



Hoe moet ik de kinderen die pesten aanspreken

Niemand wordt geboren als een pestkop

- Maak direct duidelijk dat hun gedrag **ongepast en onaanvaardbaar gedrag** is en dat zij hier een **straf** voor gaan krijgen
- Luister naar hun versie van het verhaal -
LET OP! Veel pesters reageren dan **meers heel emotioneel of doen extreem last** - omdat ze de - straf willen ontlopen, trap niet in deze valkuil - zie korte video (38 sec)
- Help hen door de redenen achter hun pestgedrag te begrijpen (zoals problemen waarmee ze thuis worden geconfronteerd, gebrek aan voldoende aandacht, blootstelling aan pestgedrag, enz.).
- Toon empathie en medeleven door met hen het gevoel te delen dat het kind/de adolescent wordt gepest.
- Pas gespecificeerde consequenties toe om hen te helpen van deze situatie te leren. Dergelijke gevolgen moeten relevant zijn voor het pestgedrag, respectvol zijn voor het kind, plausibel en redelijk in termen van mate en schaal om het kind te leren zich beter te gedragen.

74



Hoe moet ik de kinderen die pesten aanspreken

Niemand wordt geboren als een pestkop

-
- Het kind moet herstellen wat hij verkeerd heeft gedaan (een reflectieopdracht). Bijvoorbeeld door oprechte verontschuldigen tegenover het kind dat gepest wordt, iets aardigs voor hem/haar te doen om zich beter te voelen, hem/haar te helpen iets af te maken waar ze mee bezig zijn, iets te repareren of te vervangen dat ze kapot hebben gemaakt of bewaard, enz.
- Laat het kind zelf oplossingen bedenken hoe hij/zij er zelf voor gaat zorgen dat hij/zij niet meer gaat pesten.
- Waardeer en erken elke positieve gedragsverandering, inclusief het toegeven van fouten.
- Leg uit dat ze zich aan regels moeten houden net als alle andere leerlingen.
- Praat met hun ouders en maak onderling een plan.

75



Gesprek met de pester voorbeeld(vragen)

- Hoe kan het dan dat je het op school leuk vindt om anderen te pesten?
 - Wil je dat ze tegen je opkijken?
 - Of zelfs dat ze bang voor je zijn?
 - Of pest je alleen in situaties waarbij je niet weet hoe je moet reageren?
 - Om geen emoties te laten zien?
- Is het omdat je populair wilt zijn in de klas en de andere jongens en/of meiden wilt laten zien dat je stoer bent?
- Ben je zelf thuis gepest door een broer(tje) of zus(je)?

76



Gesprek met de pester

Belangrijk is dat je er nu mee wilt stoppen

- Je wilt dat kinderen je leuk vinden om wie je echt bent: een jongen die goed kan voetballen en gamen of een meisje dat heel goed kan paardrijden en heel creatief is. Maar ze zien en kennen jou helemaal niet zo, dus hoe stop je met pesten?
 - Je vindt het niet meer leuk om andere kinderen pijn te doen
 - Je voelt je er niet goed bij en hebt alleen nog maar negatieve gedachten.
 - Deze keuze ligt helemaal bij jou!
 - Jij bent er ooit mee begonnen en kan het stoppen. Jij maakt zelf het verschil!
 - Je kunt nog steeds populair zijn, maar dan door te laten zien dat het leuk is om met jou om te gaan, zonder vervelende opmerkingen of roddelen over anderen.
 - Positief denken, over jezelf maar ook over anderen is heel belangrijk.
 - Als je toch iets vervelends wilt zeggen, tel dan eerst in jezelf tot 10 en vraag je dan af of je nog steeds die opmerking wilt maken of dat het eigenlijk nergens op slaat.
 - Het kan ook zijn dat je alleen pest in situaties waarbij je niet weet hoe je moet reageren.
 - Dat iemand jou (altijd) heel boos maakt en dat vervelend doen dan de enige mogelijkheid lijkt om jezelf te beschermen, te verdedigen.
 - Je zou zo'n situatie achteraf kunnen bespreken met jouw juf, meester, leerkracht, mentor of ouders. Misschien hebben zij een oplossing voor je om de volgende keer op een andere, goede manier te reageren.
- Je zult zien dat positief gedrag positieve reacties oplevert.
- Wat niet alleen jezelf maar ook degene die je pest(te) kan helpen, is dat je hem/haar zegt dat je niet weet waarom je hem pest(te), maar zegt dat je ermee ophoudt en dat het je spijt.
- Doe wat goed is en STOP..... NU!

77