



Pestprotocol Kickboksvereniging Katana Gym

Katana Gym wil een veilige plek zijn voor alle leden. De vereniging stimuleert de leerlingen zich positief ten opzichte van elkaar te gedragen.

Voor ongewenst gedrag zoals pesten is een protocol opgesteld. Het protocol is bedoeld voor alle leden, bezoekers en derden die gebruik maken van de diensten van Katana Gym.

Katana Gym hanteert een pestprotocol om pesten te voorkomen en aan te pakken. De uitgangspunten van ons protocol zijn:

1. Preventieoptreden door aandacht voor goede sfeer en samenwerking in de les;
2. Aandacht voor tijdige signalering en het tijdig bewustmaken en bijsturen van leden en door leden onderling afspraken te laten maken;
3. Het aanpakken van pesten door het stellen van grenzen door de vereniging maar ook het zorgen voor hulp aan het gepeste lid en de pester op de langere termijn .

Het pestprotocol van Katana Gym bevat de volgende zaken:

1. Uitleg: hoe zit pesten in elkaar?
2. Actieplan: welke preventieve maatregelen neemt de vereniging?
3. Stappenplan: welke acties worden ondernomen, bij welke vormen van pesten?

1) Wat is pesten?

Pesten is het langdurig of herhaaldelijk uitoefenen van geestelijk en of lichamelijk geweld door een groep of persoon tegen één of meer medeleden, die niet (meer) in staat is of zijn zichzelf te verdedigen.

Het verschil tussen plagen en pesten

Vaak, als leden worden aangesproken op hun gedrag naar anderen, komen zij met het excuus dat het een grapje was. Hetzelfde gedrag, bijvoorbeeld spullen afpakken, of een duw geven, kan voor de ene persoon inderdaad een grapje zijn, maar voor de andere persoon kan er sprake zijn van pesten. De vraag is in hoeverre het gedrag plaatsvindt op basis van gelijkwaardigheid. Als beide leden even weerbaar en zeker van hun zaak zijn, is er sprake van plagen. Als één van de leden zich minder goed kan verweren, is er sprake van pesten.

Als pesten langer aanhoudt, vermindert het zelfvertrouwen van het gepeste lid. De weerbaarheid van het gepeste lid neemt af, en het plagen krijgt steeds meer het karakter van pesten. Er is dus sprake van een glijdende schaal.

Vormen van pesten

Hieronder staan een aantal voorbeelden van pesten:

- kapotmaken, afpakken of verstoppert van eigendommen
- naropen, uitlachen of belachelijk maken
- schelden of scheldnamen geven, dreigen
- het overdreven nadoen, imiteren van een ander
- iemand steeds uitsluiten van een groepsspel of sportactiviteit, doodzwijgen
- fysiek geweld
- afpersing: dwingen om geld of spullen te geven of iets voor de pester te doen
- digitaal pesten, via e-mail, chats, social media, sms of telefoontjes

De betrokkenen

Bij pestgedrag zijn een of meer pesters, de gepeste en de omstanders de belangrijkste betrokkenen. De gepeste wordt steeds onzekerder en trekt zich steeds verder terug. Voor de gepeste is het belangrijk om te praten over wat hem/haar overkomt, maar schaamte vormt een grote belemmering om het geheim te delen met ouders of vrienden. Ook is de gepeste bang dat het pesten erger wordt wanneer anderen proberen iets aan de situatie te veranderen.

Bij de pester komt het gedrag in eerste instantie ook voort uit onzekerheid. Pesten geeft een machtsgevoel dat moeilijk op te geven is. Goedkeuring, of in ieder geval een gebrek aan afkeuring, bevestigen de pester in zijn/haar gedrag.

Omstanders houden zich afzijdig uit angst om ook gepest te worden. Soms sluiten zij zich zelfs bij de pester aan, om ervoor te zorgen dat zij zelf buiten schot blijven. Door het gedrag van de omstanders wordt de pester niet geremd in zijn/haar gedrag.

Signaleren

Leden moeten voortdurend alert zijn op pestgedrag. Het alert zijn vergt een inspanning van alle (bestuurs)leden, die voortdurend ongewenst gedrag moeten afkeuren en gewenst gedrag moeten belonen. Toch kan het zijn dat pestgedrag een tijd lang niet wordt opgemerkt, doordat het achter de rug van (bestuurs)leden om, of via de sociale media gebeurt.

Als leden het vermoeden hebben dat een lid gepest wordt, moeten zij in eerste instantie contact opnemen met de vertrouwenspersonen binnen de vereniging.

De vertrouwenspersoon kan als onafhankelijke persoon aanhoren wat er speelt, en advies geven aan de leden over hoe te handelen.

2) Welke preventieve maatregelen neemt de vereniging?

Werken aan een goede basis: samen afspraken maken

Tijdens de (kennismakings)lessen wordt aandacht besteed aan een positieve benadering door leden naar elkaar toe. De Sensei wijst leden en leden wijzen elkaar onderling, als nodig, op de gemaakte afspraken m.b.t. omgangsnormen binnen de vereniging. We stimuleren leden zelf verantwoordelijk te zijn voor de sfeer in de groep. Ervaring leert dat leden die, begeleid door de vertrouwenspersonen, zelf in een vroeg stadium onderling problemen oplossen, zich eerder bewust worden van de consequenties van hun gedrag.

Grenzen aan de verantwoordelijkheid van de vereniging.

In principe is het zo dat elke vorm van pesten tussen leden van de vereniging, de positieve verhoudingen op de vereniging kan verstoren. Wanneer het pesten buiten de vereniging om plaatsvindt, maar op negatieve wijze doorwerkt in het verenigingsklimaat, kan de vereniging een rol spelen in het vinden van een oplossing voor het pestprobleem.

Om bij te kunnen dragen aan het vinden van oplossingen voor pestproblemen die zich buiten vereniging afspelen, zoals bijvoorbeeld pesten via de sociale media, is de vereniging afhankelijk van het signalerend vermogen van de overige leden en van leden die omstander zijn.

3) Het stappenplan in geval van pesten

Bij pesten wordt onderscheid gemaakt in opeenvolgende fasen. Iedere fase vraagt om een bepaalde aanpak. Pesten begint bij plagen, na aanhoudend plagen kan gesproken worden van pesten, en bij aanhouden kan pesten ernstige consequenties hebben voor het gepeste lid en voor betrokkenen. Ook kan een pestincident zonder aanleiding of voorgeschiedenis een bepaalde ernst hebben, en om een aanpak vragen die overeenkomt met een van de fasen.

In alle gevallen is het signaleren en melden van pestgedrag van belang, zodat tijdig kan worden ingegrepen.

- Bestuursleden en leden dienen continu alert te zijn op signalen van pesten.
- Signalen van pesten of klachten over pesten: melden bij de sensei, of (eventueel anoniem) bij de vertrouwenspersoon van Katana Gym.
- Een van de vertrouwenspersonen ondersteunt leden bij het analyseren van pesten en eventueel bij het zoeken naar passende hulp door externe instanties.

Fase 1

Van toepassing op:

Kleine incidenten, waarbij de grens tussen plagen en pesten maar net overschreden wordt en waar pesters en gepesten geen pestgeschiedenis hebben.

Handelen (door bestuursleden en/of sensei):

Het gedrag van de leden wordt door de bestuursleden en/of sensei positief bijgestuurd. Bestuursleden en/of sensei geven aan welk gedrag niet acceptabel is en waarom. Deze incidenten worden vervolgens doorgegeven aan de sensei van de groep, zodat die binnengekomen signalen kan analyseren en er tijdens lessen aandacht aan kan geven.

Fase 2

Van toepassing op:

Een reeks kleine incidenten, waarbij het pesten niet ophoudt na het positief bijsturen door bestuursleden en/of sensei.

Of, een groter incident dat door het slachtoffer als bedreigend wordt ervaren.

Handelen (door bestuursleden en/of sensei):

Een gesprek op de vereniging waarbij zowel de pesters, de gepesten en eventueel een selectie van omstanders aanwezig zijn. Tijdens dit gesprek wordt gezamenlijk geprobeerd het probleem helder te krijgen. Getoetst wordt of het betrokken lid, inclusief de pester, begrijpen dat er een onwenselijke situatie is ontstaan. Het gepeste lid krijgt de gelegenheid uit te leggen hoe hij/zij de gebeurtenissen ervaart. De pester krijgt de gelegenheid om uit te leggen hoe hij of zij tot dergelijk gedrag is gekomen. De pester krijgt de gelegenheid een oplossing aan te dragen en excuses aan te bieden. Er worden duidelijke afspraken gemaakt om de situatie te veranderen en er wordt een afspraak

gemaakt voor een vervolgesprek. In het vervolgesprek wordt nagegaan met de betrokken leden in hoeverre de afspraken effectief waren.

Van alle gesprekken wordt een verslag gemaakt door de secretaris van de vereniging. Na afloop van het eerste gesprek worden de ouders van alle betrokken leerlingen ingelicht.

Fase 3

Van toepassing op:

De situatie waarin de aanpak in fase 3 niet tot het gewenste resultaat leidt.

Of, als sprake is van intimidatie, lichamelijk letsel en/of vernieling van eigendommen.

Handelen (door bestuursleden):

De pester wordt op de spitschool uitgenodigd voor een gesprek.

Er volgen passende disciplinaire maatregelen voor de pester, waarbij het bestuur kan besluiten het lidmaatschap per direct te ontbinden en de toegang tot de locatie te ontzeggen.