



PESTPROTOCOL

Versie: 1.0 (23 maart 2023)

Pestprotocol

Het is belangrijk dat kinderen zich kunnen ontwikkelen binnen een sociaal veilige omgeving. Pesten komt helaas bij iedere vereniging voor, ook bij ons. Het is een probleem dat wij als Wittenhorst onderkennen, als een bedreiging zien en binnen onze vereniging serieus aan willen pakken.

Dit pestprotocol is een middel om de volgende doelstellingen te bereiken:

- Alle kaderleden kunnen het pestgedrag signaleren en onderkennen
- Het pestprotocol vormt een plan van aanpak ten aanzien van:
 - Het voorkomen van pestgedrag
 - Het tijdig signaleren van pestgedrag
 - Het bespreekbaar maken en aanpakken van pestgedrag
 - De samenwerking tussen ouders en club om pestgedrag te voorkomen en om te buigen

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.

Pesten zal eerst opgelost proberen te worden door trainers/leid(st)ers en/of groepshoofden. Mocht dit afdoende zijn dan kan de hulp ingeschakeld worden van de vertrouwenspersonen.

Naast dit protocol is er een **vertrouwenspersoon** die kan worden benaderd door de gepeste speler, zijn ouders of leid(st)er/trainer. Binnen RKsv Wittenhorst is huisarts Leon Majoor al verschillende jaren de vertrouwenspersoon. Linda Kessels is de 'back-up' vertrouwenspersoon. Leon zal, indien nodig, met Linda contact opzoeken om te sparren over een melding of casus.

Kijk voor meer uitleg/informatie over wat een vertrouwenspersoon voor iemand kan betekenen op onze site bij "[Vertrouwenspersoon](#)".

PREVENTIEVE MAATREGELEN

Natuurlijk hopen wij dat we het pestprotocol niet hoeven te gebruiken. Om dit te bereiken is het goed om in eerste instantie preventieve maatregelen te nemen om zo pesten te voorkomen. Hiervoor hebben we de inzet van de jeugdtrainers/leiders hard nodig. Tenslotte bepalen zij voor het grootste deel de sfeer en het klimaat in een team. Een aantal clichés zal als eerste de wereld uitgeholpen moeten worden:

- Pesten hoort er een beetje bij
- Ik ben een voetbaltrainer, geen opvoeder
- Ze moeten ook tegen een grapje kunnen
- Hij/zij lokt het uit

Pesten gebeurt uiteindelijk in een omgeving waar het mogelijk is. Waar het mogelijk is om te pesten, voelen kinderen zich doorgaans niet veilig. Niet alleen de kinderen die gepest worden voelen zich onveilig, ook de kinderen die erbij staan. In een training zullen een aantal duidelijke regels moeten gelden.

10 gouden regels

1. Je accepteert een andere speler zoals hij of zij is
2. Je beoordeelt andere spelers niet op zijn/haar uiterlijk
3. Je hebt respect voor de spullen van een ander en komt er niet zonder toestemming aan
4. Je sluit een andere speler niet buiten van activiteiten
5. Je scheldt een andere speler niet uit en je verzint geen bijnamen
6. Je lacht een andere speler niet uit en je roddelt niet over andere spelers
7. Je bedreigt elkaar niet en je doet elkaar geen pijn
8. Je bemoeit je niet met een ruzie door zomaar partij te kiezen
9. Als je zelf ruzie hebt, praat het eerst uit. Lukt dat niet dan meld je dat bij de leid(st)er of de train(st)er
10. Als je ziet dat een speler gepest wordt, dan vertel je dat aan de leid(st)er/trainer. Dat is dan geen klikken!

Bespreek deze regels en de algemene afspraken met de jeugdspelers aan het begin van het voetbalseizoen. Deze regels werken alleen als deze ook “bewaakt” worden door de trainers/leiders.

Op de eerste plaats is het voorbeeld van de jeugdkaderleden (en thuis van de ouders) van groot belang. 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. Respect naar elkaar staat bij ons hoog in het vaandel en algemene fatsoensnormen en goede omgangsvormen vinden we belangrijk. Agressief gedrag van kaderleden, ouders en de jeugdspelers wordt niet



geaccepteerd. Alle betrokkenen horen duidelijk stelling te nemen tegen dergelijke gedragingen.



Signaleren

Het is belangrijk oog te hebben voor het onderscheid tussen pesten en plagen.

- Plagen is vaak een incidenteel, onbezonnen en spontaan negatief gedrag. Het is eerder een onschuldige eenmalige activiteit waarbij humor een rol kan spelen. Het herhaaldelijk en langdurig karakter ontbreekt hier. Het plagen speelt zich af tussen twee (kinderen of groepen) min of meer gelijken.
- b) Wanneer een speler echter gepest wordt, betekent dit dat hij continue het slachtoffer is van pesterijen. Wat hij ook doet, het is nooit goed. Het pesten speelt ook niet tussen twee gelijken, maar de onmacht van het slachtoffer staat tegenover de macht van de pester.
- Tegenwoordig zie je ook pestgedrag via 'sociale media', cyberpesten genoemd.

Cyberpesten (online pesten) & Online gevaren jongeren

Online pesten, ook wel cyberpesten genoemd, is pesten via de digitale media. Dit zijn sociale media zoals YouTube, Facebook, Tumblr, Twitter, Instagram, Snapchat, TikTok, WhatsApp en chatrooms. Via deze digitale media kun je dreigende berichten, belastende foto's en filmpjes versturen of iemand uitschelden. Via de digitale media zijn er oneindig veel mogelijkheden om iemand te pesten zoals: Banglijsten, Slut-shaming, Grooming, Sexting, Sextortion, Trolling en Identiteitshack maar er zijn nog weinig manieren om je daartegen te verweren. Er zijn een aantal organisaties waar je cyberpesten kan melden.

Hoe kan je problemen op social media melden (Facebook, Twitter, YouTube, Google, Skype, Whatsapp, Instagram)? Bekijk [hier](#) de handleidingen van Helpwanted.nl. Zie ook deze tips wat je kan doen als je online wordt gepest.

Online pesten voelt veilig voor de dader omdat niemand het kan zien. Dit maakt het voor velen aantrekkelijk om op deze manier te pesten. De dader blijft anoniem en hoeft het slachtoffer niet in de ogen te kijken. Eigenlijk is het de meest laffe manier van pesten. De effecten kunnen erger zijn dan van traditioneel pesten.

(Bron; www.stoppestennu.nl)

Waarom wordt er gepest?

Pesten is een vorm van agressie en als je weet waar de oorzaak ligt, kun je pestgedrag veranderen. Oorzaken van pestgedrag zijn onder meer, het willen verkrijgen van aanzien, een demonstratie van macht, het afreageren van frustratie of communicatie waarbij nog niet is geleerd wat acceptabel is. Het pestprobleem draait niet alleen om de pester en het gepeste kind. Op de achtergrond is er een zwijgende groep kinderen bij betrokken. Zij vormen het publiek voor de pester, waaraan hij zijn succes afmeet. Er zijn echter ook kinderen die pesten afkeuren, maar zich er niet mee bemoeien.

Wat is de rol van de trainer & leider

Buiten de normale begeleiding van het team zijn de trainer(s) en de leider(s) ook verantwoordelijk voor het observeren van het gedrag van de spelers. Veelal zorgen de spelers ervoor dat de trainer niets meekrijgt van het pestgedrag. Dit gebeurt meestal buiten het veld en om de maatregelen van de trainer te ontlopen doen ze dit niet in zijn/haar bijzijn.

Daarom moeten de trainer(s) en leider(s) hier echt zelf op gaan letten (het komt niet naar je toe)!

Probeer te signaleren

Het eerste wat een voetbaltrainer/leider moet doen, is het pesten signaleren. Is iemand een buitenbeentje in de groep, dan is dat tijdens trainingen en wedstrijden niet altijd te merken. Vaak ligt de oorzaak in de voetbalkwaliteiten van het slachtoffer; als die aanmerkelijk minder zijn dan die van de rest heeft dat zijn weerslag op de positie van het slachtoffer. In een wedstrijd zal hij niet snel betrokken worden in het spel en bij het bepalen van teams voor een training wil niemand graag met hem in een groepje zitten. Ook in de kleedkamer kun je pestgedrag herkennen. Spelers die altijd alleen zitten of niet worden betrokken bij het groepsproces. Veel kinderen die worden gepest, hebben een beperkte weerbaarheid.

Vermoeden tot pesten

Als je het vermoeden hebt dat een speler gepest wordt, vraag het hem dan, er zijn vele mogelijkheden om hem te helpen zijn verhaal te doen. Er zelf mee komen is vaak heel moeilijk voor een speler.

Sta boven het pestgedrag

Iemand die gepest wordt, komt al vrij snel in een vicieuze cirkel terecht. Daar is het moeilijk uit ontsnappen, omdat een slachtoffer niet begrijpt dat het zelf onbewust pestgedrag oproept. Daarom moet de oplossing van buitenaf komen. Voor het functioneren van een voetbalteam is het dus van groot belang dat een trainer/leider boven het pestgedrag staat.

Train ook eens op samenwerken





Ook helpt het om niet alleen competitieve elementen te trainen. In plaats van een oefening waarbij er een beloning is voor de snelste, langste of technisch meest vaardige, loont het ook om te trainen op samenwerken.

Maak de juiste speler aanvoerder

Denk ook bij het aanstellen van een aanvoerder aan hoe geschikt deze is buiten het veld, kies niet alleen op voetbalkwaliteiten maar ook op sociale kwaliteit. Een echte aanvoerder is er voor alle spelers en staat ook op voor de minder kwalitatief goede medespeler. Als er pestgedrag voorkomt is ook de aanvoerder een aanspreekpunt en kan een perfect corrigerende persoon zijn. Wat is er mooier dan dat één van de eigen spelers opkomt voor iemand die gepest wordt. Maak hier echt gebruik van!



AANPAK VAN PESTGEDRAG

Stappenplan bij pestgedrag

Stap 1: Meld als kind (of ouder) het pesten bij de trainer/leider.

Stap 2: De trainer/leider (liefst met 2 personen) spreekt alle betrokkenen op het pestgedrag aan en informeert de ouders en groepshoofden/jeugdcoördinatoren van dit voorval. De trainer/leider checkt daarna regelmatig bij de kinderen of het pesten ook is verminderd en koppelt dit terug aan de ouders en jeugdcoördinatoren (in een nader overeengekomen tijdsbestek)

Stap 3: Vermindert het pesten niet dan worden de ouders van alle betrokken kinderen ingeschakeld voor een groeps gesprek. Hier zullen alle betrokken spelers en hiervan de ouders, trainers en groepshoofd van het team bij aanwezig zijn. Ook de jeugdcoördinator(en) is/zijn daarbij bij aanwezig. Het is raadzaam om hiervan een schriftelijk verslag te maken voor alle betrokkenen met daarin de gemaakte afspraken en conclusies.

Stap 4: Mocht het pesten na dit gesprek nog steeds doorgang vinden, dan zullen er consequenties volgen in samenspraak met het bestuur. Dit kan bijvoorbeeld beginnen met een tijdelijke schorsing, bijvoorbeeld 2 weken niet spelen, en kan uiteindelijk een langdurige schorsing opleveren.

Tot slot:

We zijn een voetbalclub, geen school of instelling. We kunnen niet te diep graven in de psyche van de kinderen. We kunnen wel een open en veilige sfeer creëren, waarbij aandacht is voor prestatie en gezelligheid. Hier hoort bij dat leiders/trainers kinderen helpen goed voor zichzelf op te komen, maar ook dat hen wordt bijgebracht dat het niet nodig is een ander te pesten.

Pesten...laat het ons weten.

Dan kunnen we er samen wat aan doen