

Pesten, zo ga je het écht tegen



Pesten. Alle pestprotocollen ten spijt wil het maar niet verminderen. Toch is er ook goed nieuws: een effectieve aanpak op school is wel degelijk mogelijk, meldt de stichting Stop Pesten Nu. Het moet simpeler en sneller en de sleutelrol ligt bij de leerkrachten. Schoolleider Leo Zandbergen van de openbare Jan Campertschool in Spijkenisse past al zo'n aanpak toe – en met succes.

Leo Zandbergen van de Jan Campertschool in Spijkenisse: 'Leerkrachtgedrag is belangrijk'.

TEKST: LUCY BEKER BEELD: RICK KEUS E.A.

Uit het recente rapport *In eenzaamheid* gepest van de Kinderombudsman blijkt dat zo'n 15 procent van de kinderen zo wordt gepest dat zij hun leven een onvoldoende geven. Vaak gaat het pesten over uiterlijk, kleding of gedrag. In een op de drie gevallen is het discriminatie vanwege een handicap of seksuele geaardheid. Het gebeurt niet alleen op school, maar ook daarbuiten en online. En de impact van pesten is groot. 'Onderschat de gevolgen niet, die zijn zelfs veertig jaar later nog meetbaar', zegt Patricia Bolwerk, directeur/bestuurder van de stichting Stop Pesten Nu.

WAT WERKT WEL?

'Vroeger was het altijd: ga in gesprek met de pesters en de gepeste. Maar daar zijn we van teruggekomen', vertelt Bolwerk. Volgens haar werkt het beter om niet steeds precies uit te zoeken wat er is gebeurd en wie wat heeft gezegd. Dat kost te veel tijd en levert te weinig op. 'Maar als leerkracht moet je wel steeds laten merken dat je het hebt gezien en dat je het niet tolereert. Geen voorbeelden noemen, maar wel zeggen: 'Het was in de pauze niet

'Iedereen kan het verschil maken tegen pesten'

voor iedereen leuk, en niemand heeft mij gewaarschuwd. Wij hadden hier afspraken over, ik ben teleurgesteld in jullie.' Het gaat namelijk niet alleen om de pesters en het slachtoffer. Juist de rest van de groep is belangrijk, want wie zwijgt stemt toe. Als de rest zwijgt, voelen slachtoffers geen steun en pesters juist wel. Zeg tegen elke leerling: 'Wil jij in het kamp van de pesters zitten? Nee? Maar dat doe je wel, als je niks zegt'. Leer ze dat iedereen het verschil kan maken tegen pesten. Dan zul je vaker meldingen krijgen en daarmee krijg je beter zicht op wat er gebeurt.'

VRAAG HET DE LEERLINGEN

Een andere interessante tip van Bolwerk: betrek de leerlingen er zelf actief bij. 'Ik kom vaak op scholen waar docenten zeggen dat ze geen pesterijen zien. Maar als ik er daarna tijdens een workshop in een klas naar vraag, blijkt dat de kinderen zélf exact weten dat het gebeurt en waar het gebeurt. Ook weten ze precies wat de docenten ertegen kunnen doen. Alleen, de docenten vragen er nooit naar.' 'Leerlingen vertellen altijd dat er wordt gepest op plekken



waar de leraren niet zijn. Daarin zijn ze heel concreet: bij de kapstokken, in het fietsenhok, achter dat muurtje op het schoolplein of op weg naar de gymles. De pleinwacht ziet die verborgen plekken vaak over het hoofd. Daarom is mijn eerste advies aan leraren: vraag aan je eigen leerlingen in welke hoeken van je school wordt gepest en ga daar vaker staan. Ga tijdens de pleinwacht niet samen staan praten, maar loop naar alle hoeken van het plein. En maak de pauzes korter.'

LEERKRACHTGEDRAG

Leo Zandbergen is directeur van de openbare Jan Campertschool in Spijkenisse, een basisschool met 300 kinderen van 28 verschillende nationaliteiten. Hij brengt veel tips van Patricia Bolwerk al in de praktijk. 'Pesten vraagt constante aandacht', aldus Zandbergen. 'En het heeft alles te maken met leerkrachtgedrag'.

De Jan Campertschool werkt niet met een pestprotocol, want dat vindt Zandbergen 'een papieren tijger'. 'Wel hebben wij een gedragsprotocol voor kinderen, ouders en leerkrachten, en daarnaast een werkschema waarin staat wat de leerkrachten dagelijks, wekelijks, tweewekelijks, maandelijks en jaarlijks doen tegen pesten'. Zandbergen geeft een paar voorbeelden. 'Onze leerkrachten staan elke dag in de deuropening van hun klas, en zien zo niet alleen wat er in de klas, maar ook wat er in de hal gebeurt. Dat lijkt een klein dingetje, maar het is heel belangrijk. Verder hebben

'De meester zei alleen dat de pesters sorry moesten zeggen en deed verder niks, waardoor het pesten gewoon doorging en ik het niet nog een keer durfde te zeggen.'

Uit het rapport In eenzaamheid gepest van de Kinderombudsman.

de groepen 3 tot en met 8 niet allemaal tegelijk pauze, want dan is er geen ruimte om te spelen. Dat leidt tot verveling en pestgedrag. Er is altijd toezicht door leerkrachten, die niet met elkaar gaan koffiedrinken, want dan durven kinderen niet naar ze toe te komen. Wordt er gevochten, dan geven we direct lik op stuk. En we hebben met de buitenschoolse opvang afgesproken dat daar dezelfde regels worden gehanteerd. Zo kun je ook het pesten na schooltijd indammen.'

STRAFFEN

Het straffen van pesters is niet simpel en werkt soms zelfs averechts. 'Sorry laten zeggen helpt niet', zegt Bolwerk. 'De pesters elke dag laten nablijven ook niet. Dan pakken ze het slachtoffer later buiten school terug. Daarmee vererger je het pesten.'

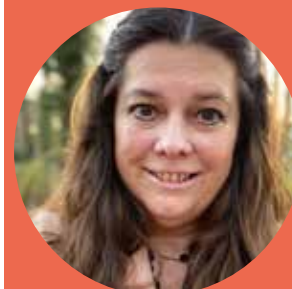
Welke straffen werken dan wel? 'Ook dat weten de kinderen zelf het beste', vertelt Bolwerk. 'Een leraar hoeft dat maar één keer aan zijn klas te vragen. Die klas is een goudmijntje! De straffen die kinderen zelf bedenken, zijn veel effectiever. Praat er dus over met je klas. Laat bijvoorbeeld eerst een film zien en vraag dan: waar op onze school zou gepest kunnen worden? Wat zijn de risicoplekken? En wat zou een gepaste straf zijn voor pesters?'

BUITEN DE SCHOOL

En het pesten buiten de school, op de sportclub of online? 'Daar kan de school ook iets aan doen', vindt Bolwerk. 'Want daarbij zijn vaak dezelfde kinderen betrokken. Neem contact op met personen die invloed hebben op de sportclub en op straat. Een voetbalcoach, de wijkagent of een jongerenwerker.' Ook dat beaamt Zandbergen. Hij heeft contact met de wijkagent en ondersteuning van kinderpsychologen. 'Verder betrekken we de ouders en blijven we in gesprek met de kinderen, niet alleen over pesten, maar ook over normen en waarden, verbinding, respect en harmonie. Pesten de wereld uit, dat is een illusie. Maar je kunt het wel verminderen.'◀

Stop Pesten Nu

Stichting Stop Pesten Nu geeft gastlessen en studiedagen voor docenten en overblijfcoördinatoren. Ook verzorgt de stichting workshops, trainingen en ouderavonden. Op de website staan gratis lesmateriaal en lessuggesties. Kijk op www.stoppestennu.nl.



Patricia Bolwerk van Stop Pesten Nu: 'Straffen werkt soms averechts.'