

Pestprotocol

Pesten, hoe ga je er mee om?

Pesten komt helaas op iedere sportvereniging voor, zo ook bij HV Apollo '70. Wij willen als vereniging dit probleem niet onderkennen en hebben daarom een pestprotocol opgesteld. Dit protocol zal bij alle commissies bekend zijn en door iedereen gehanteerd worden. Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden:

Voorwaarden

- Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: sporters, (gepeste kinderen, pesters en de zwigende groep), trainers/coaches en de ouders/verzorgers (hierna genoemd: ouders);
- HV Apollo '70 moet proberen pestproblemen te voorkomen. Los van het feit of pesten wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld;
- Als pesten optreedt, moeten trainers/coaches (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen;
- Wanneer pesten ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet HV Apollo '70 beschikken over een directe aanpak;
- Wanneer het probleem niet op de juiste wijze wordt aangepakt of de aanpak niet het gewenste resultaat oplevert dan is de inschakeling van een vertrouwenspersoon nodig. De vertrouwenspersoon kan het probleem onderzoeken, deskundigen raadplegen en het bevoegd gezag adviseren;
- HV Apollo '70 heeft een vertrouwenspersoon aangesteld in de jeugdcommissie, te weten: Wim Wenting.

Het probleem dat pesten heet!

- De piek van het pesten ligt tussen 10 en 14 jaar, maar ook in lagere en hogere groepen wordt er gepest.
- Een pestproject alleen is niet voldoende om een eind te maken aan het pestprobleem. Het is beter om het onderwerp regelmatig aan de orde te laten komen, zodat het ook preventief kan werken.

Signalen van pesterijen kunnen o.a. zijn:

- altijd een bijnaam, nooit bij de eigen naam noemen;
- zogenaamde leuke opmerkingen maken over een teamgenoot;
- een teamgenoot voortdurend ergens de schuld van geven;
- briefjes doorgeven;
- beledigen;
- opmerkingen maken over kleding;
- isoleren;
- buiten de sporthal opwachten, slaan of schoppen;
- op weg naar huis achterna rijden;
- naar het huis van het slachtoffer gaan;
- bezittingen afpakken;
- schelden of schreeuwen tegen het slachtoffer.

Hoe willen we er mee omgaan:

- Binnen HV Apollo '70 zullen we tijdens het jeugdoverleg voorkomende gevallen van pesterijen aan de orde stellen.
- Onderwerpen als veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in een groep, aanpak van ruzies etc. kunnen aan de orde komen.
- Iedere trainer/coach kan eigen onderwerpen aandragen voor een volgend jeugdoverleg.
- De begeleiders 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 HV Apollo '70.
- Een effectieve methode om pesten te stoppen of binnen de perken te houden, is het afspreken van regels voor de leden.

REGEL 1:

Een belangrijke stelregel is dat het inschakelen van de trainer/coach niet wordt opgevat als klikken. Vanaf de mini's brengen we kinderen dit al bij:

Je mag niet klikken, maar... als je wordt gepest of als je ruzie met een ander hebt en je komt je er zelf niet uit dan mag je hulp aan de trainer/coach vragen. Dit wordt niet gezien als klikken.

REGEL 2:

Een tweede stelregel is dat een teamgenoot ook de verantwoordelijkheid heeft om het pestprobleem bij de trainer/coach aan te kaarten. Alle teamspelers zijn immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.

REGEL 3:

Samenwerken zonder bemoeienissen.

HV Apollo '70 en de gezinnen halen voordeel uit een goede samenwerking en communicatie. Dit neemt niet weg dat iedere partij moet waken over haar eigen grenzen. Het is bijvoorbeeld niet de bedoeling dat ouders naar HV Apollo '70 komen om eigenhandig een probleem voor hun kind op te komen lossen. Bij problemen van pesten zal het bestuur en de trainer/coach hun verantwoordelijkheid (moeten) nemen en indien nodig overleg voeren met de ouders. De inbreng van de ouders blijft bij voorkeur beperkt tot het aanreiken van informatie, tot het geven van suggesties en tot het ondersteunen van de aanpak van HV Apollo '70.

REGELS DIE GELDEN IN ALLE LEEFTIJDGROEPEN:

1. Doe niets bij een ander kind, wat jezelf ook niet prettig zou vinden;
2. We noemen elkaar bij de voornaam en gebruiken geen scheldwoorden;
3. Als je kwaad bent ga je niet slaan, schoppen, krabben (je komt niet aan de ander). Probeer eerst samen te praten;
4. Vertel de trainer/coach wanneer jezelf of iemand anders wordt gepest. Blijf de pester doorgaan dan dit aan de trainer/coach vertellen;
5. *Kinderen die pesten zitten zelf in de nesten !*
6. Word je gepest praat er thuis ook over, je moet het niet geheim houden;
7. Uitlachen, roddelen of kinderen buitensluiten vinden we niet goed;
8. Niet aan spullen van een ander zitten;
9. Luisteren naar elkaar;
10. Iemand niet op het uiterlijk beoordelen;
11. Nieuwe kinderen willen we goed ontvangen en opvangen. Zij zijn ook welkom bij HV Apollo '70;
12. Probeer ook zelf een ruzie met praten op te lossen. Na het uitpraten kunnen we ook weer vergeven en vergeten.

Aanpak van de ruzies en pestgedrag in vier stappen:

Wanneer jeugdleden ruzie met elkaar hebben en/of 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 leden er niet uitkomt (en in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) heeft deze het recht en de plicht het probleem aan de trainer/coach voor te leggen.

STAP 3:

De trainer/coach 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 leden volgen sancties (zie bij consequenties).

STAP 4:

Bij herhaaldelijke ruzie of pestgedrag neemt de trainer/coach duidelijk stelling en houdt een bestraffend gesprek met het jeugdlid die pest/ruzie maakt. De fases van bestraffen treden in werking (zie bij consequenties). Ook wordt de naam van de ruziemaker/pester gemeld bij de vertrouwenspersoon, deze registreert dit en bij een derde melding worden de ouders op de hoogte gebracht van het ruzie of pestgedrag. Beide partijen proberen in goed overleg samen te werken aan een bevredigende oplossing.

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

Consequenties:

De trainer/coach ziet dat één van de leden wordt gepest (of de gepeste of andere jeugdleden komen het bij hem melden). Vervolgens leveren stap 1 tm 4 geen positief resultaat op voor de gepeste.

De trainer/coach neemt duidelijk een stelling in.

De straf is 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:

- Een of meerdere wedstrijden niet meespelen;
- Door gesprek: bewustwording voor wat hij met het gepeste kind uithaalt;
- Afspraken maken 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.

FASE 2:

- Een gesprek met de ouders, als voorgaande acties op niets uitlopen. De medewerking van de ouders wordt nadrukkelijk gevraagd om een einde aan het probleem te maken. De vertrouwenspersoon heeft alle activiteiten vastgelegd in een map en HV Apollo '70 heeft al het mogelijke gedaan om een einde te maken aan het pestprobleem.

FASE 3:

- In extreme gevallen kan een lid uit de vereniging gezet worden.

Begeleiding van de gepeste:

- Medeleven tonen, luisteren en vragen hoe en door wie er wordt gepest;
- Nagaan hoe het lid zelf 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. Het lid in laten zien dat je op een andere manier kunt reageren;
- Zoeken en oefenen van een andere reactie bijvoorbeeld je niet afzonderen;
- Het gepeste kind in laten zien waarom een kind pest;
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil;
- Sterke kanten van het jeugdlid benadrukken;
- Belonen (schouderklopje) als het lid zich anders/beter opstelt;
- Praten met de ouders van het gepeste lid en de ouders van de pester(s);
- Het gepeste lid niet overbeschermen bijvoorbeeld naar school brengen of 'ik zal het de pesters wel eens gaan vertellen'. Hiermee plaats je het gepeste kind juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog toe kan nemen.

Begeleiding van de pester:

- Praten; zoeken naar de reden van het ruzie maken/pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen);
- Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste;
- Excuses aan laten bieden;
- In laten zien welke sterke (leuke) kanten de gepeste heeft;
- Pesten is verboden in en om HV Apollo '70: wij houden ons aan deze regel; straffen als het kind pest, belonen (schouderklopje) als het kind zich aan de regels houdt;
- Kind leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen, de 'stop-eerst-nadenken-houding' of een andere manier van gedrag aanleren;
- Contact tussen ouders en HV Apollo '70; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind; wat is de oorzaak van het pesten? *

* Oorzaken van pestgedrag kunnen zijn:

- Een problematische thuissituatie;
- Voortdurend gevoel van anonimiteit (buitengesloten voelen);
- Voortdurend in een niet-passende rol worden gedrukt ;
- Voortdurend met elkaar de competitie aan gaan;
- Een voortdurende strijd om macht in de klas of in de buurt.