

### Inleiding

Pesten is een groot probleem. Het heeft gevolgen voor zowel de gepeste als de pester en de leerprestaties en veilige sfeer op school. De schattingen van het aantal kinderen dat pest of wordt gepest lopen uiteen maar gemiddeld zitten in elke

schoolklas 2-3 kinderen die regelmatig worden gepest. Pesten komt zowel op de basisschool als in het voortgezet onderwijs voor.

Sinds 2006 zijn scholen verplicht een schoolveiligheidsplan op te stellen, inclusief een antipestprotocol. Hierin is vastgelegd welke stappen de school zet in het geval van pesten.

# 1

### Probleemschets

Pesten wordt vaak gedefinieerd als een 'stelselmatige vorm van agressie waarbij één of meerdere personen proberen een andere persoon fysiek, verbaal of psychologisch schade toe te brengen. Bij pesten is de macht ongelijk verdeeld'<sup>3</sup>. Pesten heeft dus drie kenmerken:

- het is intentioneel,
- vindt herhaaldelijk en over een langere periode plaats,
- er is een machtsverschil tussen dader en slachtoffer.

Pesten is een groepsproces waarbij het niet alleen gaat om de pester of de gepeste, maar ook de houding van omstanders speelt een rol<sup>6</sup>:

- meelopers (pesten actief mee maar beginnen niet met pesten, zijn vaak bang om zelf het slachtoffer van pesten te worden, denken daarmee populair in de groep te worden, voelen zich niet schuldig over het pesten),
- aanmoedigers van de pester (doen niet actief mee maar moedigen aan door bijvoorbeeld te lachen),
- verdedigers van de gepeste (komen af en toe op voor het slachtoffer, worden aardig gevonden en hebben invloed in de klas),
- buitenstaanders (pesten niet, maar durven en doen ook niets om het pesten te stoppen, omdat ze bang zijn om zelf gepest te worden).

Deze groepen zijn samen met de leerkracht verantwoordelijk voor de sfeer in de klas.

Pesten komt vooral voor in de hoogste groepen in het basisonderwijs en de laagste groepen in het voortgezet onderwijs. Relatief nieuw is cyberpesten (pesten via internet of mobiele telefoon). Veel slachtoffers van cyberpesten zijn ook slachtoffers van offline pestgedrag.

### Prevalentie

#### *Gepest worden*

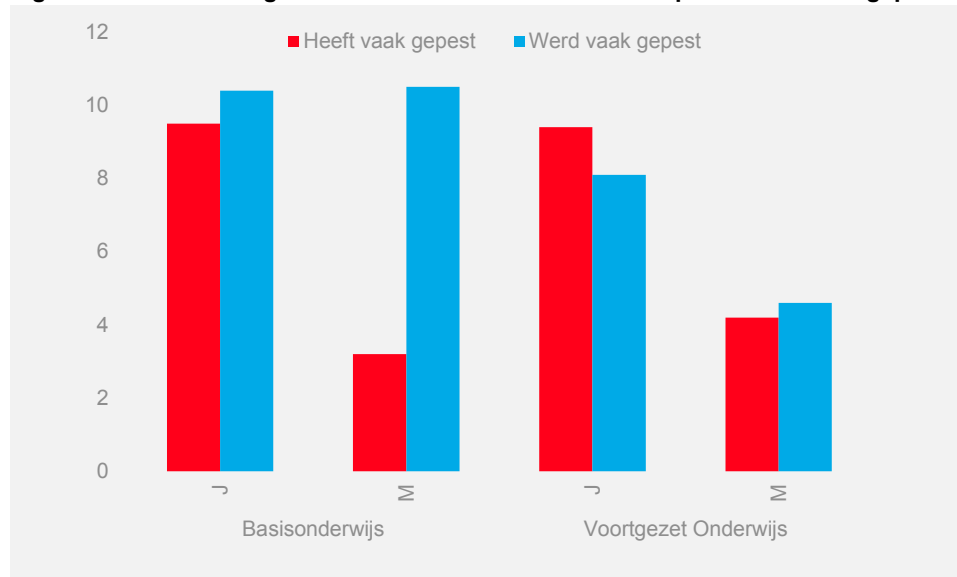
Pesten is een taboe, waar niet iedereen eerlijk voor uitkomt. De schattingen van het aantal kinderen dat gepest wordt lopen dan ook uiteen, afhankelijk van de manier van onderzoek en de definitie van pesten. Uit recent Nederlands onderzoek blijkt dat ruim 10 procent van de scholieren op de basisschool zegt regelmatig gepest te zijn, en 6 procent in het vervolgonderwijs (3) (figuur 1). Dit komt overeen met 2-3 kinderen per klas die regelmatig (meer dan 2 maal per maand) worden gepest. In absolute aantallen zou dit neerkomen op zo'n honderdduizend kinderen die regelmatig gepest worden en naar schatting vijftigduizend in het voortgezet onderwijs. Andere onderzoeken melden percentages tot 15 à 17% van de kinderen die enkele malen per maand worden gepest<sup>1</sup>. Er zijn bronnen die komen tot zelfs 350.000 kinderen die minstens één maal per week worden gepest.<sup>12</sup>

Incidenteel pesten komt vaker voor dan regelmatig pesten. Als dit ook wordt meegenomen is het aandeel gepeste kinderen iets meer dan één op de drie (bij 8-12-jarige kinderen).<sup>2</sup> Vier procent van de kinderen (9-16 jaar) is wel een online gepest.<sup>8</sup>

Het aantal kinderen dat gepest wordt neemt af met de leeftijd.



**Figuur 1 Percentage kinderen dat minstens twee keer per maand werd gepest of zelf pest**



Bron: Dorsselaer, S. van, Looze, M. de, [et al] (2010). 'Gezondheid, welzijn en opvoeding van jongeren in Nederland : HBSC 2009'. Utrecht: Trimbos-instituut

### **Pesten**

Ruim 6 procent van de leerlingen zegt vaak te pesten, dit percentage is in het voortgezet onderwijs iets hoger dan binnen het basisonderwijs. (figuur 1). Als ook de kinderen die af en toe pesten worden meegenomen blijkt dat tot een kwart van de scholieren wel eens pest. Daarnaast zegt 8 procent van de jongeren weleens iemand op internet te pesten.<sup>4</sup> Het aantal kinderen dat zelf pest neemt toe met de leeftijd.

Veel leerlingen die gepest worden, pesten zelf ook. Bijna een vijfde van de pesters is zelf ook slachtoffer van regelmatig pesten.<sup>3</sup>

Jongens pesten vaker fysiek en verbaal, en worden ook vaker zo gepest. Meisjes pesten vaker verbaal en relationeel en worden ook vaker zo gepest.<sup>1</sup> (zie vormen van pesten).

### **Trend**

Pestgedrag in het primair onderwijs is iets toegenomen in 2012 vergeleken met 2008, volgens de School en Innovatie Groep. Gemiddeld 9% van de kinderen in het primair onderwijs geeft in dit onderzoek aan structureel (dagelijks of wekelijks) gepest te worden. In 2008 lag dit percentage nog op 8% Het aandeel leerlingen dat digitaal is gepest is in deze periode zelfs verdubbeld. Daarentegen is het percentage kinderen dat zegt zelf structureel te pesten gezakt.<sup>13</sup>

### **Vormen van pesten**

Er zijn verschillende vormen van pesten:

Direct pesten:

- fysiek geweld: bijvoorbeeld vechten;
- materieel: zoals stukmaken van eigendommen,
- verbaal (uitschelden),
- negeren, uitsluiten van activiteiten
- uitlachen,
- belastende filmpjes of foto's digitaal verspreiden

Indirect/stiekem pesten:

- roddelen
- in een kwaad daglicht stellen.

In de monitor sociale veiligheid in en rond scholen wordt onderscheid gemaakt tussen

- verbaal geweld,
- materieel geweld,
- sociaal geweld,
- lichamenteel geweld
- seksueel geweld.

Leerlingen hebben het meest te maken met verbaal geweld (62 procent van de leerlingen geeft aan hiermee in aanraking te komen). Ook komen leerlingen relatief vaak in aanraking met licht lichamenteel geweld (43 procent). Met seksueel geweld komen ze het minst in aanraking (16% van de leerlingen geeft dit aan).<sup>11</sup>

Veel van bovenstaande vormen van pesten kunnen zowel in het 'echte' leven als online voorkomen (cyberpesten). Cyberpesten gebeurt vaak anoniem.



### Misverstanden over pesten

- Er wordt niet meer gepest op grote scholen dan op kleine of gemiddelde scholen;
- Pesten is niet het resultaat van wedijver of een strijd om goede cijfers te krijgen;
- Het gedrag van de pester is meestal geen reactie op het gevoel op school een mislukking te zijn;

- Uiterlijke afwijkingen (zoals rood haar, bril, ongewone dialecten/spraak) zijn meestal niet de aanleiding voor pesten, maar als iemand gepest wordt kunnen ze wel gebruikt worden om iemand uit te schelden;
- Er is geen verband tussen pesten of gepest worden en socio-economische omstandigheden, het komt in alle lagen van de samenleving voor.

## 2

### Risicofactoren

#### Leeftijd en geslacht

Jongens pesten vaker dan meisjes en worden ook vaker gepest. Jongens pesten vaker fysiek en verbaal, meisjes pesten vaker verbaal en relationeel. Pesten komt zowel op de basisschool als in het voortgezet onderwijs voor en het meest tussen 9 en 12 jaar. De kans om gepest te worden neemt af met de leeftijd. De kans op pesten neemt toe met de leeftijd, met name bij de overgang naar de middelbare school.

#### Persoonlijkheidskenmerken

Slachtoffers van pesten zijn in twee groepen te verdelen:

- Passieve slachtoffers: ze zijn in het algemeen angstiger en minder zelfverzekerd dan andere leerlingen en hebben een negatief zelfbeeld. Ze vertonen teruggetrokken en introvert gedrag.
- Provocerende slachtoffers: ze zijn angstig en agressief.<sup>6</sup> Ze roepen irritatie en spanning in hun omgeving op door de manier waarop ze zich gedragen. Vaak wordt niet gezien dat ze gepest worden.

Ook de pesters zijn in twee groepen te verdelen:

- reactief pesten: zij worden zelf gepest en gaan dat op hun beurt ook doen.
- actief pesten om status te verwerven binnen een groep. Actief pesten hangt samen met impulsief en delinquent gedrag.

Pesters hebben vaak een positievere houding tegenover geweld dan hun leeftijdsgenoten. Zij kunnen zich slecht inleven in hun slachtoffers en voelen zich nauwelijks verantwoordelijk voor hun daden.

#### Gezinskenmerken

Een aantal factoren in de opvoeding kan de kans op pesten vergroten. Een gebrek aan warmte en betrokkenheid, gebrekkig toezicht van ouders (zoals geen grenzen stellen, niet optreden tegen geweld of geen toezicht op internetgebruik) of verwaarlozing door ouders vergroten de kans dat kinderen gaan pesten. Kinderen die een warme band hebben met de ouders zijn minder vaak pester dan kinderen waarbij dit niet het geval is.<sup>5</sup>

Scholieren uit onvolledige gezinnen pesten vaker en zijn ook vaker slachtoffer van pesten.

Veel kinderen die pesten zijn mishandeld of zijn getuige geweest van mishandeling.

#### Omgevingskenmerken

Pesten is vaak een groepsproces waarbij het niet alleen gaat om de pester of de gepeste, ook de houding van omstanders, medeleerlingen en leerkrachten speelt een rol.

Als niet wordt opgetreden tegen pesten kan dit het gedrag versterken.

#### Opleiding

In het algemeen geldt dat VMBO-leerlingen vaker gepest worden dan HAVO- en VWO leerlingen. Ook pesten zij vaker dan HAVO leerlingen. VWO-leerlingen pesten het minst.

## 3

### (lange termijn) Gevolgen

#### Gepest worden

Kinderen die herhaaldelijk en op verschillende manieren zijn gepest, hebben vaker last van sociale,

emotionele en fysieke problemen. Gepest worden kan leiden tot vermindering van zelfvertrouwen, eenzaamheid en depressie. Ze hebben vaker last van fysieke klachten (hoofdpijn, slaapproblemen, buikpijn, bedplassen en vermoeidheid) en verminderde schoolprestaties of spijbelen. Slachtoffers vertrouwen hun leeftijdsgenoten niet en zijn bang om naar school



te gaan. Dit kan leiden tot verder isolement en nog meer pestgedrag uitlokken.

Kinderen die gepest worden krijgen later vaak te maken met depressies, een laag zelfvertrouwen en hebben moeite om relaties te onderhouden. De gevolgen van pesten zijn vergelijkbaar met die van kindermishandeling.

De impact kan bij cyberpesten nog groter zijn omdat de gevolgen van online pesten langer en voor een groter publiek zichtbaar blijven dan bij offline pesten. Aan de andere kant bestaat op internet de mogelijkheid berichten van bepaalde personen te blokkeren, terwijl slachtoffers van offline pesten geconfronteerd worden met directe beledigingen in het gezicht.

### *Pesten*

Er is veel onderzoek gedaan naar de gevolgen van pesten. Het pesten van andere kinderen is geen geïsoleerd verschijnsel, maar maakt deel uit van een meer algemeen antisociaal en regelovertrekend gedragspatroon van een kind.<sup>6</sup> Frequente pesters zijn veel vaker dan niet-pesters betrokken bij ander probleemgedrag zoals delinquentie of overmatige alcoholconsumptie, en zetten dit probleemgedrag ook vaak voort als zij ouder worden. Eén op de vier pesters komt later in het criminele circuit terecht.<sup>6</sup>

In Pennsylvania is berekend dat de kosten van implementatie van antipest-programma's opwegen tegen de uitgespaarde maatschappelijke en gezondheidskosten van pesten op lange termijn.<sup>10</sup>

---

## 4 Signalering

Ongeveer een kwart van de leerlingen in het basisonderwijs vertelt het de leerkracht, ongeveer een derde vertelt het thuis.<sup>5</sup> De meerderheid van de kinderen die worden gepest vertelt dit dus niet aan hun leerkracht. Leerkrachten zien vaak ook niet dat een kind gepest wordt, en als ze het zien doen ze er niet altijd wat aan.

Signalen die kunnen wijzen op pesten zijn:

- betrokken bij opstootjes op school,
- beschadigde spullen of kleding,
- ineens veel aandacht van leerkracht vragen,
- verminderde schoolprestaties,
- weinig of geen contact met andere leerlingen,
- als (één van de) laatste gekozen bij teamsamenstelling,
- (school)ziek,
- blauwe plekken, verwondingen,
- bedplassen,
- angsten, depressie,
- spijbelen,
- geldtekort.

s leerkrachten eenmaal weten dat er wordt gepest is sterk afhankelijk van de acties die de leerkracht hiertegen onderneemt of het pestgedrag vermindert of dat het aanwezig blijft of zelfs verergert. Zoals al eerder vermeldt is pesten een groepsproces waarbij verschillende rollen een rol spelen bij pesten in de klas. Oplossingen tegen pesten moet zich op al deze rollen richten. Antipestprogramma's zoals bijvoorbeeld PRIMA geven handvatten om het probleem van pesten op school te verminderen.<sup>7</sup> PRIMA staat voor PRoefMplementatie Anti-pestbeleid in het basisonderwijs. In het PRIMA Project is het effectief bewezen antipestprogramma van Olweus vertaald naar de Nederlandse situatie.<sup>6</sup>

De PRIMA anti-pestmethode richt zich op een totale en blijvende mentaliteitsverandering op basisscholen en is opgezet rond maatregelen op zowel schoolniveau, als groepsniveau en individueel niveau. De invoering van dit interventieprogramma in Noorwegen leidde tot een afname van pestgedrag met 50% of meer. Ook ander antisociaal gedrag, zoals vandalisme en spijbelen, nam af. Daarnaast verbeterde het sociale klimaat in de klas. PRIMA is erkend als 'waarschijnlijk effectief'.<sup>9</sup>

---

Bij de samenstelling van deze publicatie is de grootst mogelijke zorgvuldigheid in acht genomen. VeiligheidNL aanvaardt echter geen verantwoordelijkheid voor eventuele, in deze uitgave voorkomende onjuistheden of onvolkomenheden.

Overname van tekst of gedeelten van tekst is toegestaan, mits met de juiste bronvermelding. Indien tekst gebruikt wordt voor commerciële doelstellingen dient altijd vooraf schriftelijke toestemming verkregen te zijn.



## Bronnen

- (1) Pesten op school, achtergronden en interventies, Goossens F, Vermande M, van der Meulen M, Den Haag 2012
- (2) Zeijl, E., Crone, M., Wiefferink, K., Keuzenkamp, S., Reijneveld, M. (2005). 'Kinderen in Nederland'. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP)
- (3) Dorselaer, S. van, Looze, M. de, [et al (2010). 'Gezondheid, welzijn en opvoeding van jongeren in Nederland : HBSC 2009'. Utrecht: Trimbos-instituut
- (4) Rooij, T. van, Eijnden, R. van den (2007). 'Monitor internet en jongeren 2006 en 2007 : ontwikkelingen in internetgebruik en de rol van opvoeding'. Rotterdam: IVO
- (5) Veenstra R, Huitsing G et al,(2009), Pesten, Kluwer Navigator onderwijs
- (6) Olweus, D. (1993), Bullying at school, what we know and what we can do
- (7) Dorst, A. van, Wiefferink K et al, Preventie van pesten op basisscholen volgens de PRIMA-methode (2008), TNO
- (8) Sonck, N., Haan, J. de (2011). Kinderen en internetrisico's : EU Kids Online onderzoek onder 9-16-jarige internetgebruikers in Nederland. Den Haag: Sociaal Cultureel Planbureau (SCP)
- (9) Centrum Gezond Leven, Loketgezondleven.nl - Interventies
- (10) The cost benefit of bullying prevention, Highmark Foundation
- (11) Sociale veiligheid in en rond scholen, Regioplan, 2012
- (12) Pesten bij kinderen en volwassenen, Fonds psychische gezondheid, 2010.
- (13) Pesten in het basisonderwijs, School en Innovatie Groep, 2013