EEN LEVEN LANG DZC’68

Anti-pestprotocol DZC’68

Doetinchem,
Maart 2023
Vrijwilligerscommissie/Prettig Sportklimaat

DZC’68 wil voor alle leden een veilige vereniging zijn. In het beleidsplan van DZC’68 is één van de doelstellingen: DZC’68 is een club waarbij het veilig, gezond en prettig sporten is. Voor alle leden zijn er door DZC’68 gedragsregels opgesteld voor het creëren van een veilige vereniging:

Welkom bij DZC’68

Wij respecteren de volgende gedragsregels:

Respect voor iedereen en elkaars eigendommen
Eerlijk en open communiceren wij met elkaar
Samenwerken doen wij om dingen voor elkaar te krijgen
Positief gaan wij met elkaar op
Exclusief is iedereen en iedereen kan zichzelf zijn
Centraal staat dat iedereen plezier heeft
Trots zijn wij op onze vrijwilligers

PRETTIG SPORTKLIMAAT

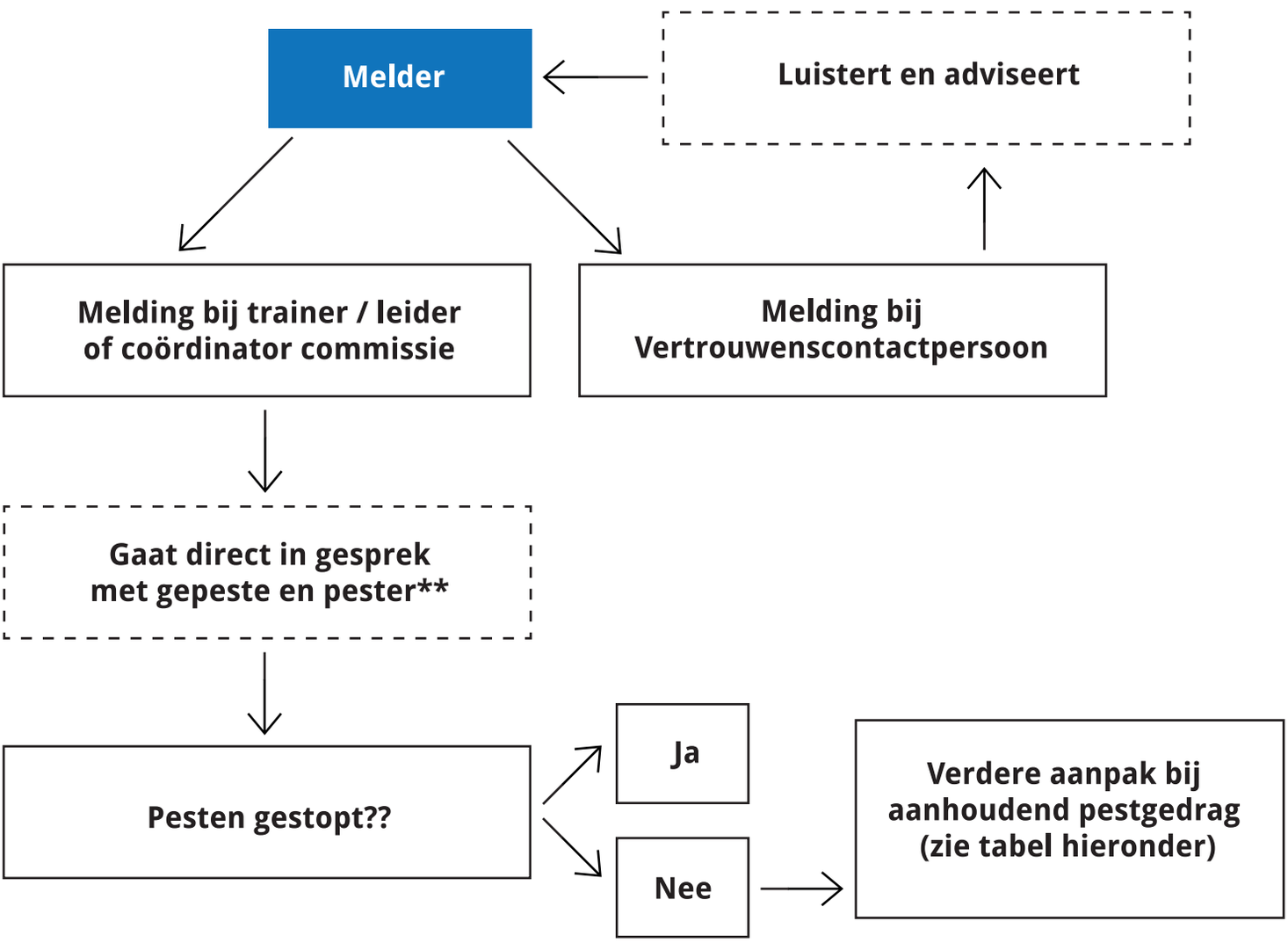
RESPECT KNVB

Dit betekent dat de vereniging expliciet stelling neemt tegen pestgedrag en concrete maatregelen en stappenplan voorstelt wanneer pestgedrag gesignaleerd en/of gemeld wordt.

Stappenplan bij pesten

Een melding van pesten kan door iedereen gedaan worden.
Voorbeelden:

Speler/vrijwilliger:	Ik word gepest
Ouder:	Mijn kind wordt gepest
Ouder:	In het team van mijn kind wordt gepest
Trainer/leider/Vrijwilliger:	Ik zie dat er gepest wordt in het team of commissie



* Leden en ouders van leden kunnen altijd op eigen initiatief contact opnemen met de vertrouwenscontactpersonen.

** bij personen onder 18 jaar worden de ouders/verzorgers door de leider of trainer op de hoogte gesteld.

Aanpak bij aanhoudend pestgedrag

Onderstaande aanpak is een leidraad. Voor iedere melding van pesten kan maatwerk nodig zijn. Ondersteuning bij de aanpak en de stappen gebeurt volgens de lijn in het organogram: coördinator-manager-bestuur.

Stappen	Toelichting	Wie	Ondersteuning
Verdieping probleem bij aanhoudend pestgedrag	- Leeftijdscoördinator wordt op de hoogte gesteld - Informeert bij alle betrokkenen (ook meelopers en toekijkers). - Gaat in gesprek met leider/trainer, pester en gepeste en eventueel het hele team.	- trainer/leider - Leeftijds-coördinator - Leeftijds-coördinator	Manager breedtesport / prestatiesport Vertrouwenscontact-persoon*
Afspraken	- afspraken worden gemaakt met betrokkenen - termijn voor evaluatie wordt afgesproken (2 of 4 of 6 weken) - afspraken worden schriftelijk vastgelegd	- Leeftijds-coördinator	Manager breedtesport / prestatiesport Vertrouwenscontact-persoon*
Evaluatie	- wekelijks contact met de betrokkenen gedurende de afgesproken termijn	- Leeftijds-coördinator	Manager breedtesport / prestatiesport Vertrouwenscontact-persoon* Vrijwilligerscommissie***
Afsluiting	- eindgesprek met betrokkenen aan het eind van de afgesproken termijn **Conclusie:** A: probleem is opgelost en wordt afgesloten B: probleem blijft bestaan. Sancties door bestuur	- Leeftijds-coördinator	Manager breedtesport / prestatiesport Vertrouwenscontact-persoon* Vrijwilligerscommissie*** Bestuur

*** Vrijwilligerscommissie/Prettig Sportklimaat kan ondersteunen door middel van aanwezigheid ‘langs de lijn’ bij trainingen en wedstrijden, signalerende functie.

Aanvullende informatie:

Pestgedrag valt niet te tolereren. Niemand mag er de ogen voor sluiten. Niemand mag aan de kant blijven staan. Het is belangrijk om onderscheid te maken tussen pesten en plagen.

1. 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.
2. Wanneer een speler echter gepest wordt, betekent het dat hij/zij regelmatig het slachtoffer is van pesterijen. Wat hij/zij ook doet, het is nooit goed. Het pesten speelt niet tussen twee gelijken, maar de onmacht van het slachtoffer staat tegenover de macht van de pester. De belangrijkste stelregel bij het verschil tussen plagen en pesten binnen een team is hoe de ontvanger het zelf ervaart.
   De zender kan het nog net zo leuk bedoeld of gezegd hebben, de ontvanger bepaalt uiteindelijk wat plagen is en wanneer het pesten wordt.

Niemand verdient het om gepest te worden!
Ook niet omdat iemand vindt dat je 'anders' bent!
Je bent niet anders, je bent jezelf!
Het is nooit jouw schuld dat je gepest wordt!

De gevolgen van pesten zijn soms heel ernstig en kunnen iemand levenslang 'beschadigen'
Slachtoffers van pesten of roddelen voelen zich vaak slecht , verdrietig en eenzaam.
Ze gaan zichzelf door het pesten minder leuk vinden, vertrouwen hun leeftijdsgenoten niet en ze zijn bang om naar school of naar hun sportvereniging te gaan.

Meelachen is meedoen.
Niets doen is stilzwijgend goedkeuren.

Wat kun je doen voor iemand die gepest wordt?

Zie of hoor je dat iemand gepest wordt?
Maak een praatje met hem of haar. Laat zien dat je er bent en dat je een luisterend oor wilt zijn.
Maak duidelijk dat jij haar of hem wél belangrijk, oké , tof en leuk vindt.
Vraag hoe je zou kunnen helpen.Kleine dingen kunnen al het verschil maken bij pesten of roddelen.
Bijvoorbeeld niet meelachen/ meeroddelen met de pester of over een ander onderwerp beginnen.
Durf je je mening te zeggen tegen de pestkop? Leg dan duidelijk en rustig uit dat je het gepest niet oké vindt en dat je vindt dat het moet stoppen.
Vind je het moeilijk om het alleen op te nemen tegen de pester?
Praat met andere teamgenoten of met vrienden Misschien kun je samen aan de pester uitleggen dat je het niet eens bent met zijn gedrag.

Pestkoppen zijn geen slechte kinderen.
Ze uiten zich wel op een negatieve manier.

Wat als je zelf de pester bent?

Ben je onzeker en kies je voor de ‘aanval’ om zo je plekje in de groep op te eisen?
Heb je misschien moeite om om te gaan met je frustraties of je eigen gevoelens? Ben je boos of verdrietig over wat niet goed gaat in je leven?
Zoek je misschien manieren om cooler over te komen? Maak je jezelf zo stoerder dan je bent?
Ook dan kun je altijd terecht bij de vertrouwenscontactpersoon. Misschien kunnen we met jou naar een oplossing zoeken.

Wat laat het pesten stoppen?

"Het pesten moet nu stoppen", dat is sneller gezegd dan gedaan.
Pesten is een manier van de pester om zich sterker te voelen.
Hij/zij stopt pas echt als hij geen aandacht meer krijgt van de groep.
Een goede sfeer in jullie team is het beste tegengif voor pesten.
Daar kun je zelf natuurlijk maar een klein stukje aan doen. Een fijne sfeer bouw je samen en je trainer of leider spelen hierin een heel belangrijke rol.
Als je wilt praten met een vertrouwenscontactpersoon van DZC'68 dan kan dat altijd.
Bij DZC’68 zijn twee **vertrouwenscontactpersonen** aangesteld. Alles wat je tegen hen vertelt, is helemaal in vertrouwen en wordt aan niemand anders doorverteld. Als je het spannend vindt om alleen te komen praten, dan mag je altijd iemand meenemen. Bijvoorbeeld je ouders, een broer of zus of een vriend of vriendin.
De vertrouwenscontactpersoon probeert dan samen met jou hoe we het pesten kunnen stoppen.
En zoals hierboven al eerder gezegd; dat is geen klikken! Je mag en je moet voor jezelf opkomen als je je niet veilig voelt.

Wie, wat of hoe je ook bent... je mag er zijn !