



# IEMAND OVERTREEDT DE REGELS. HOE REAGEER IK?

Door tZitemzo | 11-24 jaar

## Spreek die persoon aan

Andere mensen op hun asociaal gedrag wijzen kan **heel lastig** zijn. Je wilt natuurlijk niet dat die persoon **agressief reageert**. Daarom moet je zelf **op een rustige manier praten**:


- **Reageer objectief.** Probeer het gedrag zó concreet te verwoorden dat de ander er eigenlijk niets tegenin kan brengen: "Je staat op minder dan 1,5 meter afstand".
- **Toon begrip voor de situatie.** De hele situatie is voor niemand leuk. Een geïrriteerde opmerking maakt het alleen maar erger. Zeg dus: "Ik begrijp dat het vervelend is om je aan al die regels te moeten houden."
- **Vertel wat dat gedrag met jou doet.** Welke gevoel krijg jij bij het gedrag van die persoon? Bijvoorbeeld: "Ik maak me een beetje ongerust over mijn gezondheid en die van mijn familie."
- **Maak van je boodschap een vraag.** Je wilt iets van die persoon gedaan krijgen: dat die zijn of haar gedrag aanpast. Verwoord dat niet als een instructie, maar als een vraag: "Zou je kunnen helpen door wat meer afstand te houden?"

## Meld het bij de politie


Heeft een **respectvol gesprek niet geholpen**? Meld dan aan de politie dat die persoon **de regels blijft overtreden**. Doe dat **niet** via de noodnummers 101 en 112, maar **wel** bij je [lokale politie](#). Je kan ook [online aangifte doen](#).

FOTO: King's Church International


### PRAAT EROVER

 Chat met tZitemzo  
Wo: 14-17u

---

 Mail met tZitemzo

---

 Bel met tZitemzo  
Op 09 233 65 65, wo: 14-17u