

INFORMATIE VOOR OUDERS

Mijn kind wordt gepest, wat kan ik doen?

Als je kind vertelt dat het gepest wordt, doet dat pijn. Je wil je kind helpen maar je voelt je misschien machteloos. Hoe praat je erover met je kind en wat kun je doen?

- Luister naar je kind
- Stel open vragen
- Bedenk samen hoe jullie het pesten kunnen stoppen
- Praat met iemand uit de omgeving waar gepest wordt
- Als het pesten online gebeurt

Luister naar je kind

Zo voelt je kind zich gehoord en gezien. Neem de tijd om naar je kind te luisteren het geef het alle ruimte om diens verhaal te vertellen. Probeer de emoties van je kind te bevestigen. Bijvoorbeeld 'ik kan begrijpen dat het je verdrietig maakt'.

Stel open vragen

Zo krijg je een beeld wat van er precies speelt. Dit zijn vragen die je niet alleen met 'ja' of 'nee' kunt beantwoorden. Vraag bijvoorbeeld wat er gebeurt en wanneer het gebeurt, en hoe je kind ermee omgaat.

Het kan voor je kind best lastig zijn om te praten over het pesten. Probeer het gesprek daarom eens te starten tijdens een gezamenlijke activiteit. Bijvoorbeeld tijdens het koken of een wandeling.

Bedenk samen hoe jullie het pesten kunnen stoppen

Het is logisch dat je direct actie wilt ondernemen. Toch kan dit te snel gaan voor je kind. Vaak zijn kinderen bang dat ingrijpen het pesten alleen maar erger maakt. Probeer daar begrip voor te tonen en bespreek samen een volgende stap waarvan jullie beide denken dat het werkt. Bijvoorbeeld erover praten met een leerkracht, of hulp zoeken bij medeleerlingen.

Praat met iemand uit de omgeving waar gepest wordt

Als dit op school is, bespreek het dan met de leerkracht of met de anti-pestcoördinator. Zij kunnen dit met de betreffende leerlingen en de klas oppakken. Door het te melden kunt u er samen helpen om het pesten te stoppen. Doe dit wel in overleg met je kind. En vraag de school of trainer ook om met je kind te overleggen over eventuele acties.

Gebeurt het pesten online?

Dit zijn vaak personen uit de omgeving van je kind. Over het algemeen gelden dezelfde tips: praat met je kind en luister naar het verhaal dat het te vertellen heeft. Bedenk samen oplossingen. Praat ook met iemand van de school of club waar degene die pest ook op zit.

Wat je verder kunt doen:

- Spreek met je kind af om niet te reageren op de berichten, hoe lastig dit ook is.
- Blokkeer het account van de pester.
- Rapporteer het pestgedrag bij de beheerder van de websites. Platforms als Instagram hebben vaak een functie voor het rapporteren van posts. Vaak kun je ook in het Helpcentrum een melding maken van lastigvallen, pesten of intimidatie.
- Maak screenshots van berichten of filmpjes, noteer namen en data.

Meer informatie lees je bij www.NJI.nl/pesten/ Online pesten: wat kun je eraan doen?

Wat doet de school?

Wanneer uw kind te maken heeft met een pestsituatie op school, dan is het de taak van de school om dit op te pakken. Wij vragen u daarom om signalen van pesten te melden bij de leerkracht van uw kind. Hij of zij zal, eventueel in samenwerking met de anti-pest coördinator, in gesprek gaan met de betreffende leerlingen en de klas.

In het pestprotocol van de school vindt u de stappen die wij ondernemen bij een pestsituatie. Dit protocol staat ter inzage op de website van de Nutsschool.

Vervolgens zullen zij u op de hoogte brengen van de uitkomst van het gesprek en wat de stappen zullen zijn die de school gaat ondernemen. Dit heeft enige tijd nodig, en de leerkracht zal na enkele weken contact met u opnemen om te vragen of u en uw kind verbetering zien. Mocht er tussentijds zich toch nog een pestsituatie voordoen, laat het ons dan weten.

Wanneer u of uw kind onverhoopt de indruk heeft dat de maatregelen niet het gewenste resultaat hebben, laat dit dan aan de leerkracht weten. Hij/zij kan dan vervolgstappen ondernemen.

Indien gewenst kunt u een persoonlijk gesprek aanvragen met de leerkracht, de antipest coördinator of de vertrouwenspersoon van de school.

Antipest coördinator Patricia van Gaalen, aanwezig ma, wo en do,
antipestnutsschool@conexus.nu

Vertrouwenspersoon Ellen van Buuren, aanwezig, di, do en vr,
vertrouwenspersoon.nutsschool@gmail.com

Nuttige links voor meer informatie over omgaan met (cyber)pesten

* Kenniscentrum Pesten

<https://www.stoppestennu.nl/>

* Nederlands Jeugdinstituut, Pesten

<https://www.nji.nl/pesten>

* Website Ouders en onderwijs

<https://oudersenonderwijs.nl/kennisbank/pesten-en-sociale-veiligheid/>

* Website Mediawijsheid.nl

<https://www.mediawijsheid.nl/onlinepesten/>

