geaccepteerd.
3. Trainer en begeleiders moeten tijdig inzien en alert zijn op pestgedrag in algemene zin. Indien pestgedrag optreedt, moeten zij duidelijk telling en actie ondernemen tegen dit gedrag.
4. Wanneer pesten, ondanks alle inspanningen weer optreedt, wordt de uitgewerkte procedure uitgevoerd.
5. De pestprotocol wordt door de Jeugdcommissie onderschreven en wordt ook met de trainer/begeleiders besproken en ter inzage aangeboden.

Protocol

Maatregelen en procedure:

Preventieve maatregelen:

De trainer/begeleider bespreekt met de jeugdspelers de algemene afspraken en regels in het team aan het begin van het voetbalseizoen. Het onderling plagen en pesten wordt hier benoemd en de regels van het pestprotocol worden expliciet besproken.

Strafmaatregelen:

Indien er sprake is van herhaald pestgedrag worden de ouders van de pester in het bijzijn van de pester op de hoogte gesteld van de ongewenste gebeurtenissen in een gesprek in het clubgebouw. Hierbij is ook een lid van de Jeugdcommissie aanwezig. Aan het eind van dit oudergesprek worden de afspraken met de pester uitdrukkelijk doorgesproken en ook vastgelegd. Ook de op te leggen sancties bij overtreding van de afspraken worden daarbij vermeld. Gedacht kan worden aan het vaker op **reserve bank zitten**. Indien het pestgedrag van de pester niet aanzienlijk verbetert, en/of de ouders van het kind werken onvoldoende mee om het probleem ook aan te pakken kan de Jeugdcommissie overgaan tot uitsluiting van een aantal wedstrijden (**schorsing**). Uiteindelijk kan de pestende speler ook **geroyeerd** worden van de club.

De concrete invulling als handvat van het pestprotocol:

Formulieren en procedures leiden op zichzelf niet tot het verdwijnen van ongewenst gedrag. Wel is het belangrijk om in zaken als pestgedrag duidelijk te monitoren hoe het verloop van een casus wordt behandeld want er is veel tijd mee gemoeid en er zijn ook vele betrokkenen.

Onderstaande tekst geeft concrete invullingen en handreikingen.

De trainer/begeleider heeft een zeer belangrijke rol. Hij/zij zal helder en duidelijk moeten maken dat dit ongewenste gedrag volstrekt niet geaccepteerd wordt. De trainer/begeleider biedt in eerste instantie de gepeste speler in bescherming, spreekt zwaar en ernstig met de pester en zijn ouders en richt zich vervolgens op de zwijgende middengroep en de meelopers.

Sancties

Als het pesten doorgaat volgen maatregelen in oplopende zwaarte om de pester te dwingen van het pesten af te zien. De straf is opgebouwd uit 4 stappen:

Stap 1:

- Blijven tot alle teamgenoten naar huis vertrokken zijn;
- Door gesprek; bewustwording voor wat hij/zij met het gepeste kind uithaalt;
- Afspraken maken met de pester over gedragsveranderingen –de naleving van deze afspraken komt aan het einde van iedere week (voor een periode) in een kort gesprek aan de orde;
- Opbouwen dossier;
- Ouders inlichten.

Stap 2:

De ouders nadrukkelijker bij de oplossing betrekken. De vereniging heeft een dossier bijgehouden van de acties die hebben plaatsgevonden. Dit dossier is uitgangspunt voor het gesprek.

- In overleg met de pester eventueel in een ander team plaatsen (let op leeftijd).
- Twee trainingen niet aanwezig zijn.
- Starten op de reserve bank.

Stap 3:

Bij aanhoudend pestgedrag de pester 3 maanden schorsen (schriftelijk bevestiging).

Stap 4:

In extreme gevallen de pester royeren (schriftelijk bevestiging).

Belangrijke stelregels

- Regel 1: Het inschakelen van de trainer/begeleider moet niet opgevat worden als klikken.
Als je ruzie hebt of je wordt gepest en je komt er zelf niet uit dan mag je de hulp van de trainer/begeleider vragen.
- Regel 2: Een medespeler/speelsters heeft ook de verantwoordelijkheid om het pestprobleem aan te kaarten bij de trainer/begeleider. Alle kinderen zijn immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.
- Regel 3: Samenwerking zonder bemoeienissen:
- Het is niet de bedoeling dat ouders zelf problemen gaan oplossen, die zich binnen de vereniging afspelen tussen kinderen. Van ouders wordt wel verwacht dat ze signalen doorgeven.
 - Bij problemen van pesten zullen trainers/begeleiders hun verantwoordelijkheid moeten nemen en overleg moeten voeren met ouders, indien nodig. De inbreng van de ouders blijft niet beperkt tot het aanreiken van informatie, of het geven van suggesties maar tot het ondersteunen van de aanpak binnen de vereniging.
- Regel 4: Regels die gelden voor alle jeugdelftallen:
- We vertrouwen elkaar;
 - We helpen elkaar;
 - Je speelt niet de baas;
 - We lachen elkaar niet uit;
 - Je bent niet zielig;
 - Kom niet aan een ander als de ander dat niet wil;
 - We noemen elkaar bij voornaam en gebruiken geen bijnamen;
 - Wordt je gepest praat er thuis of binnen de vereniging over, je moet het niet geheim houden;
 - Wees zuinig op andermans spullen;
 - Doe niets bij een ander, wat je zelf ook niet prettig zou vinden;

Deze regels gelden binnen de vereniging en ook daarbuiten.

Aanpak van het pestgedrag

Wanneer kinderen elkaar pesten proberen zij en wij:

- Stap 1: Er eerst zelf (en samen) uit te komen;
- Stap 2: Op het moment dat een van de kinderen er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zonderbok wordt) heeft deze het **recht en de plicht** het probleem aan de trainer/begeleider te melden;
- Stap 3: de trainer/begeleider brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderinggesprek en probeert samen met hen de pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken.
- Stap 4: Bij herhaling van pesterijen tussen dezelfde kinderen volgt een gesprek met ouders.

Vijfsporenaanpak

De trainer/begeleider biedt altijd hulp aan de gepeste en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders en/of Jeugdcommissie.

Steun bieden aan de speler/speelster die gepest wordt:

- Er achter proberen te komen of en hoe erg de speler/speelster gepest wordt en haar/zijn probleem serieus nemen;
- Met haar/hem overleggen over mogelijke oplossingen;
- Haar/hem steunen bij het werken aan oplossingen;
- Medeleven tonen en luisteren en vragen; hoe en door wie wordt er gepest;
- Nagaan hoe de speler/speelster zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten.
- Huilen of boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken;
De speler/speelster in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren;
- Zoeken en oefenen van een andere reactie; bijvoorbeeld je niet afzonderen;
- Nagaan welke oplossing de speler/speelster zelf wil;
- Sterke kanten van de speler/speelster benadrukken;
- Praten met de ouders van de gepeste speler/speelster;
- Zo nodig zorgen dat de speler/speelster deskundige hulp krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining.

Steun bieden aan de speler/speelster die zelf pest:

- Met haar/hem bespreken wat pesten voor een ander betekent;
- Met haar/hem bespreken hoe het pestgedrag is om te bouwen naar het onderhouden van positieve relaties met anderen.
- Praten; zoeken naar de reden van het ruzie maken/pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen, zelf problemen hebben);
- Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste;
- Excuses aan laten bieden na een driegesprek met de betrokkenen;
- Laten inzien welke sterke (leuke) kanten de pester heeft en ook die kanten van de gepeste speler/speelster noemen;
- Contact tussen ouders en vereniging; elkaar informeren en overleggen;
- Inleven in de speler/speelster: wat is de oorzaak van het pesten?

De middengroep betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem:

- Met deze spelers/speelsters praten over pesten en over hun eigen rol daarbij;

- Met hen overleggen over mogelijke oplossingen en over wat ze zelf kunnen bijdragen aan die oplossingen;
- Samen werken aan oplossingen, waarbij de spelers/speelsters zelf een actieve rol spelen.

De vereniging steunt de aanpak van het pesten:

- Het hoofdbestuur, Jeugdcommissie, trainers en elftalbegeleiders geven informatie over pesten als algemeen verschijnsel en over het aanpakken van pesten binnen eigen elftal en vereniging;
- Werken aan het tot stand brengen van een algemeen beleid van de vereniging rond veiligheid en pesten waar de vereniging bij betrokken is.

De ouders ondersteunen:

- Ouders die zich zorgen maken over pesten, serieus nemen;
- Informatie en advies geven over pesten en de manieren waarop pesten kan worden aangepakt;
- In samenwerking tussen de vereniging en ouders het pestprobleem aanpakken;
- Adviezen aan de ouders van onze jeugdleden.

Tips voor ouders

Ouders van gepeste spelers/speelsters:

- Houd de communicatie met uw kind open, blijft in gesprek met uw kind;
- Als pesten niet binnen de vereniging gebeurt, maar op straat, probeert u contact te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken. Schakel eventueel bij het gesprek de vereniging (trainer/begeleider/Jeugdcommissie) in;
- Pesten binnen de vereniging kunt u het beste direct met de trainer/begeleider bespreken;
- Als je er van je kind niet over mag praten, blijf je kind steunen, maar probeer hem/haar er toch van te overtuigen dat de vereniging het kan aanpakken (schorsen en eventueel royeren);
- Bespreek de aanpak van de vereniging, zodat uw kind zich niet “verraden” voelt;
- Door positieve stimulering en zogenaamde schouderklopjes kan het zelfrespect vergroot worden of weer terug komen;
- Als het pesten langer heeft geduurd, praat u het beste met de trainer/begeleider;
- Laat uw kind op schrijven wat er is gebeurd en vraag of je dat mag lezen en praat erover;
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan het pesten komt;
- Accepteer de situatie niet. Als de trainer/begeleider niet meewerkt, schakel dan de Jeugdcommissie in om de ongezonde situatie een einde te maken.

Ouders van pester:

- Neem het probleem van uw kind serieus;
- Raak niet in paniek; elk kind loopt kans pester te worden;
- Probeer achter de mogelijke oorzaak te komen;
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet;
- Besteed extra aandacht aan uw kind;
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goede gedrag van uw kind;
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de beslissing van de vereniging staat;

Alle andere ouders:

- Neem de ouders van het gepeste kind serieus;
- Stimuleer uw kind om op een goede manier met andere kinderen om te gaan;
- Corrigeer uw kind bij ongewenst gedrag en benoem goed gedrag;

- Geef zelf het goede voorbeeld;
- Leer uw kind voor anderen op te komen;
- Leer uw kind voor zichzelf op te komen.