



Bij Tempo houden we het leuk, pesten doen we niet!

Tempo is een leuke hockey- en Lacrosseclub waar iedereen zich veilig voelt. Fair play geldt voor zowel de tegenpartij als je eigen team. Pesten doen we niet. Boosheid is een gevoel en gevoelens zijn er nu eenmaal. Er is niets mis met woede of boosheid, maar agressie en geweld zijn niet acceptabel. Bij Tempo wordt pesten niet getolereerd.

Dit is pesten

Met woorden: vernederen, belachelijk maken, schelden, dreigen, met (vervelende) bijnamen aanspreken, gemene briefjes, mailtjes, sms-jes, app-jes schrijven, vervelende reactie's en posts op social media.

Lichamelijk: trekken aan kleding, duwen en sjoeren, schoppen en slaan, krabben en aan haren trekken, wapens gebruiken, gebaren.

Achtervolgen: opjagen en achternalopen, in de val laten lopen, klemzetten of rijden, opsluiten.

Uitsluiting: doodzwijgen en negeren, uitsluiten tijdens trainingen, wedstrijden, toernooien en feestjes.

Stelen en vernielen: afpakken van kledingstukken, sporttas of sportspullen, banden lek prikken, fiets beschadigen.

Afpersing: dwingen om geld of spullen af te geven, het afdwingen om iets voor de pestende leerling te doen.

10 gouden regels om pesten te voorkomen

1. Ik accepteer en respecteer de ander.
2. Ik scheld niet en doe niet mee aan uitlachen en roddelen.
3. Ik zorg goed voor de spullen van de ander.
4. Als iemand mij hindert, vraag ik hem/haar ermee te stoppen.
5. Ik luister naar een ander.
6. Ik gebruik geen geweld.
7. Ik ga zo om met anderen zoals ik wil dat ze met mij omgaan.
8. Als het nodig is kan ik bij de coach of trainer terecht.
9. Ik zorg ervoor dat de sportclub en omgeving netjes blijft.
10. Ik help anderen om zich ook aan deze afspraken te houden.



Omgang en gedrag

De wijze waarop met elkaar wordt omgegaan en ons gedragen is heel belangrijk. Voorkomen is immers beter dan genezen. Coaches, trainers en begeleiding hebben een grote verantwoordelijkheid hierin en spelen een belangrijke rol. Zij kunnen heel sturend zijn en pestgedrag voorkomen of in de kiem smoren.

Als het wél mis gaat

Mocht het onverhoopt mis gaan dan gebruiken we dit stappenplan:

- Pestgedrag wordt gesignaleerd (let op: pesten gebeurt meestal stiekem, dus ook bij twijfel ingrijpen).
- Betrokkenen worden aangesproken:
 - ▲ de gepeste krijgt hulp/ een luisterend oor,
 - ▲ de pester wordt aangesproken op zijn gedrag,
 - ▲ pester en de gepeste spreken het uit; waarbij de pester in ieder geval zijn excuses dient aan te bieden.
- Afhankelijk van de ernst van de situatie maakt de coach, trainer of begeleider melding van pestprobleem bij de vertrouwenspersoon of het bestuur.
- Melden heeft tot doel om het te voorkomen en eventueel signaleren van grotere problemen. Bijvoorbeeld kinderen die vaker betrokken zijn bij pestproblemen.
- Indien het pesten volhardt, moet er altijd melding worden gemaakt.
- De hulp van de vertrouwenspersoon (kan) worden ingeroepen. Deze hulp kan variëren van het geven van advies aan de begeleiders, hoe er mee om te gaan of tot actief ingrijpen.
- De ouders van de kinderen worden er altijd bij betrokken.
- Op pestgedrag staan sancties zoals schorsing van een training tot in het uiterste geval tot verwijderd worden van de club. Deze laatste beslissing wordt uiteraard genomen door het bestuur.

Het anti-pest protocol van Tempo

Het anti-pest protocol wordt gekenmerkt door gebruik van een vijfsporen aanpak:

- 1) Algemene verantwoordelijkheid van de vereniging door:
 - Trainers
 - Coaches
 - Begeleiding
 - Bestuur
- 2) Het bieden van steun aan de gepeste jongere.
- 3) Het bieden van steun aan de pester.
- 4) Het betrekken van de middengroep bij het probleem.
- 5) Het bieden van steun aan de ouders.



Rol/rollen van coaches, trainers en begeleiders

- Bespreken van omgangsregels met het team en hier met het team afspraken over maken (contract).
- Zijn aanspreekpunt voor ouders en kinderen.
- Hebben een signalerende functie.
- Als zij pestgedrag signaleren spreken zij betrokkenen hierop aan en werken met hen naar een oplossing toe.
- Als zij vragen hebben of ondersteuning nodig hebben kunnen ze terecht bij vertrouwenspersonen en/of het bestuur. Als het probleem hiermee niet is of wordt opgelost naar ieders tevredenheid melden ze dit bij vertrouwenspersonen en/of het bestuur.

Rol/rollen van ouders

- Signalerende functie.
- Corrigerende functie.
- Voorbeeldfunctie naar de kinderen in positief gedrag op en naast het sportveld.
- Positieve actieve houding om het probleem op te lossen.

Wanneer vertrouwenspersoon en/of bestuur benaderen?

Bij vragen rondom het pesten kan het zijn dat er een voorkeur om dit te bespreken met een van onze vertrouwenspersonen en/of het bestuur. Dat kan ook als er behoefte is aan ondersteuning bij pestproblematiek. Spreek hen aan of stuur een e-mail naar een van onze vertrouwenspersonen (vertrouwenspersoon@mhctempo.nl).