



# PESTPROTOCOL

## **Pesten en ruziemaken? Hoe ga je ermee om?**

Pesten komt helaas in iedere sportvereniging voor, zo ook bij de FCCL. De FCCL wil haar leden een omgeving bieden, waarin ieder lid zich op een prettige en positieve wijze kan ontwikkelen. Pesten en ruzie maken verstoort dat. Het is daarom belangrijk om een duidelijk en helder beleid te hebben waar alle betrokkenen op kunnen terugvallen

Wij willen dit als vereniging onderkennen en hebben daarom een pestprotocol opgesteld. Dit protocol is bij alle commissies bekend en wordt door iedereen gehanteerd. Het protocol is een vastgelegde handwijze over hoe we pestgedrag en ruziemaken willen benaderen. Het doel is alle betrokkenen duidelijkheid te bieden over de gevolgen, de ernst en ook de aanpak van ongewenst gedrag. Er liggen enkele uitgangspunten aan ten grondslag.

## **Uitgangspunten**

- Pesten en ruziemaken moet als probleem worden gezien door alle direct betrokkenen, dat wil zeggen door sporters, gepeste kinderen, pesters en de zwijgende groep, trainers, ouders/verzorgers.
- De FCCL moet pestproblemen proberen te voorkomen door het scheppen van een veilig klimaat waarbinnen pesten en ruziemaken als ongewenst gedrag wordt ervaren en niet wordt geaccepteerd.
- Los van het feit of pesten en ruziemaken wel of niet aan de orde is, moet het onderwerp pesten en ruziemaken met de kinderen worden besproken, waarna aan hen de regels worden verteld.
- Trainers zullen alert zijn op pestgedrag in algemene zin.
- Als pesten en/of ruziemaken optreedt zullen trainers (in samenwerking met de ouders) dat serieus nemen en actie ondernemen.
- Wanneer pesten en/of ruziemaken ondanks alle inspanningen toch weer de kop opsteekt, beschikt de FCCL over een duidelijk stappenplan.

## **Het probleem dat pesten heet!**

De piek van het pesten ligt tussen 10 en 14 jaar, maar ook in lagere groepen wordt er gepest. Een pestprotocol alleen is niet voldoende om een eind te maken aan een eventueel pestprobleem. Het is beter om het onderwerp aan de orde te laten komen, zodat het ook preventief kan werken. De trainer heeft daarin een zeer belangrijke rol. Hij vertelt in de groep wat de regels zijn, wat gewenst en wat ongewenst gedrag is. Hij gaat daarover in gesprek met de leden en straalt uit, dat pesten en ruzie maken niet bijdragen aan een positieve sfeer en niet bijdragen aan het plezier van ieder individueel lid en dit plezier zelfs kan bederven.



# FIETSCROSS CLUB LICHTENVOORDE



## Hoe willen we ermee omgaan?

- Binnen de FCCL zal het bestuur regelmatig vragen aan de trainer/coördinator of er nog gevallen van pesterijen of ruzie maken aan de orde zijn geweest.
- Onderwerpen als veiligheid, omgaan met elkaar, rollen in de groep, aanpak van ruzie etc. worden regelmatig in iedere commissie besproken.
- 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 (verbaal)geweld worden opgelost maar worden uitgesproken. Agressie (op welke manier dan ook), wordt niet getolereerd bij de FCCL.
- Een effectieve manier om pesten en/of ruzie maken 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 een trainer niet wordt opgevat als klikken. Van jongs af aan brengen we de kinderen dit al bij. Je mag niet klikken, maar....als je wordt gepest of ruzie hebt met een ander en je komt daar zelf niet uit dan mag je hulp aan de trainer vragen. Dit wordt niet gezien als klikken.

## REGEL 2

De tweede stelregel is dat een clubgenoot ook de verantwoordelijkheid heeft om pestgedrag dat hij of zij ziet, te melden aan de trainer, want alle clubleden zijn immers verantwoordelijk voor een goede sfeer in de groep.

## REGEL 3

FCCL en de gezinnen halen voordeel uit een goede onderlinge samenwerking en communicatie. Dat betekent, dat ouders, leden en bestuur verantwoordelijk zijn voor een goed sfeer binnen de club en signalen van pesten en/of ruziemaken melden bij de trainer. Daarmee wordt de uitvoering van het pestprotocol breed ondersteund.

## De gouden regels vanuit ons pestprotocol zijn

1. Je beoordeelt een andere rijder niet op zijn/haar uiterlijk of prestaties.
2. Je sluit een andere rijder niet buiten van activiteiten.
3. Je komt niet zonder toestemming aan de spullen van een ander.
4. Je scheldt een andere rijder niet uit en verzint geen bijnamen.
5. Je lacht een andere rijder niet uit en je roddelt niet over andere rijders.
6. Je bedreigt elkaar niet en doet elkaar geen pijn.
7. Je accepteert een andere rijder zoals hij of zij is.
8. Je bemoeit je niet met ruzie door zomaar partij te kiezen.
9. Als je zelf ruzie hebt of gepest wordt praat het eerst uit, lukt dit niet meld dit dan bij de trainer en je ouders.
10. Als je ziet dat een rijder gepest wordt, meld dit bij de trainer. Dit is geen klikken!
11. Alle kinderen zijn welkom bij de FCCL, ongeacht uiterlijk, prestaties of achtergrond. Alle kinderen worden goed ontvangen.
12. Vorm geen groepjes met als doel om een andere rijder te intimideren.

Immers:

Kinderen die pesten zitten zelf in de nesten



## **Aanpak van ruzies en pestgedrag in vijf stappen,**

### **STAP 1**

Wanneer rijders ruzie hebben en/of elkaar pesten proberen zij er eerst samen uit komen. Dit kan bijvoorbeeld door de ander duidelijk aan te geven dat je iets niet prettig vindt.

Wanneer je ziet dat een andere rijder zich niet houdt aan de gouden regels, probeer je deze rijder(s) daarop aan te spreken.

### **STAP 2**

Op het moment dat je er samen niet uitkomt, meld je dit bij de trainer. Dit is geen klikken!

Vind je dat moeilijk, dan meld je het bij je ouders. Zij moeten dan de trainer inlichten.

### **STAP 3**

De trainer gaat een gesprek aan met de groep en spreekt de groep aan op hun gezamenlijke verantwoordelijkheid voor een goede sfeer in de groep. Hij licht toe, dat hij signalen van pesten en/of ruziemaken heeft ontvangen. Hij noemt geen namen, maar ziet het gemelde nog als een groepsprobleem. Hij geeft ook aan dat hij de boel goed in de gaten gaat houden en wat de volgende stap zal zijn, als er weer een melding komt.

### **STAP 4**

Wanneer de trainer opnieuw een melding van pestgedrag en/of ruziemaken krijgt, gaat hij samen met de trainerscoördinator een gesprek aan met de pester(s)/ruziemaker(s) en degene die gepest wordt en/of waar ruzie mee is gemaakt. Er wordt duidelijk aangegeven wat wel en niet getolereerd wordt en wat de sancties kunnen zijn bij herhaaldelijk pestgedrag/ruzie maken. (zie sancties/consequenties)

Ook informeert de trainerscoördinator de ouders van de betrokken kinderen en gaat met hen in gesprek om het plan van aanpak toe te lichten.

### **STAP 5**

Bij herhaling van pestgedrag en ruziemaken van dezelfde leden nemen de trainer en trainerscoördinator duidelijk stelling en houden een ernstig gesprek met de rijder(s) die pest(en)/ruzie maakt (en). De fases van sancties/consequenties treden in werking (zie sancties/consequenties).

### **Schriftelijke vastlegging en eindverantwoordelijkheid**

Het bestuur wordt van ieder genomen stap op de hoogte gebracht. Vanaf stap 2 wordt door een bestuurslid schriftelijk vastgelegd, wat er gebeurd is, wat er afgesproken is en welke rijder(s) erbij betrokken zijn.

### **Sancties/consequenties**

Als de stappen 1 tot en met 4, zoals hierboven beschreven, niet tot het stoppen van pestgedrag en/ruziemaken leiden, treden de hieronder volgende fasen van sancties/consequenties in werking:



## FASE 1

- De rijder(s) mogen een of meerdere trainingen niet meetrainen.
- Gesprekken met de rijder(s) en hun ouders, over de gevolgen van het gedrag voor de andere rijder(s)
- Er worden afspraken gemaakt met de rijder(s) over gedragsveranderingen. De afspraken worden schriftelijk vastgelegd en aan de rijder(s) overhandigd en worden na het hervatten van de trainingen iedere keer kort nabesproken, waarna na een maand een eind evaluatie zal plaats vinden.

## FASE 2

- Wanneer het pestgedrag na het uitvoeren van fase 1 niet stopt wordt tot schorsing overgegaan. Deze is maximaal drie maanden, zoals beschreven staat in de statuten. In die maanden mag de rijder niet uitkomen in wedstrijden, waarin hij de FCCL vertegenwoordigt. Na maximaal drie maanden vindt er een gesprek plaats, op initiatief van de rijder(s), tussen de rijder(s) en het bestuur en worden voorwaarden gesteld op grond waarvan de trainingen en wedstrijden in naam van de FCCL kunnen worden hervat.

## FASE 3

- Wanneer het pesten/ruziemaken opnieuw begint met dezelfde rijder(s) wordt het lidmaatschap opgezegd. Dit gebeurt ook in extreme gevallen, waarin extreem fysiek geweld en/of intimidatie heeft plaatsgevonden. Fase 1 en 2 worden dan overgeslagen.

## Schriftelijke vastlegging en verantwoordelijkheid

Iedere fase wordt schriftelijk vastgelegd door een bestuurslid. De beslissing tot schorsing en/of beëindiging van het lidmaatschap wordt door het bestuur genomen in afstemming met de trainerscommissie en/of andere betrokken commissies. Wanneer activiteiten van de FCCL worden georganiseerd, zijn niet de trainers, maar de leiding van de activiteiten belangrijke personen in het pestprotocol. Daar waar hierboven trainer staat, wordt dan leden van de activiteitencommissie bedoeld. Ook zij informeren bij iedere stap het bestuur en de trainerscommissie.

De FCCL realiseert zich dat pesten/ruziemaken vaak buiten het gezichtsveld van de trainers plaatsvindt. Toch heeft de FCCL ervoor gekozen iedere melding hierover serieus te nemen en voelt de FCCL zich verplicht de gepeste te beschermen. Geprobeerd is hier eerst vriendelijk en groepsgewijs op te reageren, maar uiteindelijk niet de bewijslast bij de gepeste te leggen ervan uitgaande dat iedere rijder naar eer en geweten met dit protocol omgaat en heel wat moet overwinnen om een melding bij de trainers te doen. Ook blijft de FCCL benadrukken dat de oplossing ligt in de gezamenlijk verantwoording van alle leden en hun ouders om pesten zo veel mogelijk te voorkomen. De FCCL gaat ervan uit dat alle ouders dit protocol bespreken met hun kind en bij vragen het bestuur benadert.