



Slachtoffer van pesterijen geeft leerkrachten advies

# 'Grijp altijd in'

Topmodel Julian van Dalen werd jarenlang gepest. En jarenlang werd er op school niets aan gedaan. Hij vertelde over de impact van pesten aan Edward van de Vendel, die er het boek *Het lekkere van pesten* over schreef. Didaktief zocht Julian op. 'Ooit was ik heel vrolijk, spontaan en nergens bang voor.' (De naam Julian van Dalen is gefingeerd.)

**U**itgelachen omdat hij 'raar' praatte. Op het schoolplein in zijn eentje vechtend tegen drie jongens. Opgewacht worden door jongens. Steevast zijn pen van tafel getikt zien worden. Buitengesloten en bedreigd. Ten overstaan van een haag van leerlingen in een vijver gesmeten worden. Jarenlang werd Julian van Dalen gepest. Maar erger dan deze incidenten vond hij de perioden ertussenin. 'Het weten dat je altijd gepakt kunt worden, dat het altijd mag, Julian pesten. Erger dan klappen krijgen, is toegeven dat je klappen krijgt. Daar schaam ik me nog steeds voor', zegt Julian, inmiddels afgestudeerd literatuurwetenschapper en internationaal topmodel.

'Was ik niet hard genoeg? vraag ik me af. Onterecht, maar toch.'

Aan schrijver Edward van de Vendel vertelde hij zijn verhaal en dat resulteerde in hun boek *Het lekkere van pesten*. Julian van Dalen is niet zijn echte naam, maar een gefingeerde. Hij wil namelijk niet dat mensen weten dat hij gepest is. 'Ik ben bang dat ze me dan een zwakkeling of zeurpiet of allebei vinden. Maar ik wil mijn verhaal wel laten horen, omdat pesten voor heel veel kinderen een probleem is.'

Julians verhaal legt bloot dat school niet voor alle kinderen de veilige plek is die het zou moeten zijn. Een op de drie kinderen wordt weleens gepest, een onbekend

&gt;

## Na schoolplein online verder pesten

*Pesten via Internet komt niet zo vaak voor als 'ouderwets' pesten op het schoolplein. Dat blijkt uit onderzoek van Sindy Sumter en Patti Valkenburg van Onderzoekscentrum Jeugd en Media van de Universiteit van Amsterdam. In een online enquête onder ruim 400 jongeren vulde 35 procent in weleens op school gepest te zijn, tegen 17 procent op Internet. Onderzoekster Sumter vindt de conclusie 'dat het dus wel meevalt' met digitaal pesten te gemakkelijk. 'We hebben het nog altijd over vier kinderen in een klas van 25.'*

*Jongeren zijn de laatste jaren wel opener geworden over digitaal pesten: 70 procent van de gepesten spreekt daarover met de ouders, ongeveer een kwart vertelt het aan de leerkracht. Sumter: 'Een aantal jaren geleden hielden veel kinderen het voor zich als ze op Internet werden gepest, omdat ze op onbegrip stuitten bij ouders.' De*



Weet jij door wie je op internet werd gepest?

*aandacht voor digitaal pesten op ouderavonden en in tijdschriften heeft inmiddels zijn vruchten afgeworpen. Pesten op Internet toont gelijkens met*

*pesten op het schoolplein, concluderen de onderzoekers. Jongeren worden beledigd, buitengesloten of er wordt over ze geroddeld. Beledigingen en nare berichten zijn de belangrijkste vormen van digitaal pesten (respectievelijk 35 procent en 27 procent).*

*Bij 4 procent gaat het om het doorsturen van een gefotoshopte foto. De onderzoekers zien dat beide vormen van pesten vaak hand in hand gaan. 'Jongeren zetten op Internet de gesprekken van het schoolplein voort', vertelt Sumter. 'Bovendien zijn de kinderen die op Internet worden gepest, vaak dezelfde kinderen als die ook op het schoolplein worden gepest.'*

*S. Sumter en P. Valkenburg, Digitaal pesten: de nieuwste feiten. Zie ook: [www.ccam-ascor.nl](http://www.ccam-ascor.nl)*



De ontwikkelingspsycholoog

## 'Signalen zijn meestal niet zo duidelijk'

*De individuele ontwikkeling van kinderen kun je niet los zien van vriendschappen, van school, van ouders en van de contacten die ouders met school hebben. Dat zie je goed in Het lekkere van pesten, vindt hoogleraar Ontwikkelingspsychologie Marcel van Aken aan de Universiteit Utrecht. 'Bij pesten moet je dus alle niveaus erbij betrekken. De context op school, maar liefst ook buiten school, want wat er op de sportvereniging gebeurt, werkt ook door in de school.'*

*Net als Julian vindt hij dat het niet veel zin heeft om op zoek te gaan naar de oorzaak van het pestgedrag. 'Is het een vervelende groep, een onhandig kind? Je komt al snel in een vicieuze cirkel terecht.' Kinderen worden juist onzeker door het pesten. Ze weten niet meer hoe ze zich moeten gedragen. De overgang van de basisschool naar het voortgezet onderwijs kan dan een moment zijn om daar wat aan te doen. Met 'Plezier op school'*

*bijvoorbeeld, een weerbaarheidstraining in de zomervakantie voor aanstaande brugklassers.*

*Kan een leerkracht aan een kind zien dat het gepest wordt? Het duidelijkste signaal is als een kind niet meer naar school wil. Maar doorgaans is het niet zo makkelijk te herkennen, erkent Van Aken. Het ene kind is overstuur, bij het ander slaat pesten naar binnen. Dan wordt het kind heel stil of heeft het wisselende stemmingen. Het is een kwestie van goed kijken, stelt Van Aken. 'Ouders hebben daar beter zicht op. Zij merken eerder als een kind zich ongelukkig voelt. Leerkrachten moeten ouders dus altijd serieus nemen.*

*'Het boek laat goed zien dat de interpretatie van lemands eigen leven compleet los kan staan van hoe anderen dat leven zien. Zo was het voor sommige betrokkenen in het boek helemaal niet zo duidelijk dat Julian gepest werd. Dat maakt die interpretatie niet minder waar natuurlijk.'*

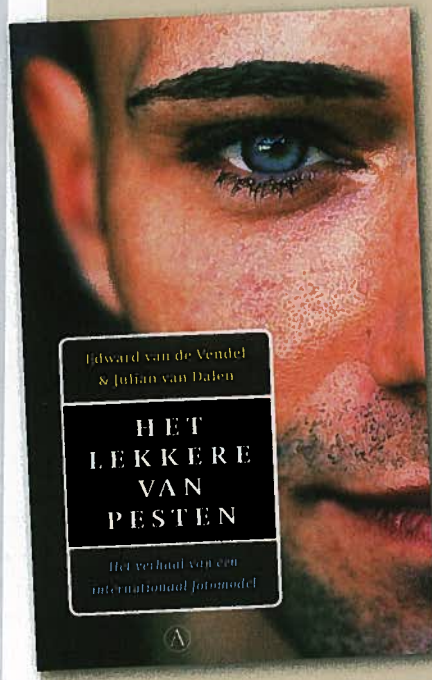
deel van hen zelfs jarenlang en stelselmatig. Waarom werd Julian eigenlijk gepest? Hij kreeg weleens te horen dat hij 'raar' praatte, maar de waaromvraag zou niet de kernvraag moeten zijn, vindt Julian. 'Zoek geen verklaring waarom iemand gepest wordt, want dat gaat altijd gepaard met begrip. Anders-zijn is geen excuus voor pesten. Iedereen moet zichzelf kunnen zijn. Het meest basale mensenrecht is het recht om 'raar' en anders te zijn. En scholen zouden op moeten komen voor dat recht.'

Leerkrachten onderschrijven dat misschien wel, maar in de praktijk handelen ze pragmatischer. Daarin krijgen kinderen die gepest worden een Kanjer- of andere weerbaarheidstraining. 'Dat is een dubbele boodschap', stelt Julian. 'Daarmee leg je de verantwoordelijkheid bij de slachtoffers van pesterijen en dat is zó oneerlijk. Je kunt niet tegen een gepest kind zeggen: "Er is niets mis met jou, maar je moet wel dit en dit doen, dan gebeurt

## Gratis boek

*Behalve met Julian heeft Edward van de Vendel gepraat met Julians ouders en broer en met zijn vrienden, trerteraars en docenten van vroeger. Het geheel geeft een multidimensioneel beeld van de impact van pesten.*

*Didaktief geeft drie exemplaren van Het lekkere van pesten (Athenaeum, € 14,95) weg. Mail uw naam en adres naar redactie@didaktief.nl onder vermelding van Het lekkere van pesten. Onder de inzenders worden drie boeken verloot.*



het niet meer". En stel dat iemand na een training nog steeds gepest wordt? Dan is hij kennelijk nog steeds niet goed, dan ligt het weer aan hem zelf.'

### ÉÉN SCHULDIGE

Nog zo'n denkfout in het discours over pesten, aldus Julian, is om pester en gepeste samen op het matje te roepen. 'Zo'n gesprek veronderstelt een gelijkwaardigheid die er niet is. Zo van: waar er twee vechten, hebben er twee schuld. Nee, bij pesten heeft maar één schuld. Iedereen kan bij mijn verhaal denken: ja, maar hij heeft dat en dat ook niet handig aangepakt. Dat denk ik zelf ook regelmatig. Maar denk er dan bij: het is nog maar een kind, leer hem hoe je dingen aan moet pakken.' Dus school zou toch ook het gepeste kind moeten helpen zich anders te gedragen? 'Hier botst mijn idealisme met mijn pragmatisme. Degene die gepest wordt, kan in sommige gevallen inderdaad beter iets veranderen. En ik

begrijp dat je op school pragmatisch moet zijn. Maar niet ten koste van het aanpakken van de pestkop, dat laatste is het belangrijkste.' Door de pestkop aan te pakken weten gepeste kinderen dat je hen serieus neemt. Julian werd vroeger keer op keer gevraagd zich te verplaatsen in de jongen die hem pestte. 'Maar dat hij thuis problemen heeft en eigenlijk heel onzeker is, is geen excuus en lost ook het pestprobleem niet op.'

### SERIEUS NEMEN

Die ene leraar die niets deed toen Julian hem vroeg asjeblijft met hem mee naar buiten te gaan, omdat een groep jongens hem daar opwachtte met aanstekers in de vuisten, 'zodat ze tien keer harder konden rammen' – die

## Als groep neem ik leraren niets kwalijk

leraar heeft in Julians ogen gefaald. 'Maar als groep neem ik leraren niets kwalijk. Ze hebben het belangrijkste en moeilijkste beroep dat er is.'

Hij weet dat ze worstelen met het dilemma: wanneer grijp je in en wanneer niet? 'Leerkrachten denken vaak: ik wil het niet erger maken. Helaas wordt vanuit die gedachte te vaak gekozen om niet in te grijpen en de leerling het zelf te laten oplossen. Maar die kan dat niet, anders

➤

### De pestdeskundige

## 'Alle vormen van pesten doen pijn'

Het boek *Het lekkere van pesten illustreert goed hoe pesten het probleem van de groep is en niet alleen van het gepeste kind en van de pester*, vindt René Veenstra, hoogleraar Sociologie aan de Rijksuniversiteit Groningen. Veenstra is gespecialiseerd in pesten en medeontwikkelaar en promotor van het Finse antipestprogramma KIVA. Dit programma besteedt veel aandacht aan het groepsproces en de rol van de leerkracht. Het is duidelijk dat de leerkrachten op de scholen van Julian veel ste-

ken hebben laten vallen en dat ze een verkeerde taakopvatting hadden, vindt Veenstra. 'Ze voelden zich slechts verantwoordelijk voor hun eigen leerlingen in hun eigen klaslokaal tijdens de les. Daarbuiten boden ze geen veiligheid.' Maar pesten gebeurt bijna nooit voor de ogen van de leerkracht, vertelt Veenstra. 'Wel op de momenten dat de leraren er niet bij zijn: tijdens het overblijven, op het schoolplein, in de kleedkamers, op weg naar huis. Ook dan zijn leraren verantwoordelijk en

niet alleen voor hun eigen, maar voor alle leerlingen.' Volgens Veenstra weten leerkrachten slechts in een kwart van de gevallen dat er gepest wordt. Ook nemen ze het niet altijd serieus. 'Maar alle vormen van pesten doen pijn, of het nu gaat om verbaal geweld, fysiek geweld of meidenvrijn.' Er is geen standaardoplossing tegen pesten. Elke situatie is weer anders. 'Wel is het een zaak van kind, ouders en school samen', stelt Veenstra. 'Ouders en leerkrachten moeten een

veilig klimaat creëren op school. Is het klimaat niet goed, dan komt er van leren niets terecht.' KIVA richt zich vooral op groep 5 en 6. Daar is het pesten vaak een groot probleem en zijn leerlingen nog heel ontvankelijk. Volgend voorjaar gaat het programma officieel van start, bestaande uit tien lessen. Daarbij wordt ook de cultuur op school in kaart gebracht. Scholen die mee willen doen, kunnen zich nog aanmelden. Meer info over KIVA: [d.r.veenstra@rug.nl](mailto:d.r.veenstra@rug.nl)



De schooldirecteur

## 'Pesten is een groepsziekte'

*'Het pedagogisch klimaat is het allerbelangrijkste voor een school', zegt Paul Spit, sinds 15 jaar schooldirecteur van basisschool De Hofstee in Julianadorp. Spit heeft Julian op een eerdere school waar hij werkte, in de klas gehad en is een van de geïnterviewde leraren in het boek Het lekkere van pesten. Spit heeft geleerd van die ervaring: 'Pesten is een groepsziekte. In een positieve groep is geen pestprobleem. Een goed groepsklimaat zorgt ervoor dat je pesten in heel veel gevallen voor kunt zijn.' Zo'n positief groepsklimaat probeert hij op zijn nieuwe school te realiseren. De Hofstee werkt in de klas met het programma 'De Vreedzame school'. Daarnaast pakken de leraren elk nieuw schooljaar het boek Grip op de groep erbij. 'De eerste zes weken in een schooljaar zijn zó belangrijk. Dan ontstaat er een nieuwe dynamiek en kun je een groep een nieuwe draai geven. Natuurlijk zorgen wij ook voor een goede overdracht. Op cognitief, maar ook op sociaal-emotioneel gebied. Wat werkt en wat niet, wie zet je wel en wie zet je niet bij elkaar.' De Hofstee heeft een pest-*

*protocol, een sociaal-emotioneel leerlingvolgsysteem, enquêtes onder ouders.*

*Al die aandacht, wil dat zeggen dat er op school niet meer gepest wordt? 'Helaas niet', antwoordt Spit. 'Het is verdrietig, maar pesten zal altijd voor blijven komen. Nu hebben we bijvoorbeeld weer te maken met cyberpesten. Wat je blijft doen, is werken aan een vertrouwensband met leerlingen, zodat ze naar je toe komen als er wat is. Want het is als leerkracht zo moeilijk om de signalen goed op te pikken. Je opereert ook altijd in het spanningsveld van plagen en pesten.'*

*Bij sommige kinderen is bovendien de frustratietolerantiedrempel laag. De Hofstee organiseerde daarom een weerbaarheidstraining. Voor iedereen die daar behoefte aan had. Toen de training onlangs weer georganiseerd werd, bleken er te weinig aanmeldingen. 'Sommige ouders waren bang dat het stigmatiserend werkte voor hun kinderen.'*

*Het blijft hard werken om het pesten uit te bannen, vindt Spit. 'Maar het is het waard, want elk gepest kind is er een te veel.'*

had hij het wel gedaan. Dus grijp altijd in. Wat een gepest kind laat zien, is het topje van de ijsberg. Neem dus wat je wel ziet bloedserieus. Als ik iets anders had moeten doen vroeger, is het wel meer erover praten en vaker aan de bel trekken.'

Pesten is iemand vernederen. De meest passende straf voor een treiteraar is daarom vernedering. 'Dat klinkt heel hard, maar het is nog harder om het enige middel dat echt werkt, niet toe te passen. Door een vernederende straf zal de schuldige niet opnieuw verhaal halen bij het gepeste kind, want hij beseft dat hij daarmee de publieke aandacht op zijn eigen vernedering vestigt.'

### HANDENWRIJVEND TOEKIJKEN

Maar voorkomen is natuurlijk de beste remedie. 'Zorg voor een cultuur waarin pesten wordt gezien als groepsprobleem, niet als individueel probleem. Leer kinderen denken vanuit de categorische imperatief van filosoof Kant, bijvoorbeeld: wat gij niet wilt dat u geschiedt, doe dat ook een ander niet.' Werken aan een goed groepsklimaat is des te belangrijker, omdat, zo weet Julian uit ervaring, de pestkop niets doet zonder het mandaat van de groep. Tweehonderd jongeren stonden juichend en handenwrijvend toe te kijken hoe hij in de vijver gesmeten werd. Een van de treiters die in het boek aan het woord komt, zegt dat hij het eigenlijk bij een bedreiging had willen laten, maar dat hij door de omstanders opgejut werd de daad bij het woord te voegen. Dat is de wereld achter de titel *Het lekkere van pesten*: 'Ik heb genot in de ogen van de omstanders gezien, iemand gepest zien worden doet heel veel mensen heel veel plezier. Ik kan erg boos worden over de theorie dat de groep meedoet uit angst om gepest te worden. Die mensen zullen er zeker zijn, maar de grootste groep meelopers vindt pesten leuk.'

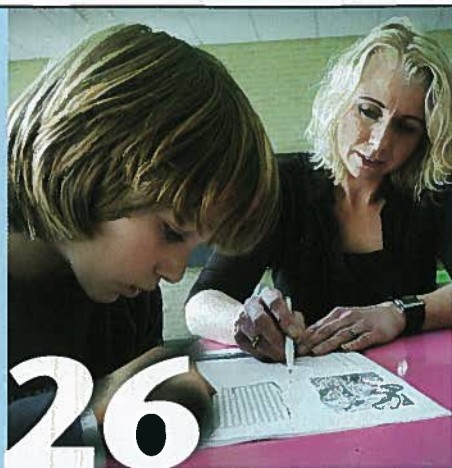
De impact van pesten ontgaat de groep. En dat is waar leerkrachten aan moeten werken, vindt Julian. 'Ze zeggen weleens dat je van pesten sterker wordt. Dat is nonsens, je wordt er alleen maar zwakker van. Ik denk nog steeds bij iedereen die ik ontmoet 'vind je me geen sukkel?' Dat zit nog steeds in mijn hoofd, al wordt het gelukkig steeds minder bepalend voor hoe ik me gedraag. Dat is erg zonde, want ooit was ik heel vrolijk en onbevangen en nergens bang voor.'

Julian verbaast zich nog steeds als hij anderen hoort vertellen over hoe leuk en mooi hun schooltijd was. 'Ik gun het ze van harte, maar het is ook vreemd. Ze hebben dus nooit gezien dat er mensen zijn voor wie die tijd niet geweldig was. En dat er misschien in elke klas iemand zit die gepest werd, zoals ik.'



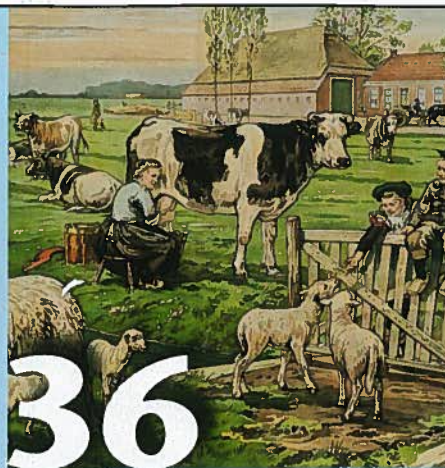
## Koester toppers

Goede leraren krijgen vaak extra taken toegeschoven. Ze gaan steeds minder lesgeven of verdwijnen in het management. Met een betere beloning en meer carrièreperspectief wordt geprobeerd topdocenten voor de klas te behouden.



## Leeshulp loont

Leerlingen met een leesachterstand komen vaak in een neerwaartse spiraal terecht. Niet nodig, want door één-op-één leeshulp te geven, kunnen ze hun achterstand inhalen.



## Schoolplaten

Dreunen en stampen. Dat was tot eind 18de eeuw de didactiek in Nederlandse klaslokalen. Daarna kwamen er plaatjes in de klas. Ineens werd zien leren. Een reis in prenten langs 19de-eeuws aanschouwelijk onderwijs.

## Van de redactie

### Veiligheid

Kinderen die gepest worden hebben het mede aan zichzelf te danken. Door bepaald gedrag werken ze als het ware als een magneet voor pestkoppen. Deze redering is een tijdlang bon ton geweest, ook in onderwijsland. En er zal best een kern van waarheid in zitten. Ik zelf word ook altijd in de maling genomen, gewoon omdat ik zo lekker hap. Dankbaar object, zeg maar. Maar ik ben volwassen, ik kan er tegen.

Kinderen zijn hard, is ook zo'n redenering. 'Pesten ze je? Niks van aantrekken, daar word je groot van.' Nou, groot zijn we allemaal geworden, maar de een heeft meer krassen opgelopen dan de ander. Julian, in het openingsverhaal van deze maand, heeft jarenlang geleden onder pestgedrag van klasgenoten. En niemand nam het voor hem op. Met de beste bedoelingen misschien: je wordt er groot van. Zonder kwade intenties: kinderen zijn wreed, trek het je niet aan.

Julian wil daarom graag zijn stem laten horen. Maar hij doet zijn verhaal wel onder een gefingeerde naam, omdat hij zich nog steeds schaamt voor wat hem overkomen is.

Wat mij trof in zijn relaas is het gebrek aan veiligheid op school. Leraren zagen niet wat er gebeurde of vonden het niet nodig stappen te ondernemen. Dat valt ook op in de serie Gepest van RTL 4. Slachtoffers praten openhartig over hun verleden en ontmoeten de pestkoppen die hun het leven zuur maakten. En de docenten die er bij stonden en er naar keken.

Jaarlijks worden naar schatting 350.000 kinderen gepest. Of

anders gezegd: 350.000 keer wordt een kind gepest. Dat zijn bijna 13.000 klassen vol. Natuurlijk is het verschrikkelijk moeilijk om te bepalen of een leerling 'gewoon een stille' is of dat een kind stil is omdat het gepest wordt. Of om de pestkop te onderscheiden van de plager. Voor een goede inschatting is echt contact onontbeerlijk. En daar is tijd voor nodig, rust en ervaring.

Goede leraren horen voor de klas. De ministers en de staatssecretaris vinden dat, getuige hun Actieplan Leraar 2020 (tja, weer een plan.., in onze nieuwsrubriek leest u er meer over). Het kan ook, met goed beleid kunnen toppers behouden worden voor de klas, in plaats van dat ze in het management verdwijnen. Hoe, dat kunt u lezen op pagina 22.

Een goede leraar voor de klas, het is zo 2011. En train die topper dan ook om pestkoppen te signaleren. In Finland (waarom toch altijd Finland als het om succes draait?) zijn goede ervaringen opgedaan met KIVA, een programma dat docenten helpt om pesten te signaleren en tegen te gaan ([www.kivakoulu.fi](http://www.kivakoulu.fi)). Gelukkig gaat de Universiteit Groningen het invoeren in Nederland. Daar zullen wij u over berichten. Later! / **Monique Marreveld**

