

## Activiteitenkalender 2015

### Ambassadeurs

Ook in 2015 hebben bekende Nederlanders zich weer aan ons verbonden. Zij maken zich sterk voor de Stichting Aandacht voor Pesten.

- Heleen Lubbers: Zij biedt zich aan als gastspreker op scholen en bij organisaties en instellingen. Tevens geeft zij inspirerende workshops over pesten. Heleen Lubbers is de dochter van oud-premier Ruud Lubbers, en heeft een pestverleden.
- Justen Beer: Breakdancer: Winnaar van onder meer Everybody Dance Now en King of the Kidz. Justen werkt actief mee in het MakeMyDay-project.

### Algemene hulp, crisis- en spoedhulp

In 2015 zijn er veel verzoeken binnengekomen m.b.t. algemene hulp bij pesten. De thema's die hierbij het meeste voorkomen zijn:

- Individuele hulpvragen. Hulpzoekenden hebben "last" van hun pestverleden en geven aan daar hulp voor te willen. Hierbij worden desgevraagd de hulpzoekenden doorverwezen naar de aan de Stichting verbonden hulpverleners.
- Ouders van een gepest kind die, vaak ten einde raad, op zoek zijn naar informatie. De vragen die leven zijn: Wat kan ik doen als mijn kind gepest wordt? Waar kan ik terecht? Welke stappen kan ik nemen om verandering te brengen in de situatie.
- Suicide. Hulpzoekenden geven aan het leven uitzichtloos te vinden en maa één uitweg te zien.....

### Informatieverstrekking onderwijs

Dit jaar zijn we overspoeld door leerlingen van de basisschool, middelbare scholen en het hoger onderwijs voor informatie. Veel scripties, afstudeerprojecten, interviews, opdrachten en spreekbeurten zijn met behulp van onze input geschreven.

### Maatschappelijke stage

De Stichting was voornemens om een mogelijkheid te creëren om een maatschappelijke stage te volgen. Echter in 2015 is de verplichting van scholen om deze stage aan te bieden in hun lesprogramma komen te vervallen. Wij hebben besloten om onze activiteit tijdelijk te bevriezen en te kijken of de vraag naar een maatschappelijke stage actueel blijft.

## Aandacht in de media

De Stichting aandacht voor Pesten heeft haar expertise beschikbaar gesteld (zowel voor als achter de schermen) bij de onderstaande media.

- **7 januari 2015, De Stem/BN, Onderwijsbijlage** met daarin de special “De Overstap”. De special is gewijdt aan jongeren die in 2015 naar de middelbare school gaan. het onderwerp pesten wordt belicht in deze special.
- **2 maart 2015, KRO-NCRV** Televisie, Thema Cyberpesten. Op de website “dagtegenpesten.nl” wordt gelinkt naar de website [www.aandachtvoorpesten.nl](http://www.aandachtvoorpesten.nl)
- **19 april 2015, ‘Dag tegen Pesten’**. De sportschool ‘Betaalbaar sporten’ in Utrecht heeft een event georganiseerd. Deelnemers konden zich voor verschillende activiteiten inschrijven. De opbrengst is naar de Stichting gegaan.
- **1 augustus 2015, tijdschrift ‘Mijn Geheim’**. Een uitgebreid artikel over pesten op de werkvloer is geplaatst in het tijdschrift.
- **17 september 2015, RTL-nieuws** i.v.m. zelfmoord 14-jarige scholiere uit Lelystad
- **2 november 2015, Viva** mbt item pesten op de werkplek.
- **5 november 2015, Artikel in het Parool** (Ps van de Week) over het feit dat een uitnodiging voor een feestje niet vanzelfsprekend is voor iedereen.
- **Libelle**
- **RTL 4 en 5**
- **Vara**
- **BNN**
- **KRO/NCRV**

## MakeMyDay

In 2015 heeft de Stichting Aandacht voor Pesten met haar samenwerkingspartner CooperVision wederom een aantal succesvolle MakeMyDay’s kunnen weggeven.

Bij het MakeMyDay-project worden leerlingen van basisscholen en middelbare scholen, leerkrachten, ouders etc. uitgenodigd om een klas op te geven die aandacht nodig heeft omdat er bijvoorbeeld wordt gepest, kinderen worden buitengesloten, of de sfeer is niet goed. Het doel van het MakeMyDay-project is, de veiligheid in de klas herstellen/ verbeteren, en een verandering teweegbrengen in de cohesie zodat dit een basis vormt om verder te kunnen bouwen aan een veilige leer- en leefomgeving.

MakeMyDay bestaat uit 2 onderdelen te weten:

- Bewustwording- en inzichtsworkshop gegeven door twee Kinder- en Jeugdtherapeuten welke gespecialiseerd zijn in het thema “Pesten en veiligheid”.
- Het MakeMyDay-event. Bij het event worden plezier en leren over pesten/je veilig voelen, samengebracht.
  - Bij het event hebben Henk Pieterse van Pesten.nl en Schooljudo een clinic gegeven.
  - Onze ambassadeur Justen Beer geeft een clinic breakdance.

Er zijn in 2015 totaal 3 MakeMyDay-projecten weggegeven.

Het MakeMyDay-project is mogelijk gemaakt door contactlensspecialist CooperVision. Zonder hun inzet, input, bemiddeling en aandacht voor wat er nodig was waren de MakeMyDay's niet tot stand gekomen.

Ook voor 2016 heeft CooperVision toegezegd om weer 4 MakeMyDay-projecten te financieren. Op de website [www.make-myday.nl](http://www.make-myday.nl) kun je een klas aanmelden. Tevens zijn hier videoimpressies te bekijken van enkele MakeMyDay's.

## Aftrap Landelijk project ‘Gepest en dan?’ voor mensen met een licht verstandelijke beperking.

Medio Juni 2015 is het landelijke project ‘Gepest en dan?’ van start gegaan. In dit project werkt de Stichting Aandacht voor Pesten samen met de LFB (Belangenvereniging door en voor mensen met een verstandelijke beperking).

### *Weinig onderzoek*

Er is weinig onderzoek gedaan naar pesten bij mensen met een licht verstandelijke beperking. Echter, uit het onderzoek dat wel is gedaan, blijkt dat deze kwetsbare groep mensen 2 tot 3 keer vaker gepest wordt. Pesten kan zeer ernstige gevolgen hebben. Uit onderzoek is gebleken dat de negatieve effecten van pesten na 40 jaar nog steeds meetbaar zijn (2014, American Journal of Psychiatry, Maughan, Arseneault).

### *Doelen project ‘Gepest en dan?’*

Hoe kun je pesten bespreekbaar maken en wat kunnen mensen met een verstandelijke beperking daarbij zelf voor een rol spelen. Dit vormt de centrale aanpak in het project ‘Gepest en dan?’ waaraan mensen met een licht verstandelijke beperking kunnen deelnemen.

- Het project ‘Gepest en dan?’ heeft voor de deelnemers als doel; te leren omgaan met het pestverleden en de eigen autonomie in verbondenheid met de omgeving, te vergroten en te versterken.

Kernbegrippen hierbij zijn: Zelfregie/zelfsturing, zelfredzaamheid, inclusie en empowerment. De intentie van het project is dat het landelijk breed ingezet gaat worden.

Deze doelen worden bereikt door het bevorderen van inzicht (in gedrag van zichzelf maar ook ten opzichte van de ander), bewustwording en het aanreiken van praktische handvatten.

- Uit de vervolgbijeenkomsten worden 'pestparels' geworven die uiteindelijk kunnen worden opgeleid als ervaringsdeskundige met als specialisatie het onderwerp 'pesten'.
- Het vragen om maatschappelijk aandacht voor pesten bij mensen met een (licht) verstandelijke beperking

### *'Themacafe's, gastlessen en vervolgbijeenkomsten*

Verspreid over heel Nederland zijn wij in het najaar van 2015 gestart met het geven van gastlessen op 6 VSO scholen en 6 themacafés van Onderling Sterk Verenigingen.

Door de gastlessen en de themacafe's samen met ervaringsdeskundigen (dit zijn mensen die een licht verstandelijk beperking hebben en een pestverleden hebben) te geven wordt het onderwerp pesten bespreekbaar gemaakt.

De deelnemers aan de gastlessen en themacafe's kunnen zich na deelname aanmelden voor een vervolgtraject. De start hiervan is in maart 2016.

De vervolgbijeenkomsten bestaan uit 4 zaterdagen die gericht zijn op de kernbegrippen: Zelfregie/zelfsturing, zelfredzaamheid, inclusie en empowerment. De intentie van het project is dat het landelijk breed ingezet gaat worden.

Het project wordt mede mogelijk gemaakt dankzij financiële bijdragen van VSBfonds, Fonds NutsOhra, deLFB en de Stichting Aandacht voor Pesten.

## Aandacht, fondsenwerving

Daar het voortbestaan van de Stichting afhankelijk is van donaties en giften hebben wij onze zichtbaarheid uitgebreid naar:

- 4Morgen
- Geefgratis
- Google Ad Grants

## Ontwikkelde producten

### *Hulpverleners leidraad*

Regelmatig kwamen er vanuit de bij de Sichting verbonden hulpverleners vragen met betrekking tot de aanpak van pesten. Om tegemoet te komen aan deze vragen hebben wij een hulpverleners leidraad ontwikkeld waarin informatie wordt gegeven met betrekking tot professionele attitude en aanpak bij pesten.

**Alle bij de Stichting aangesloten hulpverleners hebben de leidraad mogen ontvangen.**

### *Boekenlegger Cyberpesten*

Cyberpesten is een een zeer actueel onderwerp en er is dringend behoefte aan informatie over de gevaren van social media. Er is een boekenlegger ontwikkeld met daarop een aantal handige tips en weetjes met betrekking tot cyberpesten.

### *Handout Cyberpesten*

Naast de boekenlegger is er ook een handout ontwikkeld voor leerkrachten om in gesprek te komen met de leerlingen over het onderwerp cyberpesten. De handout kan tevens als basis voor lessen over de gevaren van social media dienen. Het is op een laagdrempelige wijze geschreven zodat de delen gemakkelijk zijn over te nemen en in te passen in de bestaande lesstof.