

Nederlands

Wat te doen wanneer je kind gepest wordt?

Het pesten kan je misschien niet onmiddellijk stoppen, maar weet dat je kind vraagt naar troost, begrip en hoop. Met deze tips geef je je kind de eerste hulp die het nodig heeft:

- 1 Neem het verhaal ernstig.** Onderzoek samen de manier van pesten: wat is er precies gebeurd, hoe is dat gekomen en hoe lang is het pesten al bezig? Je kind voelt zich boos, verdrietig, bang. Neem die gevoelens ernstig. Zo voelt je kind dat het niet alleen staat.
- 2 Geef je kind nooit de schuld.** Verduidelijk dat de pester de oorzaak is van het pesten, niet het gedrag van je kind. Zeg dus niet dat je kind beter voor zichzelf moet opkomen of moet terugvechten. Vertel dat er nooit goede redenen zijn om te pesten of gepest te worden.
- 3 Bespreek de stappen die je zal ondernemen.** Zo geef je je kind weer hoop. Beloof geen snelle oplossing. Pesten is complex, et geen stappen waar je kind niet mee akkoord gaat. Doe je dat wel, dan voelt je kind dat hij je niet kan vertrouwen en zal het in de toekomst tegen je zwijgen. Bespreek samen wat jullie aan de klastitularis of leraar melden. Bespreek het pesten nooit rechtstreeks met de pester of de ouders van de pester. Voor je kind wordt

Probeer ondertussen om het normale leven te laten doorgaan. Steun je kind in de gewone, dagelijkse taken. Stimuleer je kind om met kinderen waar het zich goed bij voelt, te blijven omgaan. Dat contact geeft je kind het nodige zelfvertrouwen, alles dan erger.

(Deze tekst kwam tot stand in samenwerking met Guy Deboutte.)

KLASSE

Wil jij Nederlands leren? Zoek een plaats in de buurt waar jij terecht kan op www.huizenvanhetnederlands.be of vraag het even na op de school van jouw kind.

Polskie

Co zrobić w sytuacji, gdy Twoje dziecko jest prześladowane?

Prześladowania być może nie da się przerwać natychmiast, lecz należy pamiętać, że dziecko potrzebuje w takiej sytuacji wsparcia, zrozumienia i nadziei. Poniższe wskazówki ułatwią Ci udzielenie dziecku pomocy, której ono potrzebuje.

- 1 Potraktuj słowa dziecka poważnie.** Razem przeanalizujcie sposób prześladowania: co dokładnie się wydarzyło, jak do tego doszło i jak długo to już trwa? Twoje dziecko odczuwa złość, smutek lub strach. Potraktuj jego uczucia poważnie. Dzięki temu będzie wiedziało, że nie jest samo.
- 2 Nigdy nie obarczaj dziecka winą.** Podkreśl, że winę za prześladowanie ponosi prześladowca i że zachowanie Twojego dziecka nie jest jego przyczyną. Nie mów zatem dziecku, że powinno się lepiej bronić lub że powinno „oddać” swojemu prześladowcy. Podkreślaj, że żadne powody nigdy nie usprawiedliwiają prześladowania innych ani bycia prześladowanym.
- 3 Omów z dzieckiem kroki, jakie podejmiesz.** W ten sposób przywrócisz dziecku nadzieję. Nie obiecuj szybkiego rozwiązania problemu. Prześladowanie to złożone zagadnienie. Nie podejmuj kroków, na które nie zgadza się dziecko. Jeżeli tak zrobisz, dziecko poczuje, że nie może Ci ufać i w przyszłości po prostu nie powie Ci o swoich problemach. Wspólnie ustalcie, co powiecie wychowawcy bądź nauczycielowi dziecka. Nigdy nie rozmawiaj o prześladowaniu bezpośrednio z prześladowcą lub jego rodzicami. To tylko pogorszy sytuację Twojego dziecka.

Staraj się żyć normalnie do czasu rozwiązania problemu. Wspieraj swoje dziecko w zwykłych, codziennych sprawach. Zachęcaj dziecko do spędzania czasu z innymi dziećmi, z którymi dobrze się czuje. Tego rodzaju kontakty dodadzą dziecku potrzebnej pewności siebie.

(Niniejszy tekst powstał we współpracy z Guyem Deboutte.)

KLASSE

Chcesz się uczyć języka niderlandzkiego? Poszukaj odpowiedniej placówki w sąsiedztwie na stronie www.huizenvanhetnederlands.be lub zapytaj w szkole swojego dziecka.