



Leeuwarden krijgt eerste anti-pestkliniek van Nederland. ‘Kinderen moeten met een trots gevoel stralend de wereld ingaan’

Daniël Joe Heemskerk • 24 juli 2024, 13:33 • [Huis aan Huis Leeuwarden](#)

Deel dit artikel



Bovenste rijtje, van links naar rechts: Sybille, Marijke, Monique, Nynke. Onderste rij van links naar rechts: Alwin, Roos, Lusanne. Foto: Daniël Joe Heemskerk

De allereerste anti-pestkliniek van Nederland wordt in Leeuwarden opgezet door jeugdhulporganisatie In-Menz uit Bolsward. Het begint vanaf september, met behulp van therapiesessies op maat wordt getracht om zowel slachtoffers van pestgedrag te helpen evenals kinderen en jongeren die pestgedrag vertonen.

[Lees meer over](#)

Huis aan Huis Leeuwarden

Leeuwarden

Ruim tien jaar zet Marijke Keur, de directeur van In-Menz, zich in om kinderen die gepest zijn te helpen. Dat begon met het geven van weerbaarheidstrainingen, „maar eigenlijk heb ik altijd al feeling gehad met het onderwerp. Ik kan ontzettend slecht tegen onrecht.

Daarnaast ben ik zelf vroeger ook gepest”, vertelt Keur. „En één ding is zeker: pesten doet pijn. Daar willen wij graag iets aan doen.”

Trots zijn op zichzelf

Vanuit de passie om nog meer voor de doelgroep te kunnen betekenen, opent In-Menz in september de eerste anti-pestkliniek van Nederland: Grutz. De kliniek bevindt zich op een industrieterrein. Een bewust keuze, vertelt Keur. „Hier ben je anoniem. Je hebt geen kans om bekenden tegen te komen, wat de omgeving extra veilig maakt.”

Ook over de naam van de anti-pestkliniek is goed nagedacht. Grutz staat voor ‘trots’ en ‘groots’, twee gevoelens die Keur met haar team aan de kinderen wil overbrengen. „Slachtoffers van pestgedrag moeten zichzelf kunnen voelen en blij zijn met zichzelf. Ze moeten met een trots gevoel stralend de wereld ingaan.”

Kinderen die pestgedrag vertonen zijn overigens ook welkom bij Grutz, geeft Keur aan. Over ‘pesters’ wordt niet gesproken. „Dat is een negatieve benaming. En pestgedrag komt vaak voort uit onzekerheid, angst of ongelukkige gevoelens. Wij willen ook die kinderen graag helpen, zodat ook zij emotioneel opgroeien en blij zijn met zichzelf.”

Behandeltraject op maat

Zowel de gepeste kinderen als de kinderen die pestgedrag vertonen, krijgen afhankelijk van de hulpvraag een systematisch behandeltraject op maat van drie, zes of negen maanden. Beide groepen beginnen met traumabehandeling. Kinderen die gepest zijn, krijgen vervolgens onder andere assertiviteitstraining, emotie- en stressregulatie en toekomstgerichte exposuretherapie.

De kinderen die pestgedrag vertonen, krijgen onder andere emotieregulatie en assertiviteitstraining. „Ook maken zij door middel van rollenspellen mee hoe het is om gepest te worden. Zo kunnen zij hun inlevingsvermogen ontwikkelen en versterken.”

‘We gaan het samen doen’

Alhoewel Grutz nog niet is geopend – de officiële opening is in september – krijgt Keur al veel positieve reacties. „Vooraf omdat het nog niet bestond in Nederland. We zijn nu bezig om scholen te benaderen. Vanuit huisartsen en gebiedsteams krijgen we ook al aanmeldingen binnen.”

„Het is zo fijn dat wij met dit werk mensen kunnen helpen. Ik heb wel eens meisjes van zeventien geholpen. Die kwamen onzeker en schuw binnen en gingen na een paar sessies weer stralend naar huis. Het is ook ontzettend fijn om samen te werken en mensen te kunnen helpen.”

„Ook de eigenaar van het pand gelooft in ons”, vervolgt Keur op vrolijke toon. „De eerste drie maanden huur hebben we cadeau gekregen! De gunfactor en het enthousiasme is enorm. We gaan het samen doen. We gaan met zijn allen mensen helpen gelukkiger te worden.”