



Vooraf

Pesten kan worden gemeld via de meldknop op onze website [hier](#).

Deze melding gaat direct naar de antipestcoördinator van de school (Ingrid Denis)

Inleiding

Op het Adelbert College werken we vanuit de overtuiging dat de ontwikkeling die leerlingen doormaken meer is dan het behalen van een diploma. Onze leerlingen leiden wij op tot zelfbewuste en nieuwsgierige volwassenen die met vertrouwen verschil maken in de maatschappij. Onze kernwaarden verbinding, vertrouwen en verantwoordelijkheid vormen daarin onze leidraad. Op het Adelbert willen we dat ons pedagogisch handelen ertoe leidt dat leerlingen leren:

- verantwoordelijkheid te nemen voor zichzelf en de ander
- vertrouwen hebben in zichzelf en elkaar
- dat ze er mogen zijn en voelen dat ze gezien worden
- dat het uitmaakt wat ze doen
- relaties te onderhouden en te verbinden
- dat ze fouten mogen maken – en dat herstellen belangrijk is

Vanuit een veilige basis stimuleren wij onze leerlingen hun talenten te ontwikkelen. Wij leren ze vertrouwen te hebben in zichzelf en hun mogelijkheden om van betekenis te zijn voor elkaar en de wereld waarin ze leven. Onze identiteit uit zich in de respectvolle omgang met elkaars verschillen, zorg hebben voor elkaar en onze omgeving. Vanuit die basis leren onze leerlingen keuzes maken en verantwoordelijkheid nemen, waarbij zij ook kritisch naar zichzelf en hun omgeving zijn. Docenten, mentoren, afdelingsleiders, ondersteunend personeel en de schoolleiding dragen hier actief aan bij.

Pesten betekent dat iemands grenzen worden overschreden en past daarom niet binnen de identiteit van onze school. Het Adelbert College hanteert duidelijke richtlijnen om pesten te voorkomen en beschikt over een helder stappenplan voor wanneer pesten wordt gesignaleerd.

Daarnaast handelt de school in lijn met de zogenoemde “Anti-pestwet”(augustus 2015), die scholen verplicht om een sociaal veilige leeromgeving te waarborgen, met specifieke aandacht voor het voorkomen en bestrijden van pesten tussen leerlingen

Met dit anti-pestprotocol wil het Adelbertcollege aangeven:

- Wat het beleid van de school is ten aanzien van pesten;
- Wat wordt er verstaan onder pesten;
- Hoe kan pesten worden voorkomen, en
- Wat is de aanpak van de school als er sprake is van pesten. Het antipestprotocol is geschreven voor leerlingen, ouders en medewerkers van de school.

Het hoofddoel van het antipestprotocol is om helderheid te geven over ieders rol en verantwoordelijkheid bij het voorkomen en bestrijden van pesten. Het protocol heeft daarnaast een informatieve en verwijzende functie.

Dit protocol is gebaseerd op het pestprotocol van onze school uit 2012. Net als in dat eerdere document vormt de 'vijfsporenaanpak' het uitgangspunt. Deze aanpak gaat ervan uit dat bij pestincidenten vijf verschillende betrokken partijen een rol spelen. Van ieder van hen wordt verwacht dat zij hun verantwoordelijkheid nemen bij het oplossen van het incident.

Wat is pesten?

Plagen mag, pesten niet. Wanneer is iets nog plagen en wanneer wordt het pesten?

Plagen

Bij plagen is er sprake van incidenten. Plagen gebeurt vaak spontaan, het duurt niet lang en het is onregelmatig. Bij plagen zijn de leerlingen gelijk aan elkaar; er is geen onderlinge machtsverhouding. De rollen liggen niet vast: de ene keer plaagt de een, de andere keer plaagt de ander. Plagen gebeurt zonder kwade bijbedoelingen en is daarom leuk, plezierig en grappig. Bij plagen loopt de geplaagde geen blijvende psychische en/of fysieke schade op en is in staat zich te verweren. Het gaat hier echter om een subjectief criterium; het is degene die geplaagd wordt en niet de plager die bepaald of er in een specifiek geval sprake is van plagen of pesten.

Pesten

Pesten is een stelselmatige vorm van agressie waarbij één persoon probeert of meerdere personen proberen een andere persoon fysiek, verbaal of psychisch schade toe te brengen. Bij pesten is de macht ongelijk verdeeld. Het pestgedrag is altijd ongewenst. Relatief nieuwe manieren van pesten zijn het digitaal en het mobiel pesten(cyberpesten).

Pesten is een ernstig probleem. Hoe langer het pesten voortduurt, des te ernstiger de gevolgen kunnen zijn die het slachtoffer ervan ondervindt. De gepeste leerling kan er zijn hele leven psychische schade van ondervinden. Het kan zo zijn dat een pester niet in de gaten heeft dat de ander zijn gedrag als pesten ervaart en het ook komt het voor dat gedrag wat niet als pesten is begonnen toch uitmondt in pesten.

(Enkele) voorbeelden van pestgedrag;

- Uitslachten, grapjes maken ten koste van een ander.

- Iemand buitensluiten; niet toelaten in de groep of verstoten uit de groep.
- Iemand onzeker maken.
- Iemand belachelijk maken.
- Iemand kleineren of pijn doen (psychisch of fysiek).
- De eigendommen van iemand vernielen.
- Iemand in het nauw drijven en laten merken dat verweer niet mogelijk is.

Pestgedrag kan bewust en onbewust plaatsvinden, in het laatste geval zal er een bewustwordingsproces bij de pester dienen plaats te vinden. Echt pestgedrag stopt nooit vanzelf. Mocht er sprake zijn van pesten, dan is het belangrijk dat niemand zich aan zijn/haar verantwoordelijkheid onttrekt; school, de pester, het slachtoffer, de omstanders/klasgenoten, iedereen heeft een eigen taak. Onze school probeert een belangrijke rol te spelen bij het vroegtijdig signaleren en hulp bieden bij pestincidenten, waarbij het streven is de onderlinge verhoudingen te herstellen en te normaliseren.

Preventieve aanpak

Een klimaat waarin gepest wordt, tast iedereen aan. In een klas waarin gepest wordt, kunnen alle leerlingen slachtoffer worden. Het Adelbert college ziet dus pesten als een serieus probleem dat niet getolereerd wordt en altijd wordt aangepakt. De school hanteert een preventieve aanpak, waarbij o.a. de volgende duidelijke gedragsregels centraal staan.

- **Wij hebben respect voor elkaar en elkaars verschillen;**
- **Wij zorgen gezamenlijk voor een goede sfeer;**
- **Wij zijn aanspreekbaar op ons gedrag en spreken een ander aan als dat nodig is.**
- **Wij komen afspraken na**
- **Het personeel van het Adelbert college heeft, samen met leerlingen en ouders een taak in het tegengaan van pesten.**

Pesten komt het meest voor in het eerste en tweede leerjaar, daarna neemt het probleem af. Vandaar dat het zwaartepunt van de aanpak ligt bij deze twee leerjaren.

De mentoren van de eerste twee leerjaren geven op de eerste ouderavond van het jaar aan de ouders achtergrondinformatie over pesten en betrekken hen bij de afspraken en de naleving van de hierboven genoemde gedragsregels. Zij wijzen ouders expliciet op het pestprotocol en informeren ouders hoe zij kunnen handelen wanneer hun kind gepest wordt, andere kinderen pest of behoort tot de ´zwijgende´ middengroep. Mentoren leveren ouders ook individuele adviezen. Indien nodig kunnen zij metingen verrichten via vragenlijsten.

Er wordt op school op vele manieren aandacht besteed aan het sociale klimaat in de klas. In de lessen wordt er gewerkt aan een veilige en positieve sfeer, waarin pesten geen kans kan krijgen. Gelijk aan het begin van het schooljaar wordt het onderwerp pesten door de mentor in de les behandeld. Zo wordt er met de leerlingen besproken dat het

melden van pestgedrag belangrijk is. Een dergelijke melding zal niet worden gezien als klikken, maar als hulp bieden of vragen. Daarnaast wordt er, zeker in het begin en later indien nodig opnieuw, tijdens de mentorlessen, door middel van verschillende werkvormen en manieren gewerkt aan het verstevigen en versterken van de sociale omgang tussen de leerlingen.

Er wordt door de school meegedaan aan de “Week tegen pesten”. Door mee te doen aan deze week wordt er gelijk in het begin van het schooljaar een basis gelegd voor een prettig en veilig schoolklimaat. Op onze school gebeurt dat doordat er de gehele week naast speciale mentorlessen waarin het onderwerp pesten centraal staat, dagelijkse bij onderwerp zal worden stilgestaan.

In de brugklassen wordt jaarlijks een gastles of voorlichting verzorgd over pesten, de gevolgen daarvan en de mogelijke rol van externe instanties. Tijdens deze lessen is er specifieke aandacht voor cyberpesten, een vorm van pesten die naast traditioneel pesten steeds vaker voorkomt. Deze voorlichting vergroot het bewustzijn van leerlingen en biedt inzicht in de consequenties van pestgedrag, zowel voor de pester als voor degene die wordt gepest

In de tweede klassen wordt de voorstelling Like over onlinepesten op school gegeven. Het doel van Like is dat de leerlingen na afloop meer kennis hebben over het thema pesten, zich meer bewust zijn van hun houding tegenover pesten, van groepsdruk weten en weten wat zichzelf zouden kunnen of moeten doen in lastige situaties.

In alle klassen wordt jaarlijks de sociale veiligheid en het schoolklimaat gemonitord als onderdeel van de vragenlijst tevredenheid leerlingen.

Mocht pesten ondanks al deze maatregelen toch nog voorkomen dan verwachten we dat leerlingen, docenten en overige medewerkers dit signaleren en adequate actie ondernemen. Waarbij wordt uitgegaan van de hieronder genoemde vijfsporenaanpak.

DE VIJFSPORENAANPAK

De 'vijfsporenaanpak' bestaat uit aandacht voor de rol van de vijf betrokken partijen: de gepeste leerling, de pester, de omstanders (rest van de groep), de docenten en overige medewerkers en de ouders.

Spoor 1. De algemene verantwoordelijkheid van de school:

1. De school zorgt ervoor dat mentoren, docenten en het onderwijsondersteunend personeel voldoende informatie hebben over pesten in het algemeen en de aanpak van pesten.
2. De school neemt stelling tegen pesten.

Spoor 2. Aandacht voor de leerling die gepest wordt:

1. Goed naar de leerling luisteren en zijn probleem serieus nemen.
2. Met de leerling overleggen over mogelijke oplossingen en samen met de leerling bepalen wat de leerling nodig heeft.
3. Samen met de leerling werken aan oplossingen.
4. Zo nodig zorgen dat de leerling deskundige ondersteuning krijgt, bijvoorbeeld een sociale vaardigheidstraining om weerbaarder te worden (verwijzing via het schoolzorgteam).
5. Zorgen voor follow-up gesprekken.

Spoor 3. Aandacht voor de leerling die pestgedrag vertoont:

Het confronteren van de leerling met zijn/haar gedrag en de gevolgen hiervan niet alleen voor hem/haar, maar ook wat voor gevoel het bij het slachtoffer oproept.

1. De leerling helpen om op een positieve manier relaties te onderhouden met andere leerlingen. Door o.a. de leerling te helpen (herinneren) zich aan regels en afspraken te houden. Duidelijkheid geven door grenzen te stellen en daar consequenties aan verbinden.
2. Zorgen dat de leerling zich veilig voelt: uitleggen wat de leerkracht gaat doen om het pesten te stoppen.
3. Zorgen voor follow-up gesprekken. Eventueel verwijzen. Denk bij de pester bijvoorbeeld aan een sociale vaardigheidstraining of een cursus omgaan met agressie.

Spoor 4. Medeleerlingen betrekken bij de oplossingen van het pestprobleem:

1. De mentor betreft de klas bij het probleem. De mentor bespreekt met de klas het pesten en benoemt de rol van de leerlingen hierin.
2. Met de leerlingen overleggen over eventuele oplossingen en over wat ze zelf zouden kunnen bijdragen aan een verbetering van de situatie.
3. De mentor gaat samen met de leerlingen werken aan oplossingen, waarbij de leerlingen zelf een actieve rol spelen.
4. De mentor komt altijd terug op de gesprekken.

Spoor 5. Aandacht aan de ouders van de gepeste en van de pestende leerling:

1. Ouders die zich zorgen maken over pesten worden altijd serieus genomen.
2. De school werkt samen met de ouders om het pesten aan te pakken.
3. De school geeft adviezen aan de ouders over het omgaan met hun gepeste of pestende kind. De school verwijst de ouders zo nodig naar deskundige hulpverleners.
4. De school kan ouders adviseren aangifte te doen wanneer de leerling lichamelijke letsel heeft of als er materiële - of immateriële schade is toegebracht.

De ouders van leerlingen 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. Zij hebben in zoverre gelijk dat het pesten inderdaad moet ophouden. Echter een gepest kind wil zich niet alleen veilig voelen op school, het wil ook geaccepteerd worden. Het verlangt ernaar om zich prettig en zelfverzekerder te voelen. Daar kan begeleiding of een sociale vaardigheids- of weerbaarheidstraining aan bijdragen.

Het stappenplan na een melding van pesten

A. De mentor

1. Wanneer het pesten plaatsvindt in klassenverband, praat de mentor eerst met de gepeste leerling en later met de pestende leerling apart.
2. In het contact met de pestende leerling is het doel drieledig, namelijk: a. confronteren b. mogelijke achterliggende problematiek op tafel krijgen c. helderheid geven over het vervolgtraject bij herhaling van pesten.
3. In het contact met de gepeste leerling wordt gekeken of hij bepaald gedrag vertoont waardoor hij een gemakkelijk doelwit vormt voor pestende leerlingen.
4. De mentor bespreekt direct het vervolgtraject indien het pesten zich zou herhalen. Hij documenteert het gesprek en het afgesproken vervolgtraject.
5. De mentor praat met de klas. Dit is belangrijk in verband met het herstellen van de groepssfeer en om te benadrukken welke verantwoordelijkheid ieder groepslid heeft.
6. Indien het probleem escaleert, meldt de mentor het gedrag aan de afdelingsleider van de leerling(en).
7. Indien het probleem escaleert, worden de ouders/verzorgers (weer) op de hoogte gesteld en zo nodig betrokken bij het vinden van een oplossing.
8. De mentor is eerstverantwoordelijk voor de begeleiding van de leerling, maar staat hier niet alleen in. Indien nodig schakelt de mentor, in overleg met de afdelingsleider, de antipestcoördinator, de ondersteuningscoördinator en andere interne deskundigen binnen de school in. Gezamenlijk wordt beoordeeld welke ondersteuning passend is. Dit kan leiden tot gerichte interventies binnen de school of, indien noodzakelijk, tot een (externe) doorverwijzing. De verantwoordelijkheden worden hierbij afgestemd, waarbij de mentor het eerste aanspreekpunt blijft voor de leerling en de ouder

B. De vakdocenten en andere personeelsleden

1. Vakdocenten zorgen ervoor dat in de lessen en bij activiteiten een veilige sfeer is, leerlingen respectvol met elkaar omgaan en zich aan de schoolregels houden. Ook buiten het leslokaal. De docent spreekt leerlingen aan en corrigeert altijd als dat nodig is.
2. Alle personeelsleden zien er samen op toe dat in de school en bij activiteiten een veilige sfeer is, leerlingen respectvol met elkaar omgaan en zich aan de schoolregels houden.
3. Met betrekking tot pesten hebben vakdocenten ook een signalerende rol. Dat geldt ook voor medeleerlingen. Als zij pesten waarnemen of redenen hebben om pesten te

vermoeden, wordt er van hen verwacht dat zij hierop adequaat reageren en het voorval melden bij de mentor.

C. De antipestcoördinator (APC)

De antipestcoördinator heeft de volgende taken:

1. Geeft advies aan de mentor om pesten te stoppen.
2. Draagt zorg voor een systematische en structurele aanpak van pesten.
3. Informeert medewerkers periodiek over het werken aan een positief klimaat (in samenwerking met andere teams).
4. Stelt werkvormen en lesprogramma voor.
5. Stemt af met de schoolleiding in het coördineren van het beleid in het kader van pesten
6. Registreert grove pesterijen. Grove pesterijen worden opgenomen in het register van incidenten zoals omschreven in de wet op het voortgezet onderwijs artikel 3.40 WVO (voorheen art. 3b, 2015) register van incidenten.

D. De afdelingsleider

1. De afdelingsleider ziet toe op een pedagogisch klimaat in de school en in het bijzonder binnen zijn afdeling. De afdelingsleider kan de mentor ondersteunen en zo nodig ingrijpen bij escalatie van het pestgedrag en wanneer het pesten het klassenverband overstijgt.
2. Wanneer ouders ontevreden zijn omdat (een medewerker van) de school weigert het probleem aan te pakken of de aanpak ineffectief of onjuist is, dan kunnen de ouders contact opnemen met de mentor of afdelingsleider.

E. Directie

De directie ziet erop toe dat dat de school prettig en veilig is. Wanneer naar oordeel van de directie een situatie ontstaat waarin lesgeven in een veilige setting niet meer gaat, en de maatregelen die de afdelingsleider heeft ingezet niet afdoende effect sorteren, grijpt de directie in. Daarbij houdt de directie rekening met het belang van de desbetreffende leerling, werkzame omstandigheden, (het algemene gevoel voor) veiligheid van leerlingen en medewerkers en juridische implicaties.

Mogelijke ingrepen van de directie:

- Een formele (orde)maatregel zoals schorsen en berispen;
- Verwijdering;
- Inschakelen en melden bij de (vertrouwens-)inspecteur;
- Aangifte bij politie.

Klachtenregeling en vertrouwenspersonen

- Mochten na het doorlopen van het stappenplan het pestincident niet naar tevredenheid zijn opgelost, dan kan men op grond van de [Interne Klachtenregeling](#) een klacht indienen.
- Voor melding van ongewenst gedrag kunnen leerlingen, ouders en personeel terecht bij het [vertrouwensteam](#).

- Mocht er behoefte zijn aan een externe vertrouwenspersoon dan kan men terecht bij mw. A. Groen-Vendrig (evp@cedgroep.nl, CED: 010-4071993).

Digitaal pesten of cyberpesten

Ook bij cyberpesten is het hierboven beschreven stappenplan van toepassing.

Digitaal pesten ook wel cyberpesten genoemd is een vorm van pesten waarbij het pesten gebeurt via internet, sociale media en mobiele telefoon. Voorbeelden van digitaal pesten zijn het verspreiden van gênante foto's of filmpjes, het aanmaken van een nepprofiel en het versturen van bedreigende berichtjes. Digitaal pesten is extra vervelend, om de volgende redenen:

- De pester kan anoniem blijven (en durft daardoor verder te gaan).
- Het pesten kan 24 uur per dag plaatsvinden (waardoor degene die gepest wordt zich geen moment van de dag veilig voelt).
- Met één druk op de knop kan een groot publiek bereikt worden.
- Het pesten kan lang voortduren, doordat het gedeelde materiaal op internet blijft staan.
- Het blijft vaker verborgen voor volwassenen.

Wat offline niet mag, mag online ook niet! Vandaar dat het hetzelfde stappenplan ook van toepassing is bij cyberpesten.

Cyberpesten wordt ook niet apart genoemd in het wetboek van strafrecht.

- Mocht pesten echter zover gaan dat er sprake is van een strafbaar feit dan kunnen de volgende artikelen van toepassing zijn: Belediging (art.266 en 271 SR), Belaging (stalking, art 285bSR), Bedreiging (art 285 Sr), Discriminatie (art 137d SR), Hacken (art 138ab Sr), Oplichting (art 326 Sr), Identiteitsmisbruik (art. 225,231,232 en326 Sr) en Laster/Smaad (art 261, 262, en 268),
- Sexting, valt onder art 240b, het wetsartikel dat productie, bezit en verspreiding en bekijken kinderporno strafbaar stelt. Jongeren zullen echter niet snel op basis van dit wetsartikel vervolgd worden. Bij strafrechtelijke vervolging voor het verspreiden van een klasgenoot zal er eerder worden vervolgd op basis van belediging, laster of smaad.

NB. Om naaktfoto's en pestaccounts snel verwijderd te krijgen van Instagram, facebook, Twitter en Youtube, is het handig het te melden bij www.meldknop.nl. Zij kunnen snel handelen en worden ondersteund door de politie.

Meer informatie over het onderwerp pesten vindt u bij:

- <https://www.schoolenveiligheid.nl/thema/pesten-in-het-voortgezet-onderwijs/#information>
- <https://www.schoolenveiligheid.nl/kennisbank/het-anti-pestprotocol-op-school/>
- <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/veilig-leren-en-werken-in-het-onderwijs/vraagen-antwoord/aanpak-pesten-school>;
- <https://www.stoppesten.nl/kenniscentrum-pesten-ouders-en-opvoeders>
- <https://www.nji.nl/kennis/pesten/informatie-voor-ouders-en-kinderen>

- <https://oudersenonderwijs.nl/kennisbank/pesten-en-sociale-veiligheid/stop-pesten-tips-voor-ouders/>

Bijlage digitaal pesten

Tips voor leerlingen bij Digitaal Pesten

Wat kun je doen om digitaal pesten te voorkomen?

- Bedenk dat niet alles waar is wat je op Internet tegenkomt.
- Gebruik een apart e-mailadres om jezelf te registreren op websites.
- Kies een emailadres dat niet je eigen voor- en achternaam volledig weergeeft.
- Gebruik altijd een bijnaam als je chat.
- Zorg dat je je wachtwoorden niet doorgeeft aan anderen en dat ze niet gemakkelijk te raden zijn. Als anderen wel binnen zijn gekomen, neem dan contact op met de beheerder van de site.
- Als je een vervelend gevoel hebt over iets wat je hebt gezien of meegemaakt, vertel het dan aan iemand die je vertrouwt.
- Blijf respectvol naar anderen, scheld niet terug.
- Ga weg uit de chatroom als er iets vervelends gebeurt.
- Verwijder onbekenden uit je contactenlijst.
- Bel of mail niet zomaar met personen die je alleen van Internet kent, spreek niet met ze af zonder dat je ouders het weten.
- Verstuur en verspreid geen flauwe grappen, dreigmail of haatmail.
- Geef geen persoonlijke informatie aan mensen die je alleen van chatten kent. Let vooral op bij foto's van jezelf. Als je een foto op Internet zet, kan deze gemakkelijk gekopieerd en op andere websites geplaatst worden. Zo kunnen foto's jarenlang terug te vinden zijn. Foto's kunnen ook bewerkt worden(!).
- Wees voorzichtig met het gebruik van je webcam. Jouw beelden kunnen worden opgeslagen en gebruikt worden om ze aan anderen personen te laten zien of voor doeleinden die jij niet wilt.
- Niet persoonlijk opvatten als het van mensen komt die je niet kent. De anonimiteit van Internet maakt dat mensen makkelijk gaan schelden.
- Reageer niet op pestmails of andere digitale pesterijen.
- Blokkeer onbekende afzenders op je telefoon.
- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op. Van het IP-adres van een e-mail kan vaak worden afgeleid van welke computer de e-mail is verzonden. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail aan kan nemen. Men heeft daar ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie de mail heeft verstuurd.
- Ga naar je mentor, afdelingsleider of een van de vertrouwenspersonen toe op school. Deze zullen je verder helpen om te zorgen dat het pestgedrag stopt.
- Stalking is het keer op keer lastigvallen van een persoon, door die persoon te achtervolgen, steeds op hinderlijke wijze contact op te nemen en soms ook te bedreigen. Bij stalking kun je aangifte doen bij de politie want het is strafbaar.

Tips voor ouders bij digitaal pesten

Toon interesse. Verplaats u in de belevingswereld van uw kinderen op Internet. U gaat online, uw kind is online. Internet kan spannend en gevaarlijk zijn, maar ook heel leuk. Bezoek daarom af en toe jongerensites en ontdek waarom uw kind internet leuk vinden. Praat daarover met uw kind en zorg ervoor dat ook de negatieve kanten van het internet bespreekbaar zijn. Mochten er problemen zijn met het surfgedrag (seks- of gewelddadige sites) of mochten er vervelende ervaringen ontstaan tijdens bijvoorbeeld e-mailcontact, of andersoortige problemen, dan weet uw kind dat hij/zij er met u over kan praten. Maar liefst een op de tien leerlingen wordt digitaal gepest. Blijf rustig als het uw kind overkomt. Geef aan dat u het knap vindt dat uw kind u in vertrouwen neemt. Bied vooral steun en onderneem niet meteen actie. Praat, en neem uw kind serieus. Bespreek samen wat de mogelijkheden zijn. Kom pas in actie als uw kind dat ook een goed idee vindt. Wel heel belangrijk: **Maak internetafspraken met uw kind.** (2)

Wat kunt u doen tegen digitaal pesten?

- Reageer niet op de bewuste berichtjes, foto's of filmpjes.
- Maak screenshots (als bewijsmateriaal).
- Blokkeer pesters.
- Benader beheerders (van bijvoorbeeld sociale media) met de vraag het gedeelde materiaal van internet te verwijderen.
- Ontneem internet of mobiele telefoon niet (dan straft u uw gepeste kind).
- Kijk waar de mail vandaan komt. Soms is de dader van pestmail, hacking, stalking e.d. op te sporen via het e-mailadres. Ook schrijfstijl en andere aanwijzingen kunnen leiden tot het vinden van de dader.
- Bewaar de bewijzen. Maak een print of sla ze op. Van het IP-adres van een email kan vaak worden afgeleid van welke computer de email is verzonden. Een provider heeft vaak een helpdesk die klachten over nare mail aan kan nemen. Men heeft daar ook de technische mogelijkheden om na te gaan wie de mail heeft verstuurd. • Reageer nooit op pestmails e.d. Blokkeer indien mogelijk de afzender.
- Breng de mentor en daardoor school op de hoogte als uw kind hinder ondervindt van digitaal pesten.
- Doe in geval van digitaal pesten zo nodig aangifte of een melding bij de politie.

Bijna de helft van de leerlingen gelooft niet dat volwassenen digitaal pesten kunnen stoppen. Volwassenen zijn vaak minder vaardig in het gebruik van internet, sociale media en mobiele telefoon.)

Ook kan het reeds eerdergenoemde Meldknop.nl u helpen. Via de website kunnen leerlingen zelf lezen hoe te handelen. Eventueel kan er melding van het pesten worden gemaakt. Meldknop.nl is een initiatief van Veilig internetten en wordt ondersteund door de politie.