

PESTEN. MIJN BOEK OVER DURF EN ZELFVERTROUWEN

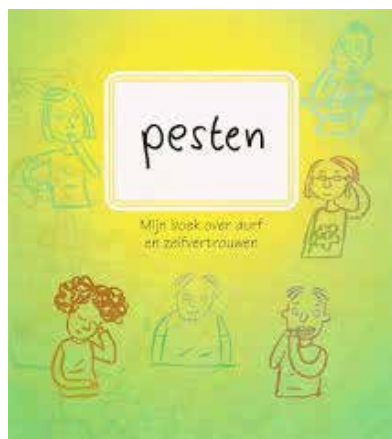
Astrid Tulleners

Uitgeverij Nino (verdelers SWP EPO)

ISBN 978-90-856-0521-8

Prijs: 16 euro

Bespreking: An Luytens



Pesten is een serieus onderwerp dat wij ook in therapie niet links kunnen laten liggen. Daarom nemen we een kijk in het boek *Pesten, mijn boek over durf en zelfvertrouwen*.

Het boek is een specifiek en persoonlijk boek dat je kan geven aan een kind dat gepest wordt. Het doel is dat het kind hier alleen of samen met een vertrouwenspersoon in kan werken. Verschillende topics komen erin aan bod,

zoals: identificatie van jezelf en je goede en zwakkere punten, wat pesten is, hoe het ontstaat en wat je eraan kan doen...

Er wordt uitleg gegeven per onderdeel maar er worden ook vragen gesteld om meer inzicht te krijgen in jezelf en de situatie en doe-opdrachten gesuggereerd om bepaalde zaken onder de knie te krijgen, zoals bijvoorbeeld hulp vragen,... De opdrachten zijn zo opgebouwd dat je zowel dingen kan verwoorden alsook met een tekening kan uitbeelden. Er wordt zowel op het emotionele als op het cognitieve niveau van het kind gewerkt doordat gevoelens en gedachten over pesten aan bod komen.

Misschien iets moeilijker in het boek, is de nogal directe aanpak die gehanteerd wordt. (Misschien zijn wij, Belgen, daar wat gevoeliger aan dan de Nederlanders.) De uitleg is soms zeer direct en met weinig doekjes errond, maar daarom lijkt het boek aan de zeer onzekere kinderen niet altijd aan te reiken. Ook al is het boek pas bedoeld voor kinderen vanaf 10 jaar. Je wil de kinderen van correcte informatie voorzien maar ook niet nog meer sensitief maken. Het lijkt dan eerder fijn om het boek als handleiding te gebruiken en samen door te nemen. Op deze manier kan je bepaalde uitleg nuanceren of weglaten.

Een begeleidende uitleg is van toepassing. Maar mits een goede aanpak kan het boek zeker een steunpilaar vormen voor gepeste kinderen en hen leren om hier op een constructieve en assertieve manier mee om te gaan.