

15 Samenwerken tegen pesten

Femke Munniksmā, Gijs Huitsing, Beau Oldenburg, Rozemarijn van der Ploeg en René Veenstra

Graag citeren als: Munniksmā, F., Huitsing, G., Oldenburg, B., Van der Ploeg, R., & Veenstra, R. (2014). Samenwerken tegen pesten. In R. Oostdam & P. de Vries (red.), *Samen werken aan leren en opvoeden. Basisboek over ouders en school* (pp. 211-224). Bussum: Coutinho.

Casus

Thijmen is sinds het begin van het schooljaar nieuw op school. Hij is verhuisd omdat zijn moeder door een reorganisatie een nieuwe baan kreeg in het zuiden van het land. Daarom moest hij van school veranderen. Vanaf het begin gaat het niet goed met Thijmen in zijn nieuwe klas. Thijmen is erg stil en reageert nauwelijks op zijn klasgenoten. In zijn oude klas was dit geen probleem, want iedereen wist wel dat Thijmen een beetje teruggetrokken was, maar in deze klas val je al gauw op als je niet actief meedoet met de groep. De eerste weken lieten zijn klasgenoten hem met rust, maar de laatste tijd is de sfeer rondom Thijmen negatief geworden.

Tirza is de leider van de groep. Ze begon Thijmen als eerste te negeren. Als Thijmen voorzichtig contact probeerde te zoeken deed Tirza alsof ze hem niet hoorde of zag. Sofie is de beste vriendin van Tirza en doet hieraan mee. Tirza heeft een bijnaam bedacht voor Thijmen: 'Pullekie'. Deze naam heeft ze bedacht omdat Thijmen klein is en al jeugdpuistjes heeft. Andere klasgenoten vinden de naam een goede vondst. Daarom noemen steeds meer klasgenoten Thijmen ook Pullekie. De leraar is erg streng en keurt pesten zeker niet goed. De klasgenoten van Thijmen zorgen er dus voor dat ze hem geen Pullekie noemen wanneer zij in de buurt is.

Niet alle klasgenoten doen echter mee. Stefan houdt zich afzijdig, eigenlijk vindt hij dat zijn klasgenoten gemeen doen en zouden moeten stoppen. Hij verbaast zich er ook over dat er niet meer jongens zijn die Thijmen helpen om van het vervelende gedoe met Tirza en Sofie af te zijn. Stefan vindt het lastig om er wat van te zeggen, en omdat het meisjes zijn durft hij niet met ze te gaan vechten ...

Thijmen vindt het niet meer leuk om naar school te gaan. Hij wordt uitgelachen, mag nergens aan meedoen en hij kan zich steeds moeilijker concentreren op zijn schoolwerk. Hij probeert smoesjes te verzinnen om thuis te kunnen blijven. Daar wordt hij tenminste niet lastiggevallen. Zijn moeder trapt niet in deze smoesjes en vermoedt dat er iets mis is. Ze trekt bezorgd aan de bel bij de school ...

15.1 Inleiding

Pesten is een veelvoorkomend en universeel probleem. Uit onderzoek naar de prevalentie van pesten bij jongeren in de leeftijd 11 tot 15 jaar in 35 landen blijkt dat gemiddeld 11 procent van de jongeren gepest wordt (Craig & Harel, 2004). Voor Nederland geldt dat 10,3 procent van de 13-jarige meisjes en 11,1 procent van de 13-jarige jongens aangeeft twee tot drie keer per maand of vaker gepest te zijn (Craig & Harel, 2004). Op 15-jarige leeftijd daalt het percentage jongeren dat aangeeft slachtoffer te zijn naar 5,8 procent voor meisjes en 8,4 procent voor jongens.

Ook bij kinderen die naar de basisschool gaan komt pesten veel voor. Uit Nederlands onderzoek naar de gevolgen van pesten blijkt dat 17,1 procent van de kinderen (9-11 jaar) aangaf enkele keren per maand of vaker gepest te zijn (Fekkes et al., 2006). Uit deze cijfers blijkt dat pesten, zowel in het basisonderwijs als in het voortgezet onderwijs, veel voorkomt.

Pesten heeft een negatief effect op gepeste kinderen. Ze hebben vaker een lager zelfbeeld, hebben meer depressieve gevoelens en zijn angstiger dan kinderen die niet worden gepest (Arseneault, Bowes & Shakoor, 2010; Hawker & Boulton, 2000; Reijntjes et al., 2010). Ook pesters ervaren negatieve gevolgen van het pesten. Zij vertonen vaker antisociaal gedrag. Dat wil zeggen dat ze op een verkeerde, antisociale manier hun doelen bereiken. Pesters hebben daarom een grotere kans om op latere leeftijd

delinquent gedrag te vertonen (Ttofi et al., 2011). Naast de gevolgen van pesten voor de slachtoffers en pesters heeft pesten ook invloed op andere kinderen in de klas. Zo blijkt uit onderzoek dat kinderen die niet direct betrokken zijn bij het pesten vaker angstig zijn (Nishina & Juvonen, 2005). Deze buitenstaanders – die getuige zijn maar niet direct betrokken zijn bij het pesten – zijn bijvoorbeeld bang om het volgende slachtoffer te worden. Ze kunnen zich ook ongelukkig voelen omdat ze wel willen ingrijpen, maar niet weten hoe. Kortom, pesten heeft negatieve gevolgen voor meer kinderen dan degenen die direct betrokken zijn bij het pesten. Het is dus van groot belang dat pesten wordt voorkomen en snel wordt opgelost als het zich voordoet.

Dit hoofdstuk richt zich op de samenwerking tussen school en ouders bij het voorkomen, signaleren en oplossen van pesten. De rol van ouders is erg belangrijk bij pestproblemen. Ouders kunnen hun kind steunen. Door een goede samenwerking met de school is de kans groter dat het pestprobleem goed wordt aangepakt, omdat duidelijke afstemming tussen school en ouders ertoe leidt dat kinderen één heldere boodschap meekrijgen.

Als ouders vermoeden dat er sprake is van pesten, is hun eerste reactie vaak emotioneel. Dit is een logische reactie. Het is de natuurlijke 'pedagogische plicht' van ouders om achter hun kind te staan en hun kind zo goed mogelijk te helpen. Ouders komen op voor hun kind en willen dat hun kind met plezier naar school gaat, zonder dat hun kind bang hoeft te zijn voor pestgedrag van klasgenoten. Tegelijkertijd zullen ouders het vaak moeilijk vinden om te erkennen dat hun kind zelf pest.

In dit hoofdstuk wordt eerst uitgelegd *wat* pesten is (en wat niet) en *waarom* kinderen pesten. Hierbij gaat het vooral om het groepsproces en de rol van status die voor kinderen belangrijk is. Daarna worden signalen beschreven die duiden op pestgedrag. Deze signalen kunnen ouders en leraren handvatten bieden om pesten te herkennen. Hoe eerder pesten wordt herkend, hoe sneller het kan worden aangepakt. In de afsluitende paragraaf wordt ingegaan op hoe de school kan samenwerken met ouders om pesten goed aan te pakken.

De casus van Thijmen illustreert een situatie waarin er mogelijk sprake is van pestgedrag. Aan het einde van dit hoofdstuk tref je vragen die over deze casus gaan. Voorbeelden:

- Wordt Thijmen gepest of geplaagd, of (geen van) beide? En waarom?
- Hoe kan Thijmens moeder signalen herkennen die er mogelijk op wijzen dat er sprake is van pesten?
- Wat kunnen ouders en leraren doen als ze pestsignalen waarnemen?
- Hoe zou het negatieve gedrag in de klas kunnen stoppen?
- Hoe kunnen de school en ouders van Thijmen samenwerken zodat ze eraan bijdragen dat hij weer met plezier naar school gaat?

15.2 Wat is pesten?

Wanneer is er sprake van pesten en wanneer is er sprake van plagen? En hoe zit dat met het verschil tussen een ruzie of plagen? Het onderscheid tussen pesten en plagen is soms moeilijk te maken. De definitie van Olweus (1993) geeft aan dat er sprake is van *pestgedrag* als het gedrag voldoet aan drie kenmerken:

- 1 opzettelijk negatief gedrag;
- 2 dit negatieve gedrag is niet incidenteel, maar herhaaldelijk;
- 3 er is sprake van een machtsverschil tussen de pester(s) en het pestslachtoffer.

Het machtsverschil tussen de pester en het slachtoffer zorgt ervoor dat het slachtoffer zich moeilijk kan verdedigen tegen de pester. Tussen pester en pestslachtoffer bestaat een *asymmetrische machtsrelatie* (Olweus, 1993). Pesters kunnen bijvoorbeeld fysiek of verbaal sterker zijn dan hun slachtoffers, maar ze kunnen ook sociaal sterker zijn doordat ze meer vrienden hebben die actief meepesten.

Met deze kenmerken van pesten kan ook het verschil tussen pesten en plagen verduidelijkt worden. Bij *plagen* is er geen sprake van een machtsverschil tussen betrokken partijen. Als kinderen geplaagd worden, kunnen ze zich verweren en er vaak wel om lachen. Bij een ruzie of conflict is er ook geen sprake van pesten, omdat een ruzie of conflict doorgaans incidenteel is en gebeurt zonder dat er sprake is van een asymmetrische machtsrelatie.

In het Nederlandse taalgebruik worden pesten, plagen en vervelende gebeurtenissen veelal door elkaar gebruikt. Kinderen zeggen snel dat ze gepest worden, maar bij doorvragen blijkt het vaak te gaan om een eenmalig vervelend incident of een plagerijtje dat uit de hand is gelopen. Het onderscheid tussen pesten en plagen is soms moeilijk te maken. Kinderen en volwassenen kunnen dezelfde situatie vaak op verschillende manieren interpreteren.

Pesten kan op verschillende manieren gebeuren. Niet alle vormen van pesten zijn voor kinderen, leraren en ouders gemakkelijk te signaleren. Dit komt doordat het pesten zich meestal afspeelt buiten het zicht van de volwassenen. Zo blijkt uit onderzoek dat leraren maar een op de vijf slachtoffers herkennen (Sainio, Turtonen, Poskiparta & Salmivalli, 2011). Pesten kan fysiek, verbaal, relationeel, materieel en digitaal zijn. Fysiek pesten is bijvoorbeeld slaan, schoppen of het gebruiken van ander lichamelijk geweld. Verbaal pesten is onder andere schelden, naroeppen of uitlachen. Relationeel pesten is bijvoorbeeld roddelen, geruchten verspreiden over iemand, of iemand buitensluiten. Materieel pesten is het stukmaken, beschadigen of kwijt maken van iemand spullen. Tot slot, digitaal pesten of *cyberpesten* is pesten via bijvoorbeeld de mobiele telefoon of het internet. Digitaal pesten is een relatief nieuwe vorm van pesten.

Digitaal pesten komt bijna altijd samen met een andere vorm van pesten voor (Olweus, 2012; Salmivalli, Sainio & Hodges, 2013). Als kinderen digitaal worden gepest, vindt het pesten dus ook bijna altijd op een andere manier op school plaats, bijvoorbeeld verbaal of relationeel. Fysiek en verbaal pesten zijn pestvormen die vaak gemakkelijk zichtbaar zijn voor anderen. Relationeel pesten en digitaal pesten zijn pestvormen die meer verborgen zijn. Zo gebeurt relationeel pesten vaak op subtiele wijze (bijvoorbeeld roddelen of een dubbelzinnige boodschap afgeven) en is het bij digitaal pesten soms moeilijk om de pester te achterhalen.

15.3 Waarom pesten kinderen?

De redenen waarom kinderen pesten kunnen verschillend zijn. Dit heeft onder meer te maken met de doelen die kinderen hebben. Onderzoekers maken onderscheid tussen twee typen pesters: reactieve pesters en strategische pesters (Huitsing, Van der Meulen, & Veenstra, 2012). *Reactieve pesters* zijn kinderen die vaak impulsief en agressief reageren op een gebeurtenis uit hun omgeving. Dit komt vooral doordat ze vaak een lage zelfcontrole hebben. Hun reactie is vaak sociaal onhandig en roept afkeur op bij klasgenoten en volwassenen. Daardoor worden deze kinderen vaak gezien als pesters, maar zijn ze ook vaak zelf slachtoffer (Veenstra et al., 2005). Ouders kunnen dit gedrag soms herkennen doordat deze kinderen thuis ook lastig, onhandelbaar of agressief kunnen zijn.

Naast reactieve pesters onderscheiden onderzoekers *strategische pesters* (Veenstra et al., 2010). Strategische pesters pesten om een bepaald doel te bereiken. Ze willen anderen domineren, streven naar status (populair zijn) en macht en vinden het belangrijk om bij de groep te horen (Huitsing, Van der Meulen & Veenstra, 2012). Sommige kinderen willen graag populairder en leuker zijn dan hun leeftijdsgenoten, en pesten kan een goed middel zijn om dit te bereiken (Salmivalli, 2010; Sijtsema et al., 2009). Strategische pesters zijn – anders dan vaak wordt gedacht – meestal niet sociaal onhandig, maar zijn vaak juist sociaal vaardig en daarom in staat om hun doel (populair zijn) te bereiken (Sutton, Smith & Swettenham, 1999). Dit resulteert erin dat deze pesters vaak door hun klasgenoten als populair beschouwd worden. Dit betekent dat ze opvallen en anderen graag bij hun willen horen, terwijl ze niet per se geliefd zijn. Pesten kan dus een effectieve strategie zijn om statusdoelen te bereiken. Strategische

pesters kunnen thuis prettige en plezierige kinderen zijn, terwijl ze zich in de groep profileren ten koste van anderen.

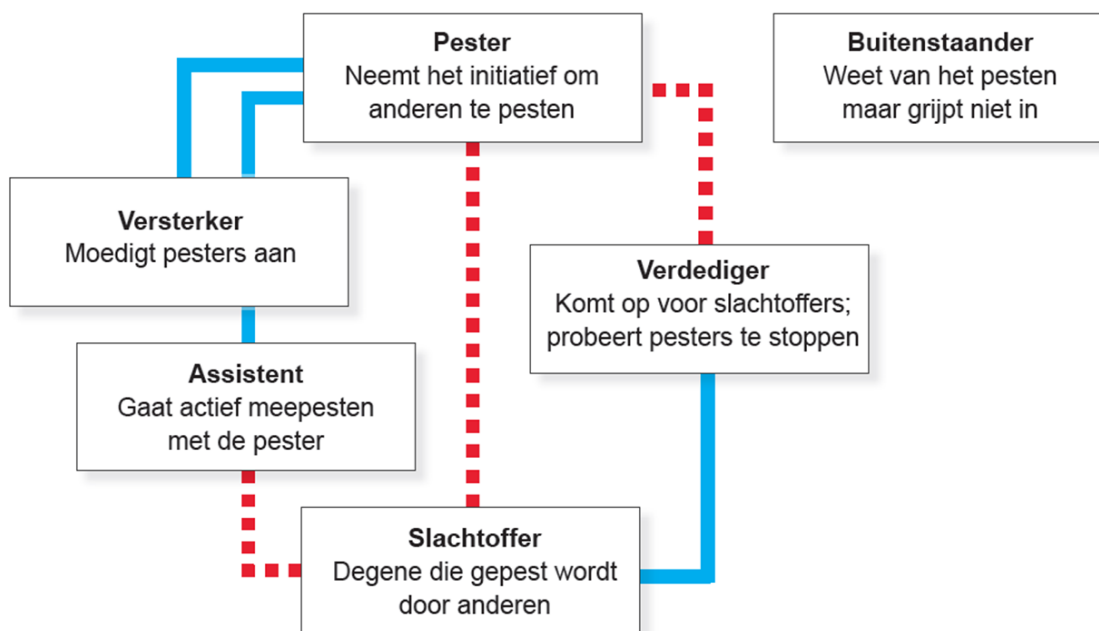
Bij het zoeken naar een oplossing voor het pesten is het verstandig om in te schatten welke kenmerken bij een kind passen, omdat reactief pesten (impulsief onhandig reageren) om een andere reactie van de ouders en leraren vraagt dan strategisch pesten (doelbewust populair willen worden ten koste van anderen).

Een primaire reactie om pestproblemen aan te pakken is om de pester(s) aan te spreken en een slachtoffer te helpen. Uit onderzoek weten we echter dat de hele klas een rol speelt bij pesten (Salmivalli et al., 1996; Huitsing & Veenstra, 2013) en dat de oplossing voor pesten complexer is. Naast de pester en het slachtoffer nemen kinderen andere rollen aan die het pesten in stand houden, erger maken of doen stoppen. Kinderen die actief bijdragen aan het voortduren van pesten zijn *assistenten*. Dit zijn kinderen die vaak mee gaan doen met het pesten als de pester is begonnen met pesten. Zij beginnen dus niet zelf met pesten, maar volgen het gedrag van de pester(s).

Daarnaast zijn er *versterkers*. Degenen die het pesten versterken doen zelf niet mee met het pesten, maar laten wel duidelijk zien dat ze het pesten goedkeuren. Dat doen zij door bijvoorbeeld te joelen, te lachen of te roepen ('Pak hem!').

Ook zijn er *buitenstaanders*. Buitenstaanders doen niets als er gepest wordt. Ze doen niet mee, maar grijpen ook niet in. Deze buitenstaanders worden ook wel *silent approvers* ('stille goedkeurders') genoemd, omdat ze door niets te doen het pesten eigenlijk goedkeuren.

Tot slot zijn er *verdedigers*. Zij steunen slachtoffers door bijvoorbeeld in te grijpen op het moment dat er gepest wordt of door achteraf te troosten. Deze zes rollen bij het groepsproces van pesten zijn in figuur 15.1 schematisch weergegeven.



Figuur 15.1 Verschillende rollen bij het groepsproces van pesten (Salmivalli, Pöyhönen & Kaukiainen, 2009). De rode lijnen geven negatieve relaties weer en de blauwe lijnen positieve relaties.

Pesten is een groepsproces omdat iedereen in de groep een rol heeft bij pesten. Als het pesten aanhoudt, is de houding van groepsgenoten over het pesten cruciaal. Als ze een positieve of neutrale houding hebben over het pesten, is het lonend voor de pester om door te gaan omdat het pestgedrag

statusverhogend werkt. Als leeftijdsgenoten pesten zouden afkeuren (er zijn bijvoorbeeld meer verdedigers en minder assistenten), dan lukt het de pester minder goed om status te ontlenu aan het gedrag.

De groepsnorm over pesten bepaalt dus of er een pestklimaat heerst ('pesten is oké'), of niet ('pesten wordt niet getolereerd'). Deze groepsnorm heeft invloed op *hoe* kinderen doelen nastreven. Als de groepsnorm tegen pesten is ('pesten is verkeerd'), dan zal het moeilijk zijn om in de klas status en waardering te ontvangen voor pesten. Kinderen die populair willen zijn, gaan dan op zoek naar ander gedrag om hun doelen te bereiken. De groep kan er dus voor zorgen dat het pesten stopt.

Om pesten aan te pakken is een universele aanpak nodig. Deze aanpak richt zich op de hele groep.

Daarnaast kan er een selectieve aanpak nodig zijn als kinderen minder gevoelig zijn voor afkeuring door de groep, of hun gedrag zelf moeilijk kunnen aanpassen. De selectieve aanpak richt zich op individuele kenmerken van een kind (bijvoorbeeld een pester of slachtoffer) of zijn omgeving (Van Overveld, 2012). Bij reactieve pesters is er veelal sprake van co-problematiek (bijvoorbeeld gedragsproblemen) waarbij *naast* een universele aanpak ook een meer specifieke aanpak gewenst is. Voor strategische pesters zal een universele aanpak van pesters vaak voldoende zijn. Een universele aanpak van pesten richt zich op de hele klas en heeft als primaire doel om de groepsnorm over pesten aan te pakken. Voor strategische pesters is deze groepsnorm van invloed op het voortduren van pestgedrag. Strategische pesters zijn vaak gevoelig voor afkeurende reacties van klasgenoten en leraren.

15.4 Signalen

Het is verstandig dat leraren en ouders pesten samen aanpakken. Een gezamenlijke aanpak begint bij het pesten signaleren en elkaar hierover informeren.

Het signaleren van pesten is soms moeilijk. Dat komt allereerst doordat pesten zich vaak afspeelt buiten de aanwezigheid van volwassenen. Strategische pesters pesten niet in het bijzijn van volwassenen omdat ze weten dat (veel) volwassenen pesten afkeuren. Daarnaast is in het complexe groepsproces niet altijd duidelijk hoe de lijntjes lopen. Pesters kunnen zich verschuilen achter assistenten en versterkers zodat niet duidelijk is wat er nu precies gebeurt. Daar komt bij dat pesten op veel verschillende manier kan gebeuren, die niet altijd even zichtbaar zijn (denk aan digitaal en relationeel pesten).

Tot slot vinden gepeste kinderen het vaak moeilijk om over het pesten te praten. Daar zijn verschillende redenen voor. Gepeste kinderen kunnen zich ervoor schamen dat ze anderen hun zwakheden moeten laten zien. Het is niet gemakkelijk om te vertellen dat je stelselmatig wordt gepest en dat je daar moeilijk wat tegen kan doen. Gepeste kinderen willen anderen (ouders of leraren) niet teleurstellen en opzadelen met een probleem. Soms hebben ouders al te maken met andere problemen (zoals werkloosheid of een echtscheiding) en ervaren kinderen een drempel om ook hun probleem bij de ouders aan te kaarten. Daarnaast kunnen kinderen bang zijn dat het vertellen leidt tot ingrijpen, en dat het pesten daardoor nog erger wordt. Ze zien het als klikken en zijn bang voor vergelding door de pesters.

Kinderen die gepest worden, raken na verloop van tijd steeds meer teruggetrokken en kunnen een laag zelfbeeld ontwikkelen. Daardoor kan een kind zichzelf de schuld geven van het pesten en het moeilijk vinden om te vertellen over het pesten. Als vermoed wordt dat een kind gepest wordt, is het belangrijk om te onderzoeken wat er precies aan de hand is. Vraag het kind hoe het gaat op school. Stel hierbij open vragen waardoor hij uitgenodigd wordt om verder te vertellen. Wees niet tevreden met een simpel antwoord ('Het gaat wel.') maar vraag door wat hij écht ervaart. Als een kind het gemakkelijker vindt om zich op een andere manier te uiten, dan kun je vragen om bijvoorbeeld een brief te schrijven of een tekening te maken. Maak in ieder geval duidelijk dat problemen niet kunnen worden opgelost als er niet over wordt gesproken, en dat elke vervolgstap wordt besproken voordat er wordt gehandeld. Zo

kan er zowel op school als thuis een klimaat gecreëerd worden waarin kinderen over hun problemen durven te vertellen.

Ondanks de terughoudendheid van kinderen om over pesten te praten, zijn er veel signalen die erop kunnen duiden dat een kind gepest wordt of zelf pest (zie ook: www.kivaschool.nl/ouders). Signalen die erop kunnen duiden dat een kind gepest wordt, zijn:

- verminderde schoolprestaties;
- weinig of geen contact met andere kinderen;
- veel om aandacht vragen bij de leraar;
- betrokken zijn bij opstootjes in de klas of op het plein;
- als laatste gekozen worden bij het indelen van groepjes;
- schoolziekte of andere psychosomatische klachten (bijvoorbeeld buikpijn, hoofdpijn);
- bedplassen, verstoorde nachtrust;
- verwondingen of blauwe plekken;
- 'kwijtgeraakte' of beschadigde spullen;
- negatieve stemmingen, angsten, depressie;
- geldtekort (bij afpersing);
- spijbelen.

Al deze signalen kunnen duiden op pesten, maar dat hoeft niet. Vaak treedt er een verandering op bij kinderen die aanleiding kan zijn voor een gesprek. Als ouders of leraren vermoeden dat een kind gepest wordt, bijvoorbeeld omdat hij een of meerdere signalen laat zien, dan is het belangrijk dat deze signalen serieus genomen worden.

Naast signalen die duiden op gepest worden zijn er ook signalen die erop kunnen duiden dat een kind zelf pest:

- overdreven stoer doen;
- tegendraads en opstandig gedrag;
- niet kunnen inleven in anderen;
- roddelen en geruchten verspreiden;
- agressief zijn;
- slechte schoolprestaties.

Ook bij deze signalen geldt dat ze op pesten kunnen duiden, maar dit hoeft niet. Het zijn signalen waar leraren en ouders op moeten reageren als ze vermoeden dat er iets aan de hand is.

Het is de verantwoordelijkheid van zowel ouders als leraren om in te grijpen als er vermoedens zijn van pestproblemen. Als een van hen het pesten signaleert moeten zij twee dingen doen. Allereerst met het kind in gesprek gaan om duidelijk te krijgen wat er precies aan de hand is. In tabel 15.1 staan voorbeeldzinnen die kunnen helpen om een gesprek te beginnen. Daarnaast is het belangrijk om elkaar te informeren over de situatie en uitkomsten. Door signalen die mogelijk duiden op pestproblemen te combineren ontstaat een volledig beeld van een kind, waardoor het sneller duidelijk is of er problemen zijn en zo ja, van welke aard.

Daarnaast is het gesprek met de kinderen essentieel. Zo moet een gepest kind het vertrouwen hebben (krijgen) dat het pesten wordt aangepakt en moet een pester weten (leren) dat het *gedrag* niet getolereerd wordt, zonder dat hij als *persoon* afgekeurd of veroordeeld wordt.

Tabel 15.1 Een gesprek aangaan met kinderen die problemen hebben met pesten

| Voorbeeldzinnen | |
|---|---|
| <i>Gepest kind:</i> | <i>Pestend kind:</i> |
| Hoe vind je het op school? | Wat is er gebeurd? |
| Wat vind je het leukst op school? | Wat dacht je toen het gebeurde? |
| Wat vind je het minst leuk op school? | Hoe denk je er nu over? |
| Wat zou je het allerliefst willen veranderen aan de school? | Hoe zou de andere zich hebben gevoeld? |
| Hoe ziet jouw favoriete schooldag eruit? | Wat zou je het liefst anders willen? |
| <i>Doorvragen:</i> Hoe? Zou je daar meer over kunnen vertellen? Wat is daarvoor de reden? | <i>Doorvragen:</i> Hoe? Wat moet er gebeuren? Hoe zou je de situatie kunnen verbeteren? |

15.5 Samen optreden tegen pesten

Samenwerking tussen ouders en school is waardevol om pesten tegen te gaan en pestproblemen op te lossen. Er is een positief effect op de ontwikkeling van kinderen als de boodschap die de school uitdraagt overeenkomt met wat de ouders thuis uitdragen (Sheridan, Warnes & Dowd, 2004): het is extra duidelijk wat er van hen wordt verwacht. Als wat kinderen thuis leren echter niet overeenkomt met wat ze op school leren kan dit een negatieve invloed hebben op de leeropbrengsten.

Bij het aanpakken van pesten hebben de ouders en de school elkaar dus nodig. Ouders kunnen pesten wel signaleren, maar vaak niet oplossen omdat het in de groep speelt. Ouders en school hebben allebei expertise op andere gebieden en als ze samenwerken kunnen ze het beste van deze twee werelden combineren. Het schoolpersoneel heeft de didactische vaardigheid in huis en weet meer over de groepsprocessen op de school (en hoe deze beïnvloed kunnen worden), terwijl ouders meer weten over hoe hun kind zich voelt en welke emoties er spelen.

De samenwerking om pesten aan te pakken begint al voordat er sprake is van pesten, bij de eerste kennismaking tussen school en ouders: *preventief*. Bij dit eerste contact kan de fundering worden gelegd voor een gedeelde visie op de aanpak van pestproblemen. Hierdoor wordt het samenwerken in het aanpakken van pesten gemakkelijker. De school heeft de regie bij het voorkomen en oplossen van pesten. Dat betekent echter niet dat de school enkelzijdig voorstellen aan ouders oplegt. Het doel is om samen afstemming te vinden over de best mogelijke samenwerking in het belang van het kind. Enkele *tips*:

- Zet de eerste stap naar samenwerking met ouders in het startgesprek aan het begin van het schooljaar. Dit gesprek vindt plaats tussen school, ouders en kind. Tijdens dit gesprek worden behoeften en verwachtingen besproken en worden afspraken gemaakt over hoe vaak ze bijeenkomen aan de hand van de ontwikkelingsbehoefte van het kind (De Vries, 2013). In dit startgesprek en de daarop volgende ontmoetingen kan ook de aanpak van de sociale veiligheid op school besproken worden.
- Ouders kunnen samen met de school invulling geven aan het pestprotocol waarin de aanpak van pesten wordt beschreven. Op deze manier zijn beide partijen verantwoordelijk voor het bestrijden van pesten en vindt er overeenstemming plaats over de aanpak van pesten tussen ouders en de school.
- Elke school behandelt het onderwerp pesten. Breng ouders op de hoogte van de thema's die besproken worden in de lessen en vraag ouders om thuis ook te vragen naar de thema's. De school kan ouders suggesties geven hoe ze dit kunnen bespreken en kunnen oefenen (zie het voorbeeld in het kader hierna). Daarnaast kunnen ouders *elkaar* ook leren en stimuleren om deze onderwerpen met hun kinderen te bespreken. Zo kunnen er bijvoorbeeld kenniscafés of workshops over pesten georganiseerd worden voor en door ouders en leraren. Op deze manier kunnen ouders en school ervaringen uitwisselen en van elkaar leren.

[kader]

Een les over 'respect' terugkoppelen naar ouders

Over het thema: Respect

In de les over 'respect' zijn verschillende onderwerpen behandeld. Kinderen hebben geleerd wat respect is en kunnen respectvol en respectloos gedrag herkennen. De volgende vragen kunnen helpen om met uw kind over deze les te praten.

- Klopt het dat je vandaag op school hebt geleerd wat respect is?
- Leg eens uit wat respect is.
- Wat zijn voorbeelden van respect tonen?
- Wat is een voorbeeld van geen respect tonen?
- Kun je zelf een voorbeeld noemen van toen er respect voor jou getoond werd?
- Hoe voelde dat?
- Waarom is het tonen van respect belangrijk?

[einde kader]

Ondanks een preventieve samenwerking om pesten tegen te gaan kunnen er toch pestproblemen ontstaan. Dit vraagt om een 'curatieve' samenwerking. Bij het signaleren van pestproblemen moet de signalerende volwassene twee dingen doen. Allereerst moet deze met de pester of het gepeste kind praten om duidelijk te krijgen wat er precies aan de hand is. Daarnaast moeten de ouders en school met elkaar in gesprek en elkaar informeren over de signalen.

Centraal in het gesprek tussen school en ouders staat de behoefte van het kind. Aan dit gesprek kan het kind zelf ook deelnemen. Het is verstandig als school en ouders een dagboek bijhouden over het kind. In dit dagboek noteert de school observaties rondom pestgedrag noteren. Ouders schrijven op (samen met hun kind) hoe hij zich voelt en of er pestincidenten hebben plaatsgevonden. Ook plezierige momenten worden in het dagboek beschreven. De dagboeken worden besproken tijdens de contactmomenten en bieden handvatten voor een gerichte aanpak van het probleem. Zo wordt duidelijk of ouders hetzelfde te horen krijgen als de leraar in de klas signaleert. Met een dagboek kan ook de ontwikkeling van de problematiek gevolgd worden. Het leidt tot een dossier dat het welzijn en de ontwikkeling van het kind volgt.

Daarnaast kunnen ouders (zie ook Lovegrove et al., 2013):

- als het kind gepest wordt: troost bieden, oefenen met assertiviteit en vertrouwen winnen om samen met school het pesten aan te pakken;
- als het kind zelf pest: allereerst duidelijk aangeven dat pesten niet geaccepteerd wordt. Belangrijk hierbij is dat niet het kind zelf of zijn persoonlijkheid, maar zijn gedrag wordt afgekeurd en veroordeeld. Daarnaast kunnen ouders empathie creëren voor het slachtoffer en positieve feedback geven als het kind zijn of haar gedrag probeert te veranderen.

Als er een pestprobleem blijkt te zijn, kan de school ingrijpen in het groepsproces. Als er gepest wordt in de klas moet de leraar onder meer de pestnorm ('pesten is niet oké') in de klas aanpakken. Zo wordt het pestgedrag niet alleen door de leraar maar ook door leeftijdsgenoten afgekeurd. Kinderen die pesten ontnemen dan geen status meer aan hun pestgedrag (zie ook paragraaf 15.3).

De leraar kan aan de normen van de klas werken door een goed programma te gebruiken dat zich richt op het groepsproces en de rollen die kinderen hierbij in kunnen nemen. Hierbij moeten ten minste drie elementen aan de orde komen:

1 kinderen moeten zich bewust worden van de rol die de groep speelt bij de instandhouding van pestgedrag;

2 er moet gewerkt worden aan empathie bij kinderen, zodat ze inzicht krijgen in elkaars behoeften en elkaar respecteren. Kinderen moeten zich proberen in te leven in de verschillende rollen en zo ervaren dat pesten helemaal niet leuk is;

3 kinderen moeten oefenen en leren hoe ze voor elkaar kunnen opkomen.

Naast enkele preventieve en curatieve tips in voorkomen en aanpakken van pesten zijn er ook suggesties voor de manier waarop leraren en ouders kunnen communiceren. Enkele *communicatietips* zijn:

- *Onderling face-to-face contact.* Als men elkaar kent is de communicatie beter, gemakkelijker, en worden problemen beter opgelost: bekend maakt bemind. Een mondeling, face-to-face gesprek valt daarom altijd te verkiezen boven e-mail of telefoon.
- Toon *begrip*: het is de 'pedagogische plicht' van ouders om achter hun kind te staan. Dat ouders bezorgd zijn is dus heel begrijpelijk. Toon hiervoor als leraar begrip en creëer ruimte waarin ouders hun zorgen kunnen uiten.
- Wees *duidelijk*: als de school een bepaalde pestsituatie aanpakt, spreek dan samen met de ouders af wanneer er (vaste) contactmomenten zijn. Op de contactmomenten kan het dagboek gebruikt worden om de ontwikkeling van het kind te bespreken.
- Wees *bereikbaar*: Naast vaste contactmomenten is het zinvol om kleine contactmomenten te onderhouden: 'kleine communicatie' (bijvoorbeeld in een kort gesprek aan het einde van de schooldag of een telefoontje). Door deze kleine tussentijdse communicatie kunnen de school en ouders elkaar gemakkelijk bereiken. Het is laagdrempelig contact. Door open te staan voor elkaar is er minder risico dat problemen escaleren.
- Wees *eerlijk en realistisch*: maak geen afspraken tussen school en thuis die niet waar te maken zijn. Hierdoor zullen leraren en ouders hun onderlinge vertrouwen verliezen. De contactmomenten kunnen in het startgesprek worden vastgesteld en kunnen, naar behoefte, in frequentie toe- of afnemen.

15.6 Ten slotte

Pesten is opzettelijk en herhaaldelijk negatief gedrag waarbij er een machtsverschil is tussen de pester en het slachtoffer. Pesten verschilt van plagen, omdat er bij plagen vaak geen machtsverschil is. De lijn tussen pesten, plagen, een ruzie of een conflict kan soms dun zijn en door verschillende partijen verschillend worden geïnterpreteerd.

Pesten komt in verschillende vormen voor: fysiek, materieel, verbaal, relationeel en digitaal. Fysiek, materieel en verbaal pesten zijn de meer zichtbare vormen van pesten. Relationeel pesten en digitaal pesten zijn meestal verborgen vormen van pesten die moeilijker zijn te signaleren.

Pesten is een groepsproces. Pesters streven naar status en macht en bereiken deze doelen als de groep pesten toestaat. Pestgedrag blijft bestaan als er weinig verdedigers zijn, terwijl assistenten en versterkers de pester(s) stimuleren en de buitenstaanders alleen toekijken en niet ingrijpen.

Signaleren van pesten is moeilijk voor buitenstaanders door het complexe groepsproces, de slimheid van strategische pesters, verscheidene pestvormen, en omdat gepeste kinderen zich vaak schamen, anderen/ouders niet willen opzadelen met het probleem of het niet vertellen omdat ze bang zijn dat het pesten erger wordt. Daarnaast speelt het pesten zich vaak af buiten het zicht van een volwassene.

Samenwerken in het aanpakken van pesten

Zowel ouders als de school kunnen pestproblemen signaleren. De expertise voor het aanpakken van pesten als groepsprobleem ligt bij de school. De school kan zowel preventief als curatief samenwerken met ouders.

Preventief

- Individueel startgesprek; kennismaking en ontwikkelingsbehoefte van het kind vaststellen.
- Ouders en school samen het pestprotocol laten vormgeven.
- Ouders met kinderen thuis laten praten over pestthema's.
- Ervaringen tussen school en ouders uitwisselen in kenniscafés en workshops.

Curatief

- In gesprek gaan met het kind om duidelijkheid over pestsignalen te krijgen.
- Dagboek bijhouden waarmee de voortgang wordt gemonitord. Het dagboek dient als basis voor de aanpak van de pestproblematiek en volgt het welbevinden van het kind.
- De school pakt de groepsproblemen en de norm van de groep aan.

Communicatietips

- Kies voor een mondeling, face-to-face gesprek boven e-mail of telefoon.
- Toon er begrip voor dat ouders achter hun kind staan en creëer ruimte waarin ouders hun zorgen kunnen uiten.
- Wees duidelijk, bereikbaar, eerlijk en realistisch.

Vragen en opdrachten

Inzichtsragen

- 1 Wordt Thijmen gepest of geplaagd, of geen van beide?
- 2 Is er sprake van een ruzie?
- 3 Op welke manieren wordt Thijmen lastiggevalen?
- 4 Wat zijn de rollen van de klasgenoten van Thijmen (Tirza, Sofie, Stefan)?
- 5 Welke signalen duiden erop dat er sprake is van pesten?
- 6 Op welke manieren kunnen school en ouders elkaar informeren?

Reflectievragen

- 1 Kunnen ouders ook rollen herkennen bij het pesten? Is het voor ouders moeilijker?
- 2 Waarom is het niet effectief als een gepest kind alleen maar een weerbaarheidstraining volgt?
- 3 Waarom heeft het weinig zin om pesters alleen te straffen?
- 4 Hoe kunnen de moeder en de school van Thijmen samenwerken om de pestproblemen aan te pakken? Wat moeten ze doen?
- 5 De moeder van Tirza krijgt te horen dat haar dochter klasgenoten lastigvalt. Wat kan ze het best doen?
- 6 Waarom is het belangrijk dat ouders ook thuis de lesstof over pesten activeren?
- 7 In hoeverre heeft de school expertise bij het aanpakken van pesten? Hoe kan er een gezamenlijke verantwoordelijkheid worden gecreëerd?
- 8 Waarom is het nuttig om een dagboek bij te houden?

Literatuur

- Arseneault, L., Bowes, L. & Shakoor, S. (2010). Bullying victimization in youths and mental health problems: 'Much ado about nothing'? *Psychological Medicine*, 40, 717-729.
- Craig, W. M. & Harel, Y. (2004). Bullying, physical fighting and victimization. In: Young people's health in context. Health behavior in School-aged children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey. *Health Policy for Children and Adolescents, No. 4*.
- De Vries, P. (2013). *E-book. Ouderbetrokkenheid 3.0. Van informeren naar samenwerken*. CPS Onderwijsontwikkeling en advies.
- Fekkes, M., Pijpers, F.I.M., Frederiks, A.M., Vogels, T., & Pauline, S. (2006). Do bullied children get ill, or do ill children get bullied. A prospective cohort study on the relationship between bullying and health-related symptoms. *Pediatrics*, 117, 1568-1574.
- Hawker, D. S. J. & Boulton, M. J. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41, 441-455.
- Huitsing, G., Van der Meulen, M., & Veenstra, R. (2012). Pesten als groepsproces. In F. Goossens, M. Vermande, & M. Van der Meulen (Eds.), *Pesten op school: Achtergronden en interventies* (pp. 81-97). Den Haag: Boom.
- Huitsing, G. & Veenstra, R. (2013). Pesten: groepsprocessen van schoolklassen in kaart gebracht. In: Volker, B., Flap, H., & Mollenhorst (2013). *Sociale Netwerken. Vragen, antwoorden en onderzoek*. Groningen/Houten: Noordhoff.
- Lovegrove, P. J., Bellmore, A. D., Green, J. G., Jens, K., & Ostrov, J.M. (2013). "My voice is not going to be silent": What can parents do about children's bullying? *Journal of School Violence*, 12, 3, 253-267.
- Nishina, A., & Juvonen, J. (2005). Daily reports of witnessing and experiencing peer harassment in middle school. *Child Development*, 76, 435-450.
- Olweus, D., (1993). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Malden, MA: Blackwell.
- Olweus, D. (2012). Cyberbullying: An overrated phenomenon? *European Journal of Developmental Psychology*, 9, 520-538.
- Reijntjes, A., Kamphuis, J. H., Prinzie, P., & Telch, M. J. (2010). Peer victimization and internalizing problems in children: A meta-analysis of longitudinal studies. *Child Abuse & Neglect*, 34, 244-252.
- Sainio M, Turtonen M, Poskiparta E, Salmivalli C. 2011. *Recognition of victims in Finnish KiVa schools*. Paper presented at the 15th European Conference on Developmental Psychology, Bergen, Norway.
- Norway.Salmivalli, C. (2010). Bullying and the peer group: A review. *Agression and Violent Behavior*, 15, 112-120.
- Salmivalli, C., Lagerspetz, K., Björkqvist, K., Österman, K., & Kaukiainen, A. (1996). Bullying as a group process: Participant roles and their relations to social status within the group. *Aggressive Behavior*, 22, 1-15.
- Salmivalli, C., Pöyhönen, V. & Kaukiainen, A. (2009). *KiVa. Handleiding voor leraren van de basisschool*. Turku, Finland: Psychologisch Instituut, Universiteit van Turku.
- Salmivalli, C., Sainio, M., & Hodges, E. V. E. (2013). Electronic victimization: Correlates, antecedents, and consequences among elementary and middle school students. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 42, 442-453. doi:10.1080/15374416.2012.759228
- Sheridan, S. M., Warnes, E. D., & Dowd, S. (2004). Home school collaboration and bullying: An ecological approach to increase social competence in children and youth. In: Espelage, D.L., & Swearer, S.M. *Bullying in American Schools. A social-ecological perspective on prevention and intervention* (pp. 245-267). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Sijtsema, J., Veenstra, R., Lindenberg, S., & Salmivalli, C. (2009). Empirical test of bullies' status goals:

- Assessing direct goals, aggression, and prestige. *Aggressive Behavior*, 35, 57-67.
- Sutton, J., Smith, P.K., & Swettenham, J. (1999). Social cognition and bullying: Social inadequacy or skilled manipulation. *British Journal of Developmental Psychology*, 17, 435-450.
- Ttofi, M. M., Farrington, D. P., Lösel, F., & Loeber, R. (2011). The predictive efficiency of school bullying versus later offending: A systematic/meta-analytic review of longitudinal studies. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 21, 80-89. doi:10.1002/cbm
- Van Overveld, K. (2012). *Groepsplan Gedrag. Planmatig werken aan passend onderwijs*. Huizen: Pica.
- Veenstra, R., Lindenberg, S., Munniksma, A., & Dijkstra, J.K. (2010). The complex relation between bullying, victimization, acceptance, and sex differences. *Child Development*, 81, 480-486.
- Veenstra, R., Lindenberg, S., Oldehinkel, A. J., De Winter, A. F., Verhulst, F. C., & Ormel, J. (2005). Bullying and victimization in elementary schools: A comparison of Bullies, Bully/Victims and Uninvolved preadolescents. *Developmental Psychology*, 41, 672-682.