



# Het Baarnsch Lyceum

## HELP, IK WORD GEPEST, WAT NU????

### In het kort

Als je gepest wordt ga dan naar je mentor. Als je het moeilijk vindt je mentor in vertrouwen te nemen, ga dan naar je favoriete docent, juniormentor of de vertrouwenspersoon (K219). In het verdere document hebben we het over de mentor. Dit kan dus ook gelezen worden als “je favoriete docent, juniormentor of de vertrouwenspersoon”. Deze zal je verder helpen om samen een oplossing te vinden.

Voordat er actie wordt ondernomen op school, zul je zelf moeten melden dat je gepest wordt. Ook als je je niet prettig voelt door bepaalde gebeurtenis(sen) kun je dit gerust melden. Meestal ben jij niet de enige of de eerste die door een bepaalde persoon wordt gepest. Daarom is het zo belangrijk dat je het aan je mentor vertelt. Als je besluit het niet te melden, kan niemand je helpen.

Let op: Alles wordt besloten in samenspraak met jou. Jij geeft aan bij welke aanpak je je veilig genoeg voelt.

### Inhoud

**1. Stappenplan:** hierin staan de stappen die de school onderneemt om het pesten te stoppen.

**2. Aanpak per soort peestsituatie:** hierin staan de meest voorkomende soorten pesten en de manier waarop deze worden aangepakt.

**3. De gemaakte afspraken werken niet:** hierin staan de gevolgen voor de pester als hij blijft pesten.

## HELP, IK WORD GEPEST, WAT NU????

### 1. Stappenplan:

#### ***Luisteren***

Je mentor gaat met jou een gesprek voeren over wat er gebeurd is. Bij dit gesprek zal de mentor naar jou luisteren om in kaart te brengen van wie je last hebt, wat er gebeurd is, wie jou helpt en hoe lang het al speelt. Het enige wat de mentor in dit gesprek doet is luisteren naar jou. De mentor zal niet ingrijpen en ook niet andere personen erbij betrekken zonder dat jullie het erover eens zijn.

Het kan zijn dat je mentor wel advies vraagt bij de vertrouwenspersoon of zorgcoördinator. Ook zij zullen niet direct ingrijpen of anderen erbij betrekken zonder dat jullie het daarover eens zijn. Het gaat om jou, jij moet je veilig voelen.

#### ***Afspraken maken***

In een volgend gesprek kun je met je mentor afspraken maken over hoe jullie het pesten kunnen stoppen. Allereerst komt er een gesprek tussen jou en je mentor. Vervolgens volgt er een gesprek tussen de pester en de mentor. Hierna volgt een gesprek met jullie beiden. In dit gesprek proberen jullie (dus jij, de pester en de mentor) de situatie op te lossen én afspraken te maken zodat je niet meer gepest wordt.

Door die afspraken is het de bedoeling dat je binnen én buiten school niet meer gepest wordt. Jij, de pester en de mentor spreken een datum af waarop jullie weer bij elkaar komen. Dan gaan jullie kijken of de afspraken werken en wie zich er wel of niet aan hebben gehouden.

Houdt de pester zich niet aan deze gemaakte afspraken, dan volgen er voor hem/haar strafmaatregelen.

#### ***Controle op gemaakte afspraken***

Maar hoe controleert men op school dat de pester zich aan de gemaakte afspraken houdt? Dat kan in ieder geval via de persoon die gepest wordt. Als jij gepest wordt, heb jij "spreekrecht". De mentor gaat ervan uit dat jij de waarheid spreekt.

#### ***Op de hoogte stellen van je docenten en ouders***

Als je in het hierboven genoemde gesprek met de pester de situatie hebt opgelost, hoef je je ouders en docenten niet op de hoogte te stellen.

In het geval jouw veiligheid gevaar loopt moeten je ouders wel geïnformeerd worden. Dit hoef je niet alleen te doen. Je mentor kan je hierbij helpen. Voor extra steun is het verstandig om ook je docenten in te lichten. Jij bepaalt wanneer en hoe dit gebeurt. Zij kunnen dan tijdens de lessen extra opletten. Ook letten zij op of de leerlingen (met name de pester) zich aan de gemaakte afspraken houden.

Zeker als jij je bijvoorbeeld lichamelijk bedreigd voelt, gepest wordt door een groep of langdurig en intensief gepest wordt, is het onveilig dit stil te houden. Pesten via internet of telefoon valt hier zeker onder. Voor je eigen veiligheid moeten je ouders en docenten door je mentor op de hoogte worden gebracht.

Als jouw veiligheid gevaar loopt, denk aan de hierboven genoemde voorbeelden, dan zullen ook de ouders van de pester ingelicht worden. In principe doet je mentor dat, maar als jij en je mentor vermoeden dat het pesten niet zomaar zal stoppen, kan de mentor de hulp vragen van de leerjaarcoördinator of conrector. Deze voert in dat geval het gesprek met de ouders van de pester.

## **2. Aanpak per soort peestsituatie**

Er zijn verschillende manieren waarop gepest wordt. Hieronder vind je de meest voorkomende manieren en hoe deze worden aangepakt:

### **A. Jij wordt door één bepaalde persoon gepest.**

Als jij last hebt van één bepaald persoon is het belangrijk dat je duidelijk kunt aangeven dat hij moet ophouden. Je staat er natuurlijk niet alleen voor. Je mentor helpt om het gesprek goed te laten verlopen.

De bedoeling van dit gesprek dat door je mentor geleid wordt is, dat je samen met de pester tot een oplossing komt. Als je samen afspraken maakt, heeft de ander zich daar binnen én buiten school ook aan te houden. Doet hij dit niet, dan volgen er strafmaatregelen voor de pester.

### **B. Jij wordt door een paar leerlingen gepest.**

Word je door een groep leerlingen gepest, dan is het belangrijk om samen met je mentor te kijken bij welke medeleerlingen jij je wel prettig voelt en welke jou steunen. Je kunt met deze medeleerlingen de sfeer in de klas bespreken.

De mentor gaat samen met jou en de personen die jou pesten een gesprek aan. De bedoeling van dit gesprek, dat door je mentor geleid wordt is, dat je samen met de pesters tot een oplossing komt. Als je samen afspraken maakt, hebben de anderen zich daar binnen én buiten school ook aan te houden. Doen zij dit niet, dan volgen er strafmaatregelen voor de pesters.

Je mentor is er ook om samen in de klas op de goede sfeer te letten. Pesten in de klas kan in samenwerking met de mentor worden opgelost. De klas maakt met hulp van de mentor afspraken zodat de sfeer in de klas voor jou verbeterd. Als er klasgenoten zijn die zich niet aan die gemaakte afspraken houden, kunnen de mentor en de leerlingen hen hierop aanspreken.

### **C. Jouw groep wordt gepest door een andere groep**

Als je niet de enige bent die gepest wordt, maar je vriendengroep wordt uitgedaagd of lastig gevallen, meldt dit dan aan je mentor of aan de leerjaarcoördinator. Conflicten horen niet met stoer doen of tegenacties te worden uitgevochten. Door wel te reageren met tegenacties breng je alleen maar de veiligheid van anderen in gevaar!

### **D. Jij wordt door een grote groep of door je hele klas gepest.**

Als jij door een grote groep of door je eigen klas wordt buitengesloten, genegeerd of als mikpunt gekozen, is het belangrijk voor je eigen veiligheid om dit niet voor jezelf te houden. Meld het bij iemand op school. De snelste weg is via je mentor, maar ook hier kies je zelf uiteindelijk degene die jij het meest vertrouwt.

Lang niet iedereen pest jou omdat ze jou "vervelend" vinden. Meelopers pesten vaak omdat ze zelf bang zijn om ook gepest te worden. Vaak zijn het maar een paar mensen die de hele groep of klas tegen jou opzetten.

Zie verder onder B, waarbij in dit geval ook (leerlingen uit) andere klassen betrokken kunnen zijn.

### **E. Je ziet dat een ander wordt gepest.**

Als je ziet dat iemand (binnen jouw vriendengroep) gepest wordt door een ander, reageer dan niet met tegenacties of stoer gedrag. Door dat wel te doen maak je het voor de persoon die gepest wordt vaak moeilijker. Wel kun je tegen de pesters zeggen dat ze op moeten houden, maar als je dit liever niet doet, kun je de situatie ook melden bij je mentor.

### 3. De gemaakte afspraken werken niet:

Als de pester zich niet aan de gemaakte afspraken houdt en jij wordt nog steeds gepest (of je hebt het gevoel dat je nog steeds gepest wordt), ga dan naar je mentor. Allereerst volgt er een gesprek tussen jou, de pester en de mentor. In dat gesprek gaan jullie kijken waarom de pester in herhaling is vervallen.

➤ **De leerjaarcoördinator(LJC) en/of conrector een aantal maatregelen:**

1. De pester moet zich verantwoorden; hij stelt een (schriftelijke) verklaring van de pester.
2. De ouders van beide partijen worden door de mentor of de ljc ingelicht. Zij krijgen telefonisch bericht (van de mentor of conrector) waarin hen wordt verteld dat hun kind pest. Ook krijgen de ouders van de pester een brief thuisgestuurd van de conrector. Daarin staan de gevolgen vermeld, als een pester niet direct stopt met pesten.
3. Als er sprake is van ernstig pesten worden ouders van beide partijen ook al ingelicht nadat er met gepeste en pesters is gesproken. Onder ernstig pesten vallen pesten via internet of telefoon, en ook (dreigen met) fysiek geweld of pesten door een grote groep.

➤ **Als het pesten niet stopt:**

1. Moet de persoon die gepest wordt beschermd worden. Dit kan door de pester intern te schorsen, (dat wil zeggen wel op school, maar niet in de lessen)
2. Bij ernstig pesten wordt er een contract opgesteld met duidelijke afspraken over goed gedrag. Dit contract dient ondertekend te worden door de pester en ook door zijn ouders.
3. Bij geweld, vernieling of diefstal wordt ouders van het slachtoffer, duidelijk gemaakt dat zij aangifte kunnen doen bij de politie.
4. Wanneer de conrector en de zorgcoördinator vermoeden dat de pester niet in staat is zijn gedrag te beheersen, krijgen de ouders een bindend advies om gerichte hulp voor hun kind te zoeken.

➤ **Als de gewaarschuwde pester blijft doorgaan:**

1. Gaat de pester hierna nog steeds door met pesten, dan wordt hij tijdelijk geschorst (van school gestuurd voor korte tijd). Ook stelt de conrector de leerplichtambtenaar nu op de hoogte, omdat de pester definitief van school gestuurd kan worden als hij niet stopt. Deze gemeenteambtenaar neemt contact op met de ouders van de pester.
2. Leveren al deze maatregelen geen resultaat op en blijft de pester nog steeds doorgaan, dan wordt de pester definitief van school verwijderd.



## HELP, IK WORD GEPEST, WAT NU????

### Samengevat

1. Als je gepest wordt, ga dan naar je mentor of neem iemand anders in vertrouwen.
2. Er wordt naar j ou geluisterd in het gesprek en er wordt niets gedaan zonder jou hierin te kennen.
3. Om het pesten te stoppen maakt de mentor afspraken met de betrokkenen.
4. Als je mentor vermoedt dat je veiligheid gevaar loopt, dan kan hij je ouders en docenten op de hoogte brengen.
5. Jij hebt „spreekrecht” en mag aangeven of het pesten is gestopt. Als ouders en docenten op de hoogte zijn gebracht, hoort de mentor ook van hen wat zij hebben gezien of gehoord.
6. Als de pester(s) doorgaat(n) moet(en) hij zich bij de conrector verantwoorden en volgen er strafmaatregelen.

Je ziet dus dat iedereen zich inzet om het pesten te stoppen. Als je gepest wordt of ziet dat iemand gepest wordt, meld het dan bij je mentor. Durf voor jezelf en anderen op te komen.

### Visueel:

