

## Pestprotocol Hv Unitas

Dit pestprotocol heeft als doel:

Alle kinderen mogen zich binnen 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 kinderen 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/begeleider heeft hierbij een voorbeeldfunctie.

Signaleren van pesterijen kunnen zijn:

- Altijd een bijnaam noemen nooit bij de eigen naam noemen.
- Zogenaamd leuke opmerkingen maken over medespelers/sters.
- Een speler/speelster voortdurend ergens de schuld van geven.
- Beledigen.
- Opmerkingen maken over kleding/uiterlijk.
- Buitensluiten/Isoleren.
- Spullen afpakken (bv. Douchespullen).
- Schelden en schreeuwen tegen het slachtoffer.
- MSM/SMS-misbruik.

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

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

### Belangrijke stelregels:

1. Het inschakelen van de trainer/begeleider moet niet opgevat worden als klikken. Als je ruzie hebt of je komt er zelf niet uit dan mag je de hulp van de trainer/begeleider vragen.
2. Een medespeler/speelster 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.
3. Samenwerking zonder bemoeienissen;  
Het is niet de bedoeling dat ouders zelf problemen gaan oplossen, die er zich binnen de vereniging afspelen tussen kinderen. Van de 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.

Regels die gelden in alle groepen:

- 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 geheimhouden
- Wees zuinig op andermans spullen
- Doe niets bij een ander kind, wat je zelf ook niet prettig zou vinden

De regels gelden binnen de vereniging en ook daarbuiten.

We bieden deze regels in het begin van het seizoen, tijdens de eerste training, aan.

### Aanpak van pestgedrag:

Wanneer kinderen elkaar pesten proberen zij en wij:

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

Begeleiding van gepeste speler/speelster:

- Medeleven tonen en luisteren en vragen: hoe en door wie wordt je gepest.
- Nagaan hoe de speler/speelster 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. De speler/speelster laten inzien dat je beter op een andere manier kunt reageren.
- Zoeken of oefenen van een anderen reactie b.v. je afzonderen.
- Het gepeste kind laten inzien waarom een kind pest.
- Nagaan welke oplossing het kind zelf wil.
- Sterke kanten van het kind benadrukken.
- Belonen (schouderklopje) als het kind zich anders/beter opstelt.
- Praten met ouders van het gepeste kind en de ouders en de ouders van de pester(s) als het pesten blijft aanhouden.
- Het gepeste kind niet overbeschermen bijv. door altijd een oogje in het zeil te houden of; ik zal het de pester wel eens gaan vertellen. Hiermee plaats je het kind juist in een uitzonderingspositie waardoor het pesten zelfs nog kan gaan toenemen.

### Begeleiding van de pester:

- Praten; zoeken naar de reden van ruzie maken/pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen).
- Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste.
- In laten zien welke sterke, leuke kanten de gepeste heeft.
- Pesten is verboden binnen onze vereniging; wij houden ons aan de regels; praten als het kind pest, belonen als het kind zich aan de regels houdt.
- Pester leren niet meteen kwaad te reageren, leren beheersen.
- Contact tussen de ouders en vereniging; elkaar informeren en overleggen. Inleven in het kind; wat is de oorzaak?
- Kind laten ervaren dat contact met andere kinderen leuk is.

### Adviezen aan de ouders:

#### Ouders van gepeste kinderen:

- Houdt de communicatie met uw kind open; blijf in gesprek met uw kind.
- Als pesten niet plaatsvindt binnen de sporthal, maar buiten op straat, probeer contact op te nemen met de ouders van de pester(s) om het probleem bespreekbaar te maken.
- Pesten binnen de vereniging meteen melden bij de trainer/begeleider.

#### Ouders van pesters:

- 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 het kind gevoelig door wat het anderen aandoet.
- Besteedt extra aandacht aan uw kind.
- Corrigeer ongewenst gedrag en benoem het goed gedrag van uw kind.
- Maak uw kind duidelijk dat u achter de vereniging staat.