

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, er zijn 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.

Español

¿Qué hacer cuando tu hijo sufre acoso escolar?

El acoso escolar no lo puedes cortar de inmediato, sin embargo debes que saber que tu hijo necesita consuelo, comprensión y esperanza. Con los siguientes consejos le proporcionarás los primeros auxilios que necesita:

- 1 Tómate en serio lo que ocurre.** Investigad juntos de qué tipo de acoso se trata: ¿qué ha ocurrido exactamente, cómo se ha llegado a esta situación y desde cuándo la sufre? Tu hijo se siente asustado, triste y enfadado. Tómate en serio sus sentimientos y así sabrá que no está solo.
- 2 Nunca culpabilices a tu hijo.** Déjale muy claro que el acosador es el culpable del acoso y que éste no se debe a su comportamiento. No le digas que tiene que defenderse o contraatacar. Explícale que no hay una sola razón para acosar a nadie o para sentirse acosado.
- 3 Ponte de acuerdo con tu hijo en los pasos que vais a seguir.** Así recobrará la esperanza. No le prometas una solución rápida; el acoso es una situación compleja. Tampoco des pasos con los que tu hijo no esté de acuerdo; si lo haces, sentirá que no puede confiar en ti y no te volverá a contar nada. Acordad juntos lo que vais a decir al tutor o al maestro. No abordéis nunca el acoso directamente con el acosador o con sus padres; para tu hijo se volvería entonces todo más difícil.

Intentad mientras tanto hacer una vida normal. Apoya a tu hijo en las tareas cotidianas y ánimale a seguir relacionándose con los compañeros con los que se siente a gusto. Estos contactos le proporcionan la necesaria confianza en sí mismo.

(Este texto se realizó en colaboración con Guy Deboutte.)

KLASSE

¿Quieres aprender neerlandés? Busca un lugar por tu zona donde acudir en www.huizenvanhetnederlands.be o pregunta en el colegio de tu hijo.