

# Pesten heeft ook langetermijngevolgen

24 november 2021

Gepest worden kan niet alleen op de korte termijn leiden tot mentale problemen, maar ook langetermijngevolgen hebben voor jongvolwassenen die tijdens hun adolescentie gepest werden. Dat blijkt uit onderzoek van Tilburg University, de Universiteit Antwerpen en de Open Universiteit Heerlen.

Voor het onderzoek werden meer dan 1.600 Nederlandse en Vlaamse jongvolwassenen tussen 18 en 26 jaar ondervraagd over hun pestervaringen in de leeftijd van 10 tot 18 jaar en hun huidige mentale gezondheid. Volgens de onderzoekers is het de eerste keer dat er ook onderzoek gedaan werd naar online pesten.

Voormalige pestslachtoffers hebben nu een minder positief zelfbeeld en meer angst voor het leggen van sociale contacten. Ook zijn zij minder tevreden over hun leven dan volwassenen die niet gepest zijn.

Pesten heeft niet alleen een negatieve invloed op hun mentaal welbevinden, maar ook op hun persoonlijkheid en fysieke gezondheid, aldus de gepesten. Opvallend is dat sommige respondenten ook een positieve impact van het gepest worden ervaren, zoals weerbaarder zijn, zich mentaal en fysiek sterker voelen en hechte vriendschappen onderhouden met personen die voor hen opkwamen.

## Verdiepen in de online wereld

‘Het is interessant dat het nu mogelijk is om de langetermijneffecten te onderzoeken van het ‘nieuwe’ pesten, waarbij online en offline versmelten’, zegt Charlotte Dopper van het Nederlands Jeugdinstituut. ‘We weten dat het voor kinderen en jongeren vrijwel geen verschil maakt of iets online of offline gebeurt, voor hen is dit één en dezelfde wereld. Het vraagt wel dat ouders en professionals die hier niet mee opgegroeid zijn zich verdiepen in die online wereld, zodat zij pestgedrag online kunnen herkennen.’

Ouders en professionals kunnen ook een belangrijke rol spelen bij het verminderen van het negatieve zelfbeeld bij gepeste kinderen en jongeren, aldus Dopper. ‘Dit gevoel nemen kinderen en jongeren vaak met zich mee in nieuwe situaties, waardoor ze angstig zijn bij het leggen van nieuwe sociale contacten. Terwijl een kind dat op school gepest wordt tegelijkertijd een positieve en krachtige ontwikkeling kan doormaken op de sportclub. Niet elke situatie is hetzelfde en het is belangrijk dat ouders en professionals helpen bij het uit elkaar trekken van deze ervaringen.’

Bron: Tilburg University

## Meer informatie

[Artikel Exploring the perceived negative and positive long-term impact of adolescent bullying victimization: A cross-national investigation\\_](#)

[externe link](#)

[NJI-interview ervaringsdeskundige: 'Het zijn de woorden die mij het meest zijn bijgebleven'](#)