

## De Gepeste

1. Wordt herhaaldelijk buitengesloten of uitgelachen.
2. Durft zich vaak niet te verdedigen.
3. Voelt zich alleen, verdrietig of angstig.
4. Kan zich anders gaan gedragen om 'erbij te horen'.
5. Houdt negatieve ervaringen soms voor zichzelf.

Studielift©

## De Pester

1. Wil macht, aandacht of controle over anderen.
2. Kleineert of bedreigt anderen, verbaal of fysiek.
3. Zoekt vaak grenzen op en overschrijdt die.
4. Heeft soms zelf een laag zelfbeeld of boosheid.
5. Zegt vaak: 'Het was maar een grapje.'

Studielift©

## De Helper

1. Neemt het op voor iemand die gepest wordt.
2. Durft STOP te zeggen of hulp te halen.
3. Probeert de sfeer te verbeteren.
4. Toont empathie en maakt contact met de gepeste.
5. Is een positieve voorbeeldfiguur in de groep.

Studielift©

## De Stille

1. Ziet wat er gebeurt, maar zegt niets.
2. Is bang zelf gepest te worden als hij iets zegt.
3. Twijfelt wat hij moet doen.
4. Heeft vaak wel medelijden met de gepeste.
5. Kan met hulp leren om toch in actie te komen.

Studielift©

**Zeg DAG tegen  
PESTGEDRAG**



**Zeg DAG tegen  
PESTGEDRAG**



**Zeg DAG tegen  
PESTGEDRAG**



**Zeg DAG tegen  
PESTGEDRAG**



## De Meepester

1. Lacht mee of doet mee om erbij te horen.
2. Pest niet zelf, maar versterkt wel het gedrag.
3. Wil niet buiten de groep vallen.
4. Zegt achteraf dat het 'toch niet zo erg was.'
5. Voelt zich soms schuldig maar zegt niets.

Studielift©

## De Buitenstaander

1. Houdt afstand en bemoeit zich nergens mee.
2. Denkt: 'Het is mijn zaak niet.'
3. Wil geen problemen krijgen.
4. Weet vaak niet goed wat hij kan doen.
5. Zegt niks, maar keurt het soms wel af.

Studielift©

## De Stiekemer

1. Pest vooral buiten het zicht van anderen.
2. Gebruikt social media of groepsapps voor pesten.
3. Ontkent als hij wordt aangesproken.
4. Zet anderen aan om mee te doen.
5. Houdt rekening met hoe hij niet gepakt wordt.

Studielift©

## De Mentor

1. Signaleert pestgedrag en neemt het serieus.
2. Luistert, zonder meteen te oordelen, naar alle betrokkenen
3. Stimuleert een veilige groeps sfeer door afspraken en gesprekken.
4. Is bereikbaar voor leerlingen die hulp nodig hebben.
5. Werkt samen met ouders en collega's om pesten aan te pakken.

Studielift©

**Zeg DAG tegen  
PESTGEDRAG**



**Zeg DAG tegen  
PESTGEDRAG**



**Zeg DAG tegen  
PESTGEDRAG**



**Zeg DAG tegen  
PESTGEDRAG**

