

Zeven tips voor een pestaanpak op eigen kracht

# Steun het slachtoffer

Harde bewijzen dat antipestprogramma's werken zijn er niet. Met eigen initiatief kan een leerkracht veel bereiken, zeker aan het begin van het nieuwe schooljaar

Tekst Michiel van Nieuwstadt Beeld Len Munnik

Keihard erbovenop. Dat was mijn eerste reflex, toen ik tweeënhalf jaar geleden op mijn stageschool vernam over een ernstig pestgeval. Achtstegroepers hadden een 'anti-Guus'-clubje opgericht op het intussen opgeheven sociale netwerk Hyves. Bijna alle jongens deden mee. Eén van de meisjes lichtte de meester in en de club pesters mocht een week niet buitenspelen. Slechts twee jongens hadden zich erbuiten gehouden. Alle ouders werden ingelicht en de ouders van Guus schakelden een coach in die hem weerbaarder moest maken.

Als stagiair was ik bij geen van die maatregelen direct betrokken, maar ik kon me erin vinden. Ten onrechte, want er is een effectievere aanpak mogelijk. Juist nu, aan het begin van het schooljaar kan elke juf of meester daaraan werken, ook op scholen zonder een antipestprogramma. Zeven tips voor een pestaanpak op eigen kracht.

## 1 Kijk vooruit

Dat pesten in de klas niet mag worden getolereerd staat vast. "Maar je kunt pesten best duidelijk afwijzen, zonder te straffen", zegt René Veenstra, hoogleraar sociologie in Groningen en nauw betrokken bij onderzoek naar het van oorsprong Finse antipestprogramma KiVa. Een probleem van straffen is dat 80 procent van het pestgedrag zich buiten het blikveld van de leerkracht afspeelt. Meester of juf komen al gauw terecht in de rol van onderzoeker die zaken achteraf moet onderzoeken. "Straffen is terugkijken", zegt Veenstra. "Terwijl het juist een verademing kan zijn om vooruit te kijken. Je kunt bijvoorbeeld met het slachtoffer bespreken wat er speelt en op zoek gaan naar concrete oplossingen."

Inge Anthonijsz van het Nederlands Jeugdinstituut leidt het project dat het ministerie van Onderwijs heeft opgezet om de effectiviteit van antipestprogramma's te beoordelen. "Onderzoek laat zien dat straffen niet de manier is om pestge-

drag te voorkomen en op te lossen", zegt zij. Slachtoffers die weten dat hun plaaggeest gestraft wordt, durven uit angst voor represailles misschien niet eens meer naar de leerkracht te stappen. "Slachtoffers moeten op steun kunnen rekenen", zegt ook Matty van der Meulen, mede-auteur van het boek *Pesten op school\**. "Maar ik denk niet dat hard straffen de oplossing is."

## 2 Beroof de pester van zijn aanhang

Om straks goedkeuring te krijgen van de overheid moeten antipestprogramma's hun aanpak wetenschappelijk onderbouwen. Pesten beschouwen als een groepsprobleem staat daarbij centraal. Veenstra illustreert dat met een scene uit het boek *Het lekkere van pesten\*\**, het waargebeurde verhaal over de middelbare schooltijd van het latere fotomodel Julian van Dalen. Dat klasgenoten Van Dalen in een vijver gooiden was nog tot daaraan toe. Het ergst was dat 'de hele school' stond toe te kijken en te lachen. "Omstanders zijn essentieel bij het gaande houden van het pesten", zegt Veenstra. "Zij verlenen de pester status." Leerkrachten die pesten willen aanpakken moeten daarom oog hebben voor de hele groep. Versterkers moedigen het pesten aan. Assistenten pesten mee. En buitenstaanders laten het gebeuren. Zonder verdedigers maakt het slachtoffer geen kans. "Je moet de passiviteit van de



buitenstaanders doorbreken”, zegt Veenstra. “Niet iedereen is verantwoordelijk voor het pesten, maar iedereen is er wel voor verantwoordelijk dat er een einde aan komt.”

### 3 Teken een netwerk

Inzicht in een klas, en de rollen die kinderen vertolken, is te verkrijgen met een anonieme enquête waarin kinderen vragen beantwoorden als: ‘Met wie ga je graag om in je vrije tijd? Met wie juist niet? Met wie werk je graag samen? En met wie liever niet?’ Zo ontstaat een sociogram of netwerk waarin veelgenoemde kinderen centraal staan of samen kliekjes vormen. Kinderen die niemand kiest, of in negatieve zin, zijn potentieel slachtoffer.

### 4 Werk spelenderwijs

Deskundigen zijn het erover eens dat goedgekozen groepsspelletjes, zeker aan het begin van het jaar, kunnen helpen om de dynamiek van een groep positief te beïnvloeden en te begrijpen. Mogelijkheden genoeg. Zet zestien gekke grillen op een bingokaart en laat kinderen op zoek gaan naar een klasgenoot die wel eens een berg beklommen heeft of gek is van vissen. Laat kinderen elkaar een zich langzaam afwikkelende bol wol toegooien, terwijl ze om de beurt iets over zichzelf vertellen. “Zo ontstaat tussen klasgenoten een netwerk van draden”, zegt Anthonijsz. “Dat symboliseert de verbondenheid van een klas.” Meer ideeën? Laat kinderen Post-its met complimenten op elkaars rug plakken, of tegelijkertijd opstaan omdat ze hobby’s of passies delen. Volgens Veenstra is dat voor kinderen een manier om erachter te komen dat ze dingen gemeen hebben met klasgenoten waar ze nooit mee omgaan.

### 5 Vraag de klas om regels

Spel en stellingen kunnen het uitgangspunt zijn voor een discussie. Bijvoorbeeld over de vraag: ‘Wat hebben wij nodig om het fijn te hebben in de klas?’ “Als een groep zelf haar regels mag opstellen, dan blijft dat beter hangen dan wan-

neer je kinderen iets oplegt”, zegt Anthonijsz.

Zelfs als er al problemen zijn, kan het helpen om oplossingen “uit de groep te halen”, zoals Veenstra dat noemt. Een steungroep biedt mogelijkheden, al ontbreekt hard wetenschappelijk bewijs voor deze methode waarbij het probleem dat speelt wordt voorgelegd aan een groepje klasgenoten. Eén van de kinderen in onze klas is ongelukkig, vertelt de leerkracht dan, wat gaan we daaraan doen? Ook de pester zit in de steungroep, maar wordt niet als schuldige aangewezen. Wel moet hij, net als de andere kinderen, oplossingen bedenken om het slachtoffer te helpen.

### 6 Speel toneel

Rollenspelen zijn onderdeel van veel antipestprogramma’s. Zo werkt de Kanjertraining met gekleurde petten, voor pestvogels en hulpvaardige kanjertijgers. KiVa gebruikt een computerspel waarmee kinderen pestsituaties naspelen in een virtuele school. “Met games en toneelspellen kunnen kinderen op een veilige manier oefenen”, zegt Veenstra. “Ze hebben vaak niet door hoe belangrijk het is dat ze opkomen voor iemand anders. Je kunt ook niet van alle kinderen verwachten dat ze tussenbeide komen. Een slachtoffer kan zich ook gesteund voelen als een kind na afloop zegt dat hij het heel vervelend vond, maar niet wist wat te doen.” Het is voor kinderen vaak lastig om de link te leggen tussen datgene wat ze geleerd hebben en de dagelijkse praktijk in en rondom de klas. “Een leerkracht moet kinderen daarbij helpen”, zegt Van der Meulen. “Bedenk je wel: menselijk gedrag is behoorlijk stabiel. Dat verander je niet zo maar even met tien goedbedoelde lessen. Volwassenen pesten elkaar ook en dat is niet voor niets. Het is een manier om een plek te verwerven in de hiërarchie van een groep.”

### 7 Draai de rollen om

Volgens theorieën van de Amerikaanse onderwijspsycholoog Bruce Tuckman bepalen de eerste weken waarin een groep samenkomt of het posi-

tieve dan wel het negatieve daarin naar bovenkomt. Een positieve groep is eensgezind en gemotiveerd, in een negatieve groep overheerst de machtsstrijd en voeren negatieve leiders de boventoon. Groeps spelen en duidelijke afspraken kunnen helpen, maar als het in die cruciale beginfase fout gaat, is nog niet alles verloren. “Je kunt proberen negatief leiderschap om te buigen”, zegt Veenstra. “Dat kan bijvoorbeeld door negatieve leiders belangrijke taken te geven. Laat ze kinderen ’s ochtends welkom heten in de klas. Of geef ze een rol als pleinwacht. Koppel daarbij wel een negatieve leider aan iemand met een positieve instelling.” Het is het proberen waard, al ontbreekt ook voor deze aanpak nog het harde bewijs. Van structureel surveilleren tijdens de pauzes is wel wetenschappelijk aangetoond dat het pesten reduceert, zegt Matty van der Meulen.

En de harde lijn, waar mijn stageschool voor koos bij het pestgeval op internet? “Natuurlijk moet je grenzen stellen”, zegt Anthonijsz. “Maar mensen aan de schandpaal nagelen heeft geen zin.” Van der Meulen kent ouders die hun kind op een vechtsport deden, omdat klasgenoten hem rondjes lieten lopen rond een zandbak, op straffe van tien euro boete. Een begrijpelijke reactie, maar het gevaar bestaat dat zo’n slachtoffer dubbel en dwars wordt teruggepakt. Wel kan het helpen, zegt Veenstra, als een leerkracht ook op het internet zichtbaar aanwezig is. “Maak maar een profiel aan”, zegt hij. “En link met leerlingen in je klas. Voor veel van hen is het al fijn om te weten dat de meester of juf de discussie kan volgen.” ■

**Guus is niet de echte naam van het kind dat werd gepest op een van mijn stagescholen.**

\*) *Pesten op school*, Frits Goossens, Marjolijn Vermande en Matty van der Meulen, Boom Lemma uitgevers, ISBN 9789059318175, € 29,50

\*\*) *Het lekkere van pesten*, Edward van de Vendel en Julian Van Dalen, Uitgeverij Athenaeum-Polak & Van Gennep, ISBN 9025368530, € 14,85