

## 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](http://www.huizenvanhetnederlands.be) of vraag het even na op de school van jouw kind.

## Türk

# Şayet çocuğunuzla alay ediliyorsa, sizin bu konuda neler yapmanız gerekmektedir?

**Çocuğunuzla alay edilmesi hususuna belki de hemen bir son vermeniz mümkün olmayabilir. Ancak, çocuğunuzun teselliye, anlayışa ve aynı zamanda da umuda ihtiyacı olduğunu bilmeniz gerekmektedir. Aşağıda yazılı öneri ve tavsiyelerle çocuğunuza, adeta ilk yardım sunabilirsiniz.**

- 1 Hikâyesini dinleyip, onu ciddiye alınız.** Alay edilme şekillerini birlikte araştırıp, inceleyiniz. Tam olarak neler oldu? Neden oldu? Çocuğunuzla ne zamandan beri alay ediliyor? Kendisini kızgın, üzüntülü veya korkuda mı hissediyor? İşte bu duygularını ciddiye almanız gerekmektedir. Böylece kendisi yalnız olmadığını hissedecektir.
- 2 Çocuğunuzun hiçbir zaman suçlamayınız.** Suçun kendisinde olmadığını, davranışlarının alaya sebep olmadığını ve suçun aslında, kendisiyle alay eden kişide olduğunu anlatınız. Yani çocuğunuzun kavga ederek kendisini savunmaması gerektiğini de anlatınız. Alay etmek için hiçbir zaman doğru bir mazeretin olmayacağını anlatınız.
- 3 Atacağınız adımları kendisiyle görüşünüz.** Bu şekilde çocuğunuza yeniden umut vermiş olursunuz. Çabuk bir çözüm bulunacağına dair de söz vermeyiniz. Alay, karmaşık bir konudur. Çocuğunuzun onaylamayacağı adımları da kesinlikle atmayınız. Eğer onaylamayacağı adımlar atarsanız, size güvenemeyeceğini hissedecek ve size bir daha hiçbir şey anlatmayacaktır. Sınıf gözetmenine/öğretmenine neleri bildireceğinize dair de birlikte karar veriniz. Alay eden kişi veya ailesi ile bu konuyu hiçbir zaman direkt olarak görüşmeyiniz. Çünkü çocuğunuz için iş daha da karışacaktır.

Bu arada kendisinin normal hayatının devam etmesini sağlayınız. Çocuğunuzun gündelik işlerinde ona yardımcı olunuz. Kendisini yanında iyi hissedeceği arkadaşlarıyla görüşmesini teşvik ediniz. İşte bu şekilde çocuğunuza gerekli güven duygusu gelecektir.

(Bu metin, Guy Deboutte'nin yardımlarıyla hazırlanmıştır.)

## KLASSE

**Hollanda'ca öğrenmek ister misin?** [www.huizenvanhetnederlands.be](http://www.huizenvanhetnederlands.be) web sitesinden, gidebileceğiniz, size yakın olan bir yer arayın veya çocuğunuzun okulundan bilgi edinin.