

PESTPROTOCOL

VV NOORMANNEN

VERSIE 0.1

DATUM: JUNI 2016

VOORKOM PESTEN!

De jeugdcommissie van VV Noormannen heeft een pestprotocol vastgesteld. In dit pestprotocol is vastgelegd hoe wij binnen de vereniging het pesten zoveel mogelijk willen voorkomen en - als het zich toch voordoet - welke maatregelen wij treffen tegen pestgedrag. De trainers en leiders bepalen voor een belangrijk deel de sfeer en het klimaat in een team. Vandaar dat in dit pestprotocol veel aandacht wordt besteed aan de rol die trainers en leiders vervullen om pestgedrag binnen hun teams tegen te gaan. Tijdens een informatieavond voor de trainers en leiders aan het begin van het seizoen zal een nadere toelichting op dit pestprotocol worden gegeven.

WAAROM DIT PESTPROTOCOL?

V.v. de Noormannen wil haar jeugdspelers een omgeving bieden waarin zij zich op een prettige en positieve wijze kunnen ontwikkelen. Pesten verstoort dat en helaas gebeurt pesten overal. Sportclubs die beweren dat pesten bij hun vereniging niet plaatsvindt, nemen het pestgedrag niet serieus. Het is belangrijk om een duidelijk beleid te hebben waar alle betrokkenen op kunnen terugvallen als binnen de vereniging wordt gepest.

In het pestprotocol is vastgelegd hoe wij binnen de vereniging het pesten zoveel mogelijk willen voorkomen en - als het zich toch voordoet - welke maatregelen wij treffen tegen pestgedrag. Pesten gebeurt in een omgeving waar dat mogelijk is. En waar het mogelijk is om te pesten voelen kinderen zich doorgaans niet veilig. Dit geldt niet alleen voor de kinderen die gepest worden, maar ook voor de kinderen die erbij staan.

Eigenlijk hopen we dat dit pestprotocol nooit hoeft te worden gebruikt. Hiervoor hebben we de inzet van de trainers en leiders nodig: zij bepalen voor een belangrijk deel de sfeer en het klimaat in een team. Vandaar dat in dit pestprotocol veel aandacht wordt besteed aan de rol die trainers en leiders vervullen om pestgedrag binnen hun teams tegen te gaan.

Naast dit protocol is er ook een vertrouwenspersoon die kan worden benaderd door de gepeste speler, zijn/haar ouders of trainer/leider. De

vertrouwenspersoon is te bereiken via het emailadres:

vertrouwenspersoon@vvernoormannen.nl. Zie ook de website onder clubinfo.

DE 10 GOUDEN REGELS

1. Je beoordeelt andere speler niet op zijn/haar uiterlijk;
2. Je sluit een andere speler niet buiten van activiteiten;
3. Je komt niet zonder toestemming aan de spullen van een ander;
4. Je scheldt een andere speler niet uit en je verzint geen bijnamen;
5. Je lacht een andere speler niet uit en je roddelt niet over andere spelers;
6. Je bedreigt elkaar niet en je doet elkaar geen pijn;
7. Je accepteert een andere speler zoals hij of zij is;
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 trainer of leider;
10. Als je ziet dat een speler gepest wordt, dan vertel je dat aan de trainer of leider. Dat is dan geen klikken!

DE UITGANGSPUNTEN

1. Als pesten en pestgedrag plaatsvindt, ervaren we dat als een probleem voor iedereen bij Vv Noormannen, dus zowel voor de trainers en leiders als voor de ouders, de gepeste kinderen, de pesters en de 'zwijgende' groep kinderen.
2. V.v. de Noormannen 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 niet wordt geaccepteerd.
3. Trainers en leiders moeten tijdig inzien en alert zijn op pestgedrag in algemene zin. Indien pestgedrag optreedt, moeten zij duidelijk stelling en actie ondernemen tegen dit gedrag.
4. Wanneer pesten, ondanks alle inspanningen weer optreedt, wordt de uitgewerkte procedure uitgevoerd.
5. Dit pestprotocol wordt door de jeugdcommissie onderschreven en wordt ook met de trainers en leiders besproken.

VOORBEELDEN VAN PESTGEDRAG

Allereerst moet een aantal clichés uit de wereld worden geholpen:

- Pesten hoort er een beetje bij;
- Ik ben een trainer / ik ben een coach, geen opvoeder;
- Iedereen moet tegen een grapje kunnen;
- Hij/zij lokt het zelf uit.

Verbaal: “Jij kan echt niet voetballen”.

Vernederen: ”Haal jij alleen de ballen maar uit de bosjes, je kunt niet goed genoeg voetballen om echt mee te doen”.

Schelden: “Viespeuk, etterbak, mietje” enz.

Dreigen: “Als je dit of dat doet, dan grijpen we je”

Belachelijk maken: Uitlachen bij lichaamskenmerken of bij een verkeerde actie op het veld Kinderen een bijnaam geven die als negatief worden ervaren. (rooie, dikke, dunne, flapoor, centenbak enz.)

Fysiek: Trekken en duwen of spugen. Schoppen en laten struikelen. Krabben, bijten en haren trekken.

Intimidatie: Een speler achterna blijven lopen of hem/haar ergens opwachten. Iemand in de val laten lopen, de doorgang versperren of klem zetten tussen de fietsen. Dwingen om bezit dat niet van jou is af te geven. Een speler dwingen bepaalde handelingen te verrichten, bijvoorbeeld geld of snoep meenemen.

Isolatie: Steun zoeken bij andere spelers bijvoorbeeld, zodat de speler niet wordt uitgenodigd voor leuke dingetjes.

Uitsluiten: de speler wordt niet aangespeeld, mag niet meefietsen naar huis, enz.

Stelen of vernielen: Afpakken van spullen, kleding. Beschadigen en kapotmaken van spullen: schoppen tegen en gooien met een voetbaltas, banden van de fiets lek steken.

HET TOEZIEN OP NALEVING

De regels van het pestprotocol werken alleen als deze ook 'bewaakt' worden door de trainers en leiders. Wat heb je anders aan regels als niemand zich daaraan hoeft te houden? Bespreek daarom tijdens de eerste twee trainingen deze regels, met daarbij ook de sancties als de regels worden overtreden. In de regel is het één keer waarschuwen en daarbij de straf benoemen. De tweede waarschuwing betekend de straf uitvoeren.

Als voorbeeld:

Als Kees de bal krijgt, schopt hij helemaal in de verkeerde richting, Niels moet hard lachen (anderen lachen mee).

Trainer: "Nog één keer uitlachen en het hele team kan een rondje om het veld rennen".

Als trainer ga je direct door met de training (geen gelegenheid voor commentaar, dat lokt een discussie uit).

De tweede keer dat er iemand wordt uitgelachen (dus dat hoeft niet Kees te zijn), kan het hele team een rondje rennen, inclusief Kees.

Op deze manier zal het hele team het belangrijk vinden dat dit gedrag niet meer voorkomt, en zal je ook geen kinderen hebben die er lol in krijgen iets uit te lokken, en zo hun teamgenootjes een rondje om het veld te laten rennen.

De kinderen vormen een team, en op deze manier zal een team spirit ook getraind worden.

Als blijkt dat het steeds dezelfde kind is dat het voor de anderen verpest kan je bedenken om die persoon de eerste 10 minuten van de eerstvolgende wedstrijd niet mee te laten doen.

Dit moet wel duidelijk gecommuniceerd worden met het kind én met de ouders (als dat kan).

Voorbeeld: Niels is nu al drie trainingen degene die andere uitlacht.

Trainer: "Niels, kom jij na de training maar even naar me toe, dan bespreken wij jouw gedrag".

Na de training deel je mee dat hij in de eerst volgende wedstrijd als reserve wordt opgesteld, omdat hij onsportief gedrag laat zien tijdens de training.

In alle jeugdteams zouden dezelfde regels moeten gelden. Wat als er ouders langs de lijn mee kijken? Dit kan voor sommigen een drempel zijn om hun kind

aan te spreken. Tijdens de training en de wedstrijd ben je als trainer/leider verantwoordelijk voor het hele team.

Op het moment dat een kind zich niet aan de bovengenoemde regels houdt, moet je de je consequent opstellen. Een kijkende ouder geeft een kind geen vrijbrief om zich te misdragen. Daarbij kan je na de training een ouder op deze regels wijzen als er commentaar komt.

DE ROLVERDELING

Het specifieke van pesten is dus gelegen in het bedreigende en vooral systematische karakter. De inzet van het pestgedrag is altijd macht door intimidatie. Bij dit echte pestgedrag zien we ook altijd de onderstaande rolverdeling terug bij een aantal betrokkenen.

De gepeste kinderen (slachtoffers)

Sommige kinderen hebben een grotere kans om gepest te worden dan anderen. Dat kan komen door uiterlijke kenmerken maar het heeft vaker te maken met vertoond gedrag, wijze waarop gevoelens worden beleefd en de manier waarop dat geuit wordt. Veel kinderen die worden gepest hebben een beperkte weerbaarheid. Ze zijn niet in staat daadwerkelijk actie te ondernemen tegen de pestkoppen en stralen dat dan ook uit naar hun kwelgeesten. Vaak zijn ze angstig en onzeker in een groep, ze durven weinig of niets te zeggen, omdat ze bang zijn om uitgelachen te worden. Deze angst en onzekerheid worden verder versterkt door het ondervonden pestgedrag, waardoor het gepeste kind in een vicieuze cirkel komt waar het zonder hulp zeker niet uitkomt. Gepeste kinderen voelen zich vaak eenzaam, hebben in hun gepeste omgeving geen vrienden om op terug te vallen en kunnen soms beter met volwassenen opschieten dan met hun leeftijdgenoten. Kinderen die worden gepest horen bijna nooit tot de motorisch beter ontwikkelde kinderen.

De pestkoppen (daders)

Kinderen die pesten zijn vaak juist fysiek wel de sterksten uit de groep. Ze kunnen zich permitteren zich agressiever op te stellen en ze reageren dan ook met dreiging van geweld of de indirecte inzet van geweld. Pesters lijken in eerste indruk populair te zijn in een team, maar ze dwingen hun populariteit in de groep af door te laten zien hoe sterk ze zijn en wat ze allemaal durven. Met

het vertoonde pestgedrag gaat ze dat gemakkelijk af en ze krijgen andere kinderen mee bij het gedrag naar een slachtoffer.

Pesters hebben ook feilloos in de gaten welke kinderen gemakkelijk aan te pakken zijn en als ze zich al vergissen, gaan ze direct op zoek naar een volgend slachtoffer. De zwijgende meerderheid en potentiële meelopers krijgen een keuze die onuitgesproken wordt opgelegd en die aan duidelijkheid niet te wensen overlaat: Je bent voor of je bent tegen me. Hier gaat een grote dreiging uit naar de gezamenlijke omgeving van pester en slachtoffer. Alles is immers beter dan door de 'machtige pester' zelf gepest te worden. De pesters stralen juist deze dreigende zekerheid met verve uit. Ze overtreden bewust regels en hebben vaak vaardigheden ontwikkeld om met hun daden weg te komen. Het profiel van de pester is sterk zelf bevestigend, hij/zij ziet zichzelf als een slimme durfal die de dommerds de loef afsteekt en ze dat ook bij herhaling laat merken. "Wie maakt mij wat?" staat met grote letters op het voorhoofd geschreven.

Het komt ook regelmatig voor dat een pestkop een kind is dat in een andere situatie zelf slachtoffer is of was. Om te voorkomen weer het mikpunt van pesten te worden, kan een kind zich bijvoorbeeld in een andere omgeving dan die van zijn slachtofferrol, vervolgens als pester gaan opstellen en manifesteren. 'Laten pesten doet pesten'.

Een succesvolle pester leert niet om zijn agressie op een andere manier te uiten dan door het ongewenste pestgedrag te vertonen. Pesters maken een abnormale sociale ontwikkeling door met alle gevolgen van dien voor de pester zelf.

De meelopers en de andere kinderen

De meeste kinderen zijn niet direct betrokken bij pesten in de direct actieve rol van pester. Sommige kinderen behouden enige afstand en andere kinderen doen incidenteel mee. Dit zijn de zogenaamde "meelopers". Er zijn ook kinderen die niet merken dat er gepest wordt, of er zijn kinderen die het niet willen weten dat er gepest wordt in hun directe omgeving.

Het specifieke kenmerk van een meeloper is de grote angst om zelf in de slachtofferrol te geraken. Maar het kan ook zijn dat meelopers stoer gedrag

wel interessant vinden en denken daardoor in populariteit mee te liften met de pester in kwestie.

Het heeft absoluut zin om daadwerkelijk op te staan tegen het pesten. Zodra andere kinderen het gepeste kind te hulp komen of tegen de pesters zeggen dat ze moeten ophouden, kan de situatie aanzienlijk veranderen. Het pesten wordt dan al direct minder vanzelfsprekend en draagt bovendien grotere risico's met zich mee. De situatie voor met name meelopers verandert door het ongewenste karakter van het vertoonde pestgedrag. Het wordt duidelijk dat het geen groepsnorm is om mee te gaan in het pestgedrag. Meelopers horen graag bij de norm en de grote groep en zijn niet bereid om grote risico's te lopen waarvan ze de gevolgen niet kunnen overzien, dit in tegenstelling tot de ervaren pester.

Kinderen die pestgedrag signaleren en dit bij de leid(st)er/trainer aangeven vervullen dus een belangrijke rol. Ook de ouders kunnen een belangrijke rol spelen. Ouders van kinderen die gepest worden en die dit probleem met de club willen bespreken, zijn natuurlijk altijd emotioneel bij het onderwerp betrokken. De gevoelde onmacht bij deze ouders wordt door hen sterk ervaren en is niet altijd een goede leidraad tot een rationeel handelen. De ouder wil maar een ding en dat is dat het pestgedrag ogenblikkelijk stopt.

TE VERWACHTEN PROBLEMEN

Bij het gepeste kind: Een gepest kind schaamt zich vaak voor zijn gedrag, het voldoet niet aan normen die de ouders graag in hun kinderen terugzien: een vrolijk en vooral onbezorgd kind dat zelfstandig in staat is zijn boontjes te doppen. Pesten is een groot probleem voor kinderen en zorgt ook voor een evenredig groot probleem bij de erkenning en de aanpak ervan. Veel gepeste kinderen doen er dan uiteindelijk ook maar het zwijgen toe en vereenzamen. De angst wordt aanvankelijk nog groter als het pesten bespreekbaar gemaakt wordt door de ouders, waar door het gepeste kind eens te meer met de gevolgen van het pesten kan worden geconfronteerd. Als represaille kan er in nog heviger mate gepest worden dan daarvoor al het geval was.

Bij de pester: De pester zelf ziet zich in zijn machtsspel bedreigd, en dat moet ten koste van alles voorkomen worden. Soms blijken de pesters echter net zo

opgelucht als de slachtoffers bij een duidelijke aanpak. Er wordt immers ook aandacht besteed aan hun onmacht om normaal met andere kinderen een relatie op te bouwen. Bij een aantal pesters is dat hun liefste wens waardoor ze echter helaas onmachtig zijn door het ontbreken van het hanteren van de juiste vaardigheden. In de directe kind-omgeving: Daarnaast is het goed te weten dat er altijd kinderen zijn die zich schuldig voelen omdat ze niet op kunnen komen voor het slachtoffer door actief te helpen of een volwassene te hulp roepen. Dit is vergelijkbaar met het niet te hulp schieten bij het verdrinken van mensen, waar een menigte bij aanwezig is.

Ook zijn er altijd kinderen die helemaal niet in de gaten hebben dat er in hun omgeving gepest wordt. Ze zien wel het een en ander gebeuren, maar kunnen de gebeurtenissen niet duiden als pestgedrag, waar gepeste kinderen erg veel last van ondervinden.

Bij de ouders: Ouders van kinderen hebben vaak moeite om hun kind terug te zien in de rol van meeloper of pester. Ouders beschikken niet altijd over de juiste informatie en ook het zich op beperkte schaal voordoen van conflictsituaties tussen groepen kinderen, zorgt ervoor dat er nauwelijks vergelijkingsmateriaal voorhanden is. Een pester op de voetbalclub hoeft zich in de thuissituatie niet als pester te manifesteren.

Sommige ouders zien ook de ernst van de situatie onvoldoende in. Zij vertalen het pestgedrag van hun kind in weerbaar gedrag.

Hun kind maakt echter een abnormale ontwikkeling door met grote risico's op normatief afwijkend gedrag op latere leeftijd met grote gevolgen. Andere ouders zien er niets meer in dan wat onschuldige kwajongensstreken. De slogan: "Ach iedereen is wel eens gepest, u toch ook?", geeft de visie van de ouders op dit gedrag aardig weer. Behalve de pester moeten dus ook vaak de ouders doordrongen worden van het ongewenste karakter voor alle betrokkenen van het vertoonde pestgedrag.

MAATREGELEN TEGEN PESTEN

Preventieve maatregelen

De trainer/leider 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 clubhuis. 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 reserve staan, een time-out of een extra inspanning (na 1 waarschuwing). 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 uitsluiting van een aantal wedstrijden (schorsing). Uiteindelijk kan de pestende speler ook geroyeerd worden van de club.

Daarnaast wordt met het hele team besproken, op het niveau van de kinderen, dat sportiviteit niet alleen in sportprestaties zit, maar ook in een sociale (sportieve) omgang.

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.

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

Hulp aan het gepeste kind

De begeleiding van de gepeste speler is van groot belang. Het kind is vaak

eenzaam en altijd slachtoffer en heeft recht op professionele zorg vanuit de vereniging. Naast het voorkomen van nieuwe ongewenste ervaringen staat het verwerken van de ervaringen. Dit gebeurt vooral door gesprekken met de trainer/leider.

Hulp aan de pester

Pesters zijn niet in staat om op een normale wijze met anderen om te gaan en hebben dus óók hulp nodig. Die hulp kan bestaan uit een gesprek vanuit het protocol waarin ondubbelzinnig zal worden aangegeven welk gedrag niet geaccepteerd wordt. Dit gesprek wordt gevoerd als een slecht-nieuwsgesprek. Er wordt een schriftelijk verslagje van gemaakt.

Een duidelijk afspraak voor een vervolgesprek op termijn ongeacht de ontwikkelingen en welke straf er zal volgen indien het pestgedrag toch weer voorkomt.

Hulp aan de zwijgende middengroep en de meelopers

De zwijgende middengroep is van cruciaal belang in de aanpak van het probleem. Als de groep eenmaal in beweging is gebracht, hebben kinderen die pesten veel minder te vertellen. Deze middengroep is eenvoudig te mobiliseren, niet alleen door de trainer/leider, maar ook door de ouders.

Hulp aan de ouders

Voor de ouders van het gepeste kind is het van belang dat V.v. de Noormannen ernst maakt met de aanpak van het pesten. Met de ouders van het gepeste kind zal overleg zijn over de aanpak en de begeleiding van hun kind. De ouders van de pesters moeten absoluut op de hoogte zijn van wat er met hun kind gebeurt. Zij hebben er recht op te weten dat hun kind in sociaal opzicht bepaald zorgwekkend gedrag vertoont dat dringend verbetering behoeft. Ouders kunnen hun kinderen zeggen dat zij het verschrikkelijk vinden als kinderen elkaar pesten. Dat als hun kind dit ziet, het zeker niet mee moet doen met pesten, maar hiertegen stelling moet nemen. En dat als hun kind ziet dat een speler wordt gepest, hij of zij dit altijd aan de ouders of aan de trainer/leider moet vertellen. En dat dat absoluut geen klikken is.

LEIDRAAD UITVOERING
PESTPROTOCOL
VOOR LEIDERS EN TRAINERS
VV NOORMANNEN

VERSIE 0.1

DATUM: JUNI 2016

Leidraad uitvoering pestprotocol voor leiders en trainers

Wat is een pestprotocol en de uitvoeringsleidraad?

Een pestprotocol is een verklaring van bestuur, trainers, leiders, ouders en spelers, waarin is vastgelegd dat men het pestprobleem bij de voetbalvereniging volgens een bepaalde werkwijze aanpakt. In aanvulling daarop is een leidraad opgesteld voor leiders en trainers van het jeugd kader van VV Noormannen. In dit document staan handreikingen om adequaat om te kunnen gaan met pest en aanverwant gedrag binnen onze vereniging. Het is bewust een leidraad en geen voorschrift omdat iedere situatie weer een andere benadering en aanpak nodig heeft.

Is pesten een probleem?

Pesten is een wezenlijk en groot probleem. Pestgedrag vind je bij kinderen van alle leeftijden. In alle bevolkingsgroepen.

Wat is pesten?

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

a) Plagen is vaak een incidenteel, onbezonnen en spontaan negatief gedrag. M.a.w. 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, betekend 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.

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 ondermeer, 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 zijn de gevolgen van pesten?

In de eerst plaats een geknakt kind. De slachtoffers van pesten kunnen op de lange duur hiervan blijvende schade ondervinden. In de tweede plaats

natuurlijk ook de ouders. Zij worden er dagelijks mee geconfronteerd. In de derde plaats heeft de leider/trainer de groep (pester(s) en gepeste kinderen) in het voetbalteam. Hierbij draagt hij of zij de verantwoordelijkheid voor de veiligheid van alle kinderen die aan hem zijn toevertrouwd.

Is pestgedrag te tolereren?

Nee, pestgedrag is niet te tolereren. Niemand mag de ogen sluiten voor pestgedrag. Niemand mag aan de kant blijven staan. Om deze reden heeft de jeugdcommissie van CVV Achilles het pestprotocol in het leven geroepen. D.w.z. een verklaring van bestuur, trainers, leiders, ouders en spelers, waarin is vastgelegd is dat men het pestprobleem bij de voetbalvereniging volgens een bepaalde werkwijze aanpakt.

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 opserveren van het gedrag van de spelers. Veelal zorgen de spelers (pester of gepesten) dat de trainer niet 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 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 beduidend 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. Zorg ervoor dat de trainer of leider daarom ook in de kleedkamer aanwezig is en opserveer.

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 boven het pestgedrag staat.

Vaak dezelfde, verstrekkende gevolgen

Het slachtoffer van pesterijen zal nooit op zijn werkelijke niveau kunnen presteren. Pesten kent namelijk vrijwel altijd dezelfde gevolgen:

- * Het slachtoffer stopt veel energie in het probleem en kan zich niet concentreren;
- * Er komen psychosomatische klachten zoals hoofd- en buikpijn;
- * Het slachtoffer voelt zich bedreigd en wordt onzeker;
- * Er ontstaat een negatief zelfbeeld met alle gevolgen van dien.

Zoek de oplossing niet bij het slachtoffer

Omdat de oorzaak van het pestgedrag vaak is terug te voeren op het slachtoffer zelf, ligt het vaak voor de hand om daar de oplossing te zoeken. Dat is echter de verkeerde gedachte. Een trainer/leider moet in zijn ploeg namelijk zorgen voor emotionele veiligheid. Door zichzelf respectvol op te stellen naar alle spelers, ook diegenen die over minder voetbalkwaliteiten beschikken, ontstaat een betere onderlinge sfeer.

Verantwoordelijkheid ook naast het veld

Wordt er eenmaal gepest, dan is het van belang de pester op zijn gedrag aan te spreken. Dat moet niet alleen op het veld gebeuren, maar ook daarbuiten. De verantwoordelijkheid ligt dus niet alleen bij een trainer, maar ook bij de vereniging, de ouders en andere betrokkenen.

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 echt aanvoerder en 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 dat één van de eigen spelers opkomt voor iemand die gepest wordt. Maak hier echt gebruik van!

Het stappenplan om pestgedrag in te dammen:

1) Pestgedrag wordt gesignaleerd en wordt vervolgens gemeld bij de vertrouwenspersoon bij V.v. de Noormannen. Het e-mailadres van de

vertrouwenspersoon bij V.v. de Noormannen is:
vertrouwenspersoon@vvnoormannen.nl. Dit e-mailadres is beschermd tegen spambots. Deze hoort dit aan en wint informatie in. Er zijn twee mogelijkheden:

- a) Er is **geen sprake** van pestgedrag. Het probleem wordt afgehandeld door de vertrouwenspersoon met betrokkenen.
 - b) Er is **sprake** van pestgedrag. Er wordt een schriftelijk verslag gemaakt. De vertrouwenspersoon wint informatie in bij alle betrokkenen (ook meelopers en toekijkers). Vertrouwenspersoon gaat verder met stap 2.
- 2) Verdieping probleem door gesprek vertrouwenspersoon met leider/trainer, pester en gepeste. De problemen worden besproken en er worden afspraken gemaakt. Hiervan wordt een beknopt verslag gemaakt. De ouders van het gepeste kind en de pester worden schriftelijk op de hoogte gebracht van het gesprek en de gemaakte afspraken.
 - 3) Gedurende 4 weken voert aan het eind van de training/wedstrijd de vertrouwenspersoon met betrokken leider/trainer, pester en gepeste een gesprek. Hierin wordt besproken of de gemaakte afspraken nagekomen zijn/worden. Ook hiervan wordt een beknopt verslag gemaakt.
 - 4) Als blijkt dat er geen wezenlijke verbeteringen zijn aan het eind van de vierde week, wordt het pestgedrag bekend gemaakt bij de jeugdcommissie en zal door hen een sanctie gesteld worden (afhankelijk van de ernst van het probleem). De vertrouwenspersoon zal de jeugdcommissie hierin adviseren. De pester en zijn ouders worden door de jeugdcommissie schriftelijk op de hoogte gebracht van de sanctie. Tevens wordt het hoofdbestuur hierover geïnformeerd.
 - 5) Het probleem wordt afgesloten of er komt een eindgesprek van vertrouwenspersoon met leider/trainer en alle betrokken spelers. Van dit gesprek wordt een eindverslag gemaakt.

Sancties

1. Eenmalige definitieve waarschuwing (afhankelijk van zaak worden de ouders op de hoogte gebracht).
2. 1 of 2 weken niet welkom op trainingen/wedstrijden en ouders worden op de hoogte gebracht.
3. Schorsen voor een langer tijd of een sanctie op maat.
4. Einde lidmaatschap van V.v. de Noormannen.

Andere mogelijkheden zijn te bepalen door het bestuur van Achilles zoals:
Plaatsen in ander team
Aangifte politie (chantage)
Terugkoppeling naar ouders/gepeste/pestdenden/groep/school.

De regels van het pestprotocol:

- 1) Iemand niet op uiterlijk beoordelen
- 2) Niet iemand buitensluiten
- 3) Niet aan spullen van een ander zitten
- 4) Elkaar niet bij een bijnaam noemen, niet uitschelden
- 5) Elkaar niet uitlachen
- 6) Niet roddelen over elkaar
- 7) Elkaar geen pijn doen
- 8) Elkaar nemen zoals je bent
- 9) Geen partij kiezen (bij ruzie)
- 10) Geen aandacht aan de pester schenken. Blijft de pester doorgaan, dan aan de leider vertellen
- 11) De leider vertellen wanneer jijzelf of iemand anders gepest wordt (dit is geen klikken)
- 12) Eerst samen een ruzie uitpraten, daarna vergeven en vooral vergeten
- 13) Luisteren naar elkaar
- 14) Nieuwkomers in het elftal goed ontvangen en goed opvangen
- 15) Deze regels gelden natuurlijk niet alleen op de voetbalvereniging
- 16) Als je gepest wordt, praat er over, je moet het niet geheim houden.

Adviezen aan ouders:

- 1) Neem het probleem serieus, het kan uw kind ook overkomen.
- 2) Neem de anders van het gepeste kind serieus
- 3) Maak het tot een gemeenschappelijk probleem
- 4) Praat met uw kind over het team, over de relaties in het team, over wat leider en trainer doen, hoe zij straffen. Vraag hen ook af en toe of er in het team wordt gepest
- 5) Geef af en toe informatie over pesten, wie doen het, wat doen zij en waarom?
- 6) Corrigeer uw kind als het voortdurend iemand buitensluit
- 7) Geef zelf het goede voorbeeld
- 8) Leer uw kind voor anderen op te komen

Adviezen voor ouders van kinderen die pesten:

- Neem het probleem serieus
- Raak niet in paniek, elk kind loopt kans pester te worden
- Probeer achter de mogelijke oorzaak van het pesten te komen
- Maak uw kind gevoelig voor wat het anderen aandoet. Besteed aandacht aan uw kind
- Stimuleer uw kind tot het blijven beoefenen van sport

Adviezen aan ouders van gepeste kinderen:

- Als pesten niet bij V.v. de Noormannen gebeurt, maar op straat, kunt u de ouders van de pester opbellen en voorzichtig vragen er met hun kind over te praten. Gebruik daarbij als argument dat elk kind op straat veilig moet kunnen zijn. Niemand zal dat ontkennen
- Pesten op de vereniging kunt u het beste direct met de leider/trainer bespreken
- Als uw kind al lange tijd is gepest, vraagt dat om een uitgebreide aanpak. Neem contact op met de leider of de vertrouwenspersoon bij Achilles, ga bij de vereniging kijken, lees boeken en bekijk samen met uw kind videobanden over pesten.
- Als u van uw kind er met niemand over mag praten, steun dan uw kind. Geef het kind achtergrondinformatie en maak uw kind duidelijk, dat de vereniging het voorzichtig zal aanpakken als het daar ook besproken wordt, dit is op verzoek van kind of ouder ook echt mogelijk, we willen het niet moeilijker maken voor het kind.
- Beloon uw kind en help het zijn zelfrespect terug te krijgen
- Stimuleer uw kind tot het doen van die dingen waarin het goed is en kan uitblinken
- Houd de communicatie open, blijf dus in gesprek met uw kind. Doe dat niet op een negatieve manier, maar geef adviezen om aan het pesten een einde te maken. Een negatieve manier van vragen is bijvoorbeeld; wat is er vandaag weer voor ergs gebeurd?
- Steun uw kind in het idee dat er een einde aan komt
- Laat uw kind opschrijven wat het heeft meegemaakt. Dit kan best emotionele reacties bij uw kind oproepen. Op zich is dat niet erg, als het kind maar hierbij geholpen wordt de emoties te uiten en te verwerken
- Laat uw kind deelnemen aan een sociale vaardigheidstraining. Dit is te regelen via school, te geven door RIAGG of Onderwijsbegeleidingsdienst

E-mail vertrouwenspersoon V.v. de Noormannen:

vertrouwenspersoon@Noormannen.nl

Pesten... laat het ons weten dan kunnen we er samen wat aan doen!!