

REPORTAGE

TEKST RICHARD HASSINK

BEELD RENATE BEENSE

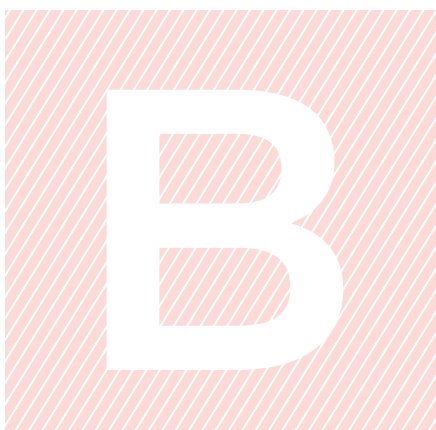


Leerlingen gaan zelf de strijd aan tegen pesten

Anti-pestbeleid moet meer zijn dan een lijvig protocol en het aanstellen van een anti-pestcoördinator. Betrek leerlingen erbij. Of beter nog: laat leerlingen het beleid zelf uitvoeren. Ervaringen uit de praktijk.



Voor het beslechten van kleine ruzies heeft de Vrije School in Den Haag tien leerling-bemiddelaars aangesteld. Zij bedenken wat ze kunnen doen om de situatie voor een ongelukkige leerling te verbeteren: diegene betrekken in een groepje bijvoorbeeld.



Begin dit jaar was het weer raak. Een vijftienjarige jongen uit Heerlen pleegde zelfmoord nadat hij stelselmatig werd gepest. Volgens Bamber Delver, auteur van het onlangs verschenen *Handboek tegen pesten*, hoort een plagerij op zijn tijd bij het leven, maar kan pesten wel degelijk iemand kapot maken. De samenleving moet er alles aan doen om stelselmatig pesten aan te pakken. “Zeker op scholen”, zo zegt hij, “want wij verplichten kinderen om elke dag naar school te gaan en als de situatie voor dat kind dan onveilig is, is dat eigenlijk een veroordeling.”

Delver, ooit leraar maatschappijleer en jeugdwelzijnswerker en nu jongerencoach en directeur van de Nationale Academie voor Media en Maatschappij, weet waarover hij praat. In zijn eigen middelbare schooltijd bleef hij twee keer opzettelijk zitten om zijn treiterende klasgenoten kwijt te raken. “Dat was een dramatische periode. Ik werd verschrikkelijk gepest en heb het gered omdat er één docent was die altijd aandacht voor me had. Hij stak een hand op als ik zijn klas voorbijliep en vroeg aan me hoe het ging als ik hem in de gang tegenkwam.”

Dat aandacht voor het gepeste kind op zo'n moment heel belangrijk is, merkt Moira Inacio, anti-pestcoördinator bij het Munikenheide College in Etten-Leur, vrijwel dagelijks. “Als ik dan in gesprek ben met een leerling die gepest wordt of zich heel alleen voelt, doe ik eigenlijk niet meer dan luisteren en vragen wat hij van mij nodig heeft. Dat wordt heel erg gewaardeerd.” Inacio, die ook docent maatschappijleer is, vertelt dat ze voorheen meteen in de oplossingsmodus schoot als een gepeste leerling zich bij haar meldde. “Ik besef nu dat dat vrijwel nooit de eerste behoefte van een gepest kind is. Belangrijk is dat je altijd bereikbaar bent, daarom krijgen ze mijn mobiele nummer en word ik ook weleens op mijn vrije dag gebeld.”

Om pesten te voorkomen zet het Munikenheide College een aantal instrumenten in. Specifieke mentorentraining, ouderavonden waarbij het onderwerp centraal staat en gastlessen door politieagenten die vertellen wat niet door de beugel kan. Ook stelt elke klas zelf een mediareglement op waarin leerlingen afspreken hoe ze zich gedragen op social media. Inacio: “Maar misschien is het nog wel het belangrijkste dat je er iets mee doet als je het ziet gebeuren. Zo riep laatst een jongen ‘homo’ tegen een andere jongen. Toen heb ik ze even apart genomen en ben ik daar een gesprek over begonnen, heel rustig en niet veroordelend.

Die ene jongen reageerde daar heel goed op, hij bood zijn excuses aan en beloofde het niet meer te doen.”

Delver ziet dat er de laatste tijd meer aandacht is voor pesten. Dat komt volgens hem voor een groot deel door de zelfmoord van Tim Ribberink in 2012, die veel gepest werd. “Sinds 2013 zijn scholen verplicht een sociaal veiligheidsbeleid te voeren en een anti-pestcoördinator aan te stellen. Maar als je leerlingen dan vervolgens van bovenaf gaat opleggen hoe zij zich moeten gedragen, dan gooien ze hun kont tegen de krib en bereik je niet veel. Maak je leerlingen zelf verantwoordelijk, dan voelen ze zich serieus genomen en gaan ze elkaar corrigeren. Daar komt bij dat ze vaak veel beter op de hoogte zijn van wat er speelt

■■■■

**‘Wat bezielt
jou om het
leven van een
ander zo zuur
te maken?’**



Met leerlingen van bovenaf corrigeren bereik je niet veel. Maak je leerlingen zelf verantwoordelijk voor de strijd tegen pesten dan gaan ze elkaar corrigeren.

aan pesterijen. Want ben jij in het fietsenhok, zit jij aan tafel in de kantine en kijk jij mee op Instagram of Whatsapp?”

COMPLIMENTEN

Een school die haar leerlingen heel intensief betreft bij het anti-pestbeleid, is de Vrije School in Den Haag (voortgezet onderwijs). “Behalve dat we veel in de preventieve sfeer doen, hebben we twee instrumenten voor het oplossen van conflicten waarbij leerlingen een belangrijke rol spelen”, vertelt zorgcoördinator Joes Vermeijden. Voor het beslechten van kleine ruzies heeft de school tien leerling-bemiddelaars aangesteld die zich vrijwillig voor die taak hebben opgegeven en die er ook speciaal voor zijn opgeleid. “Voor de situaties dat een leerling gepest wordt of zich heel erg alleen voelt, hebben we een methode waarin ik het proces begeleid maar waarin de leerlingen het verschil maken.” Vermeijden vertelt dat ze op zo’n moment na inventarisatie van het probleem een groepje samenstelt, bestaande uit leerlingen uit diverse geledingen van de klas. Zij gaan bedenken wat ieder voor zich kan doen om de situatie voor die ongelukkige leerling in kwestie te verbeteren. Vermeijden: “Dat kan van alles zijn: diegene elke dag goedemorgen wensen, naast diegene gaan zitten in de klas, diegene in de pauze bij het groepje betrekken. Na een week evalueren we dat. Dan blijkt dat in bijna alle gevallen de situatie sterk verbeterd is. Vaak geeft zo’n groepje bij de evaluatie aan dat het geen enkele moeite



Simpele veranderingen kunnen de situatie voor een gepeste leerling verbeteren: diegene elke dag goedemorgen wensen of ernaast gaan zitten.

was en dat ze gewoon willen doorgaan. Mijn rol is die van motivator, ik geef veelal alleen maar complimenten.” En wat doe je dan als het na verloop van tijd wegzakt? “Dat heb ik pas één keer meegemaakt. Dan herhalen we het proces gewoon nog een keer.” Volgens ►



Over wat er speelt aan pesterijen zijn leerlingen vaak veel beter op de hoogte dan leerkrachten.

PESTEN NEEMT LICHT AF

In het voortgezet onderwijs wordt één op de twintig leerlingen dagelijks of wekelijks gepest, zo blijkt uit cijfers van de Monitor Sociale Veiligheid uit 2016. In het basisonderwijs ligt dat lager (2,6 procent), maar daar wordt weer meer incidenteel gepest (7,7 procent in het primair onderwijs tegen 2,7 procent in het voortgezet onderwijs). Opvallend is dat er ten opzichte van 2014 een lichte daling waarneembaar is. Het pesten gebeurt vooral persoonlijk (67 procent), ook in het voortgezet onderwijs (45 procent), alhoewel daar een derde van de pesterijen via internet (19 procent) en telefoon (13,3 procent) plaatsvindt.



Als leerlingen betrokken worden bij het oplossen van pestgedrag verbetert de situatie vaak binnen een week.



ANTI-PESTTIPS VOOR SCHOLEN

- Geef zelf het goede voorbeeld: scheld niet, spreek geen kwaad over collega's en zeg niet publiekelijk dat een bepaalde leerling dom is.
- Maak ouders deelgenoot van het anti-pestbeleid. Zo creëer je een breed draagvlak en maak je de kans kleiner dat ouders je verantwoordelijk stellen voor pestincidenten.
- Leer leerlingen discussiëren. Daardoor vermindert de behoefte om te pesten en om een ander naar beneden te halen.
- Maak diversiteit zichtbaar in het lesmateriaal. Door te laten zien dat er verschillen tussen mensen zijn, bevordert je de acceptatie van die verschillen.

Vermeijden geef je leerlingen door middel van empowerment het vertrouwen dat ze het samen op kunnen lossen en leer je ze tegelijkertijd sociale vaardigheden aan. "En het allerbelangrijkste is natuurlijk dat de leerling in kwestie zich weer prettig voelt op school."

FILMPJES

Op het Comenius College in Hilversum werken ze met een Raad voor de Veiligheid (RvdV), een groep leerlingen die de strijd met pesten aangaat en die daarbij begeleiding krijgt van Bamber Delver. Rebekka Timmer (17) was jarenlang lid en later voorzitter van de RvdV. "Toen ik in de tweede zat, werd de raad opgericht en werd ik ervoor gevraagd door de afdelingsdirecteur. We maakten filmpjes, organiseerden bijeenkomsten, gaven voorlichting, alles om het onderwerp op de kaart te zetten, en allemaal voor en door leerlingen." Rebekka herinnert zich nog goed hoe de raad ook het pestprotocol onder handen nam. "Dat was tien jaar oud – er werd nog gerept van Hyves en msn – en bestond uit veertien pagina's. Dat hebben we uiteindelijk teruggebracht naar één A4-tje, voor iedereen begrijpelijk en heel laagdrempelig." Ook maakte de raad zich hard voor een helpdesk, een lokaal en een brievenbus waar leerlingen anoniem pestgedrag konden melden. Intussen zit Rebekka niet meer op het Comenius College en dus ook niet meer in de RvdV. Volgens Bamber Delver is dat ook de achilleshiel van zo'n raad, hoe mooi het initiatief ook is. "Leerlingen gaan op een gegeven moment van school en dan verdwijnt ook meteen veel ervaring en expertise. Misschien kun je dat nog rekken door ze bijvoorbeeld ambassadeur te maken."

Rebekka maakte op haar huidige school mee dat een dader na een pestincident op cursus werd gestuurd. "Vaak zie je dat een gepest kind op een weerbaarheidstraining moet, een soort *victim shaming*. Hartstikke goed dat daders gedwongen worden wat aan hun gedrag te doen."

Inacio is het daar hartgrondig mee eens. "We moeten meer kijken naar de pesters. Wat bezielt jou om het leven van een ander zo zuur te maken? Daar wil ik de komende tijd nog meer op focussen bij mij op school." Ook Delver is een voorstander van een hardere aanpak van daders. "Ik krijg van docenten weleens te horen dat ze geen politieagent willen zijn op school. Ik zeg dan altijd: Dat ben je wel, want als jij het niet doet, wie doet het dan?" ■

BRON: BAMBER DELVER, *HANDBOEK TEGEN PESTEN*, UITGEVER: NATIONALE ACADEMIE VOOR MEDIA EN MAATSCHAPPIJ, € 21,99, ISBN 9789082676006