

# PESTEN

## WAT IS PESTEN?

**Pesten is verbale of fysieke agressie.** Het wordt een lange tijd herhaald, door 1 of meerdere personen. De pester wil het slachtoffer kwetsen, benadelen of schade toebrengen. Het is nooit de fout van het slachtoffer. Pesten gebeurt meestal met anderen erbij.

## ZIJN ER SIGNALLEN?

### Kinderen die gepest worden:

Ze hebben blauwe plekken of kapotte kleren, hun spullen verdwijnen, ze zijn vaak alleen, ze hebben geen vriendjes, ze zijn introvert of net agressief, ze ontspannen op vrijdagavond en zijn gespannen op zondag, ze gaan niet graag naar school, ze hebben slechte resultaten ...

### Kinderen in de middengroep

Ze gaan niet zo graag naar school, ze vertellen minder over school of ze willen niet meer alleen naar school ...

### Kinderen die pesten

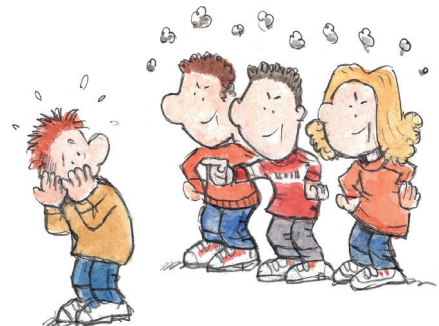
Ze zijn stoer of agressief, ze hebben de behoefte om dominant te zijn, te willen roddelen over anderen, ze tonen weinig empathie en respect ...

## WAT KAN JE DOEN ALS JE (VERMOEDT DAT JE) KIND:

gepest wordt	in de middengroep zit	een pester is
<ul style="list-style-type: none"><li>- Praat over pesten via boeken of films.</li><li>- Luister naar je kind. Onderbreek niet.</li><li>- Reageer niet impulsief.</li><li>- Zeg dat je pesten niet accepteert.</li><li>- Leg de schuld niet bij je kind.</li><li>- Zeg dat je je kind steunt.</li><li>- Zoek samen naar een oplossing.</li><li>- Praat over leuke dingen op school zoals muziek, sport of tekenen.</li><li>- Stimuleer andere contacten.</li><li>- Ga samen met de school praten. Bespreek eerst wat je zal vertellen.</li><li>- Vraag de school te observeren wat er gebeurt.</li><li>- Als de problemen blijven, zoek dan hulp (CLB, Awel ...).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bespreek wat je kind ziet en voelt.</li><li>- Spreek over de gevolgen en de pijn.</li><li>- Vertel dat de pester alleen staat, als de middengroep niet reageert.</li><li>- Zeg dat melden niet hetzelfde is als klikken.</li><li>- "Nee" zeggen tegen pesterijen is makkelijker als je niet alleen bent. Bespreek wie je kind kan ondersteunen.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Luister naar de school of andere ouders als zij iets over jouw kind vertellen.</li><li>- Praat met je kind.</li><li>- Luister naar je kind. Vraag wat er gebeurde, hoe hij of zij zich voelde.</li><li>- Zeg dat je wilt dat het pesten stopt.</li><li>- Vertel over de gevolgen: de pijn en emoties.</li><li>- Zoek met je kind naar oplossingen.</li><li>- Probeer samen met je kind de schade te herstellen:<ul style="list-style-type: none"><li>- veilig stellen van het slachtoffer</li><li>- excuses aanbieden</li><li>- vertrouwen herwinnen</li></ul></li><li>- Blijf praten met je kind en de school.</li><li>- Straf thuis niet extra.</li><li>- Als het gedrag blijft, zoek dan naar hulp.</li></ul>

### Volgende website biedt informatie:

- [www.vrt.be/vrtnws/nl/embed/2024/09/13/online-pest-en-ontrafeld-toolbox-voor-ouders/](http://www.vrt.be/vrtnws/nl/embed/2024/09/13/online-pest-en-ontrafeld-toolbox-voor-ouders/)



**Hopon**  
A&M Hellinckxstraat 45, 1083 Ganshoren  
**i-mens vzw** Hoofdzetel  
Tramstraat 61, 9052 Zwijnaarde  
ON 0416 603 716 RPR Gent

02 421 79 91  
078 15 25 35  
(24/24 - 7/7)

**Hopon**  
[hopon@i-mens.be](mailto:hopon@i-mens.be)  
[www.i-mens.be/opvoedingsondersteuning](http://www.i-mens.be/opvoedingsondersteuning)  
of via de QR-code:  
**i-mens vzw**  
[info@i-mens.be](mailto:info@i-mens.be)  
[www.i-mens.be](http://www.i-mens.be)



# LE HARCÈLEMENT

## QU'EST-CE LE HARCÈLEMENT ?

**Le harcèlement est une agression verbale ou physique** répétée durant une longue période, par une ou plusieurs personnes. Le harceleur veut blesser la victime, lui nuire ou lui causer du tort. Ce n'est jamais de la faute de la victime. Le harcèlement se fait généralement en présence d'autres enfants.

## Y A-T-IL DES SIGNAUX ?

### Les enfants harcelés

Ils ont des bleus ou des vêtements abîmés, leurs affaires disparaissent, ils sont souvent seuls, ils n'ont pas d'amis, ils sont introvertis ou agressifs, ils se détendent le vendredi soir et sont tendus le dimanche, ils n'aiment pas aller à l'école, ils ont de mauvais résultats...

### Les enfants au milieu

Ils n'aiment pas trop aller à l'école, ils racontent peu de choses sur l'école ou ne veulent plus y aller seuls...

### Les enfants harceleurs

Ils sont durs ou agressifs, ils ont besoin d'être dominants, ils parlent sur le dos des autres, ils font preuve de peu d'empathie et de respect...

## QUE FAIRE SI VOUS PENSEZ QUE VOTRE ENFANT :

est harcelé	est au milieu	harcèle d'autres enfants
<ul style="list-style-type: none"><li>- Parlez du harcèlement à l'aide de livres ou de films.</li><li>- Écoutez votre enfant sans l'interrompre.</li><li>- Ne réagissez pas impulsivement.</li><li>- Dites que vous n'acceptez pas le harcèlement.</li><li>- Ne culpabilisez pas votre enfant.</li><li>- Dites à votre enfant que vous le soutenez.</li><li>- Cherchez ensemble une solution.</li><li>- Parlez des choses agréables à l'école, comme la musique, le sport ou le dessin.</li><li>- Stimulez d'autres contacts.</li><li>- Dialoguez avec l'école. Discutez d'abord de ce que vous allez raconter.</li><li>- Demandez à l'école d'observer.</li><li>- Si les problèmes persistent, recherchez aide (CLB, Awel...).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Discutez de ce que voit et ressent votre enfant.</li><li>- Parlez des conséquences et de la douleur.</li><li>- Expliquez que le harceleur sera seul si le groupe du milieu ne réagit pas.</li><li>- Dites que signaler les faits n'est pas la même chose que de moucharder.</li><li>- Il est plus facile de dire « non » au harcèlement lorsque l'on n'est pas seul. Discutez des personnes qui peuvent soutenir votre enfant.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Écoutez ce que disent l'école ou d'autres parents lorsqu'ils parlent de votre enfant.</li><li>- Parlez avec votre enfant.</li><li>- Écoutez votre enfant et demandez-lui ce qui s'est passé et comment il s'est senti.</li><li>- Dites-lui que vous voulez que le harcèlement s'arrête.</li><li>- Parlez des conséquences : la douleur et les émotions.</li><li>- Cherchez des solutions avec votre enfant.</li><li>- Essayez de réparer les dommages avec votre enfant :<ul style="list-style-type: none"><li>- mettre la victime en sécurité</li><li>- présenter ses excuses</li><li>- regagner la confiance</li></ul></li><li>- Continuez de parler avec votre enfant et l'école.</li><li>- N'infligez pas de sanction supplémentaire à la maison.</li><li>- Si le comportement persiste, cherchez de l'aide.</li></ul>

## Le site Internet suivant fournit des renseignements:


- [www.vrt.be/vrtnws/nl/embed/2024/09/13/online-pest-en-ontrafeld-toolbox-voor-ouders/](http://www.vrt.be/vrtnws/nl/embed/2024/09/13/online-pest-en-ontrafeld-toolbox-voor-ouders/)




versie 04/2025



**Hopon**  
A&M Hellinckxstraat 45, 1083 Ganshoren  
**i-mens asbl** Siège social  
Tramstraat 61, 9052 Zwijnaarde  
BCE 0416 603 716 RPM Gand

 02 421 79 91  
078 15 25 35  
(24/24 - 7/7)

 **Hopon**  
[hopon@i-mens.be](mailto:hopon@i-mens.be)  
[www.i-mens.be/opvoedingsondersteuning](http://www.i-mens.be/opvoedingsondersteuning)  
ou par code QR:  
**i-mens asbl**  
[info@i-mens.be](mailto:info@i-mens.be)  
[www.i-mens.be](http://www.i-mens.be)

