

## Stappenplan

### WAT DOE JE ALS JE GEPEST WORDT?

- Maak duidelijk dat je dit niet wil: 'Ik wil dit niet, laat mij gerust!'
- Praat er in ieder geval over: met je broer, zus, vriend(in), ouders, leerkracht, iemand die toezicht doet of ga naar het Trefpunt, het secretariaat ...
- Laat toe dat er opgetreden wordt. De leerlingenbegeleiders springen discreet om met je informatie.

### BEN JE EEN PESTER?

- Pesten is altijd verkeerd, niemand heeft een excuus om te pesten!
- Als jij pest, heb jij een probleem in de omgang. Jouw pestgedrag heeft negatieve gevolgen voor jezelf en voor de anderen. Praat met mensen die je vertrouwt over hoe je beter en positief omgaat met anderen.
- Doe niemand aan wat jijzelf ook niet graag hebt!

### WAT DOE JE ALS JE ZIET PESTEN / JE WEET DAT ER GEPEST WORDT?

- Besef dat pesten nooit kan. Je bent medeverantwoordelijk voor elke vorm van pesten waar je weet van hebt, maar niet meldt!
- Weiger zeker om mee te pesten!
- Lukt dit niet of blijft het pesten voortduren, meld dit dan zo vlug mogelijk bij wie toezicht doet, een leerkracht, het Trefpunt, het secretariaat, je ouders ....

## De rol van het Trefpunt

Bij melding van een probleem (door de gepeste leerling, klasgenoten, leerkracht, ouders, ....) beluistert de leerlingenbegeleider het verhaal. Met de melder bespreekt hij welke stappen mogelijk zijn. Hij zorgt voor de nodige feedback.

### RC Leerlingenbegeleiding 1ste graad

trefpunt1@erce.be  
tel 02/568 18 11

### 2de en 3de graad

leerlingenbegeleiding@erce.be  
tel 02/568 18 11



VZW Regina Caeli Dilbeek  
Rozenlaan 45  
1700 Dilbeek  
Tel. : 02 568 18 18  
Fax : 02 568 18 55  
E-mail : lyceum@erce.be  
<http://www.reginacaeli.be>

## ANTI-PESTPLAN



Dit is het 'Antipestplan van RC'. Het kwam tot stand in samenwerking met de Preventiedienst van de gemeente Dilbeek, onze ouderraad, Don Bosco Groot-Bijgaarden en het CLB.

# Criteria van pesten

Pesten is een **negatieve handeling** die

- herhaaldelijk en langdurig is
- verricht door 1 of meerdere personen die daarin de bovenhand halen met de bedoeling te kwetsen.

## Voorbeelden van negatieve gedragingen:

- anderen lastigvallen op welke manier dan ook (ook via internet, GSM ...)
- anderen uitlachen of bespotten
- hen niet laten meedoen
- materiaal van anderen met opzet beschadigen
- dingen van anderen afluizen
- iemand fysisch pijn doen ...

## WAT MET CYBERPESTEN?

Cyberpesten is een specifieke, moderne manier van pesten. Het blijft pesten !  
Onder cyberpesten verstaan we alle vormen van pesterijen die een beroep doen op ICT (informatie- en communicatietechnologieën), zoals internet, gsm of computer om slachtoffers lastig te vallen, te bedreigen, te beledigen...

## TWEE VUISTREGELS:

1. Alle informatie die je in het gewone leven voor jezelf houdt, geef je ook niet prijs op het internet. Denk aan je dagboek of je tandenborstel... die hou je ook voor jezelf.
2. Alles wat je niet in het ware leven recht in iemand zijn gezicht durft zeggen, tik je ook niet in op sms, Netlog, Facebook...

# Standpunt van de school

## Pestgedrag wordt op school niet geduld

- Iedereen op school heeft meldplicht
- Bij materiële schade moeten de kosten terugbetaald worden door de pester.

## Waarom verdedigt de school dit standpunt?

### OMWILLE VAN DE GEVOLGEN VOOR DE GEPESTE:

- voelt zich niet goed op school
- de angst om opnieuw gepest te worden is steeds aanwezig
- het zelfbeeld en het zelfvertrouwen brokkelen af
- de sociale contacten met andere kinderen worden moeilijker
- slaapstoornissen
- meestal dalende schoolprestaties
- zelfmoordpogingen

### OMWILLE VAN DE GEVOLGEN VOOR DE PESTER:

- leert op een verkeerde manier met mensen omgaan, wat leidt tot relatieproblemen
- heeft tot 40% meer kans om in de criminaliteit te komen

### OMWILLE VAN DE GEVOLGEN VOOR HET SCHOOLKLIMAAT

- sfeer in de klas en in de school lijdt eronder