

**ZIT JE KIND IN EEN  
PESTSITUATIE ?**

**STAP 1  
PRAAT ER EERST  
SAMEN OVER.**

**STAP 2  
VRAAG AAN JE KIND  
OF HET HIEROVER WIL  
PRATEN MET EEN  
BEGELEIDER\*. ZIET JE  
KIND DIT ZITTEN ?**



# STAPPEN PLAN BIJ CYBER PESTEN

**Ja** ♥

**SUPER! WIL JE KIND GRAAG DAT JIJ  
ERBIJ BENT TIJDENS HET GESPREK ?**

↳ **Ja**

Ga samen naar een  
begeleider voor een gesprek.

↳ **nee**

Laat je kind afspreken met een  
begeleider en vraag achteraf  
hoe het geweest is.

**nee** ⚡

**BEGRIJPELIJK! IS JE KIND  
AKKOORD DAT JIJ HET VERTELT ?**

↳ **Ja** TIPS VOOR HET GESPREK

- kies een geschikt moment
- ga met een open houding het gesprek aan
- maak geen verwijten
- laat je niet te veel leiden door je eigen emoties
- focus op een oplossing waar de hele groep beter uitkomt
- vraag de begeleiding hoe zij kunnen helpen

**STAP 3  
VRAAG NA EEN TIJDJE  
NOG EENS HOE HET  
GAAT. IS DE SITUATIE  
VERBETERD?**

→ **Ja**

→ **nee**

Vertel je kind dat je blij bent dat het beter gaat, maar dat je kind  
altijd naar jou mag komen als er toch terug iets zou zijn.

**BENADRUUK DAT**

- het niet de schuld is van je kind
- het probleem misschien niet vanzelf zal stoppen
- je kind zelf mag aangeven welke oplossing hem/haar het best lijkt:
  - de pestkop negeren
  - de pestkop blokkeren
  - de pestkop (samen) aanspreken
  - de school of ouders van de pestkop contacteren
  - ...

\* begeleider = op school, in de jeugdbeweging of sportclub, ...