

Effectieve aanpak van pesten door
het KiVa antipestprogramma

Pesten als groepsproces

Pesten is een complex en universeel groepsprobleem. Dagelijks worden circa honderd-duizend kinderen in Nederland gepest. Pesten is een vorm van agressie, waarbij door één of meer personen een ander schade wordt toegebracht. Kenmerkend voor pesten is dat het bewust en stelselmatig gebeurt, dat de macht ongelijk verdeeld is en dat het slachtoffer zich meestal niet kan verdedigen. Het onderscheid met plagen is soms moeilijk te maken. Plagen vindt echter incidenteel plaats en beide partijen zijn aan elkaar gewaagd of zelfs vrienden van elkaar. In tegenstelling tot plagen heeft pesten ernstige gevolgen voor de slachtoffers, de pesters en vaak ook voor de toeschouwers.

In ongeveer een kwart van de pestsituaties wordt er fysiek gepest. Jongens pesten vaker dan meisjes, maar meisjes gebruiken minder vaak fysiek geweld dan jongens. Als meisjes pesten is er vaker sprake van relationele pesten, zoals iemand uitsluiten of roddelen. Jongens pesten net zo vaak op een relationele manier als meisjes.

De meest voorkomende vormen van pestgedrag zijn:

- verbaal: schelden, naroeppen, imiteren, belachelijk maken of uitlachen,
- bedreigen: iemand tot iets dwingen, chanteren, intimideren,
- fysiek: spugen, schoppen, slaan of knijpen,
- materieel: spullen stukmaken, afpakken of verstoppen,
- relationeel: iemand uitsluiten, over iemand roddelen of geruchten verspreiden (al dan niet via mobieltje en internet),
- digitaal: belastend materiaal, zoals filmpjes of foto's, op internet plaatsen of via mobieltje versturen.

Pestgedrag kan in de gehele schoolperiode voorkomen, maar vindt het meest plaats in de middenbouw en bovenbouw van de basisschool en in de brugklas van het voortgezet onderwijs. Er is tegenwoordig steeds meer aandacht voor digitaal pesten. Ondanks de ernst van digitaal pesten, moet niet worden vergeten dat digitaal pesten slechts een uiting is van een onderliggende oorzaak, die vaak hetzelfde is als die van traditioneel pesten.

Reactief of strategisch pestgedrag

Er zijn grofweg twee soorten pesters te onderscheiden. Er zijn kinderen die reactief pesten – hun gedrag is een reactie op een ongewenste

situatie. Zij worden bijvoorbeeld gepest en gaan dat op hun beurt zelf ook doen; uit onmacht of door gewoonte reageren zij eerder op een antisociale manier op een conflict dan dat zij het vriendelijk oplossen.

Daarnaast zijn er leerlingen die de behoefte hebben anderen te domineren om op die manier te proberen status in de groep te verwerven. Deze strategische pesters kiezen vaak een kwetsbaar slachtoffer uit; een kind dat al een geïsoleerde positie heeft en ook door anderen niet aardig gevonden wordt. Deze pesters zorgen ervoor dat zij het aanzien bij voor hen belangrijke leerlingen niet verliezen en dat het pestgedrag voor volwassenen en diegenen die er geen vermaak in zien, verborgen blijft. Strategische pesters weten precies wanneer zij zich van hun goede kant moeten laten zien. Deze leerlingen zijn nadrukkelijk aanwezig in de groep, maar vaak niet geliefd. Ze komen zelfverzekerd over, maar hun pestgedrag heeft voor hun ontwikkeling negatieve gevolgen. In feite is ook hier sprake van een hulpvraag.

Kinderen die een grotere kans lopen om *slachtoffer* van pesten te worden, worden vaak gekenmerkt door een verminderde sociale redzaamheid. Het zijn kinderen die moeite hebben om zich te verdedigen; ze staan machteloos tegenover pesters en stellen zich soms volgzzaam of onderworpen op. Ze zijn vaak angstig of onzeker, stil en teruggetrokken en twifelen aan zichzelf. Slachtoffers van pesten zijn vaak ook leerlingen die door een slechtere motoriek laag scoren bij sport en spel. Een meer in het oog springende groep slachtoffers is die van kinderen die 'provoceren'. Zij hebben bijvoorbeeld last van concentratieproblemen en kunnen zich gedragen op een wijze die spanning en irritatie oproept. Bij deze kinderen zie je ook afwijkend sociaal gedrag als vleien of klikken.

Pesten als groepsproces

Onderzoek wijst uit dat alle kinderen in de klas een rol hebben bij het pesten. Deze rollen geven uiting

aan het groepsproces van pesten. Bijna iedereen in de klas is bij het pesten betrokken of weet ervan af. Hieronder staan de rollen beschreven die kinderen in kunnen nemen in het groepsproces van pesten. De percentages geven aan hoeveel kinderen gemiddeld op die manier bij pesten betrokken zijn.

- De *pester* neemt het initiatief tot pesten. Gemiddeld is 10% tot 15% van de leerlingen pester.
- Ongeveer 10% tot 15% van de kinderen is *assistent* van de pesters. Assistenten spelen geen hoofdrol bij het pesten, maar ze doen wel actief mee met de pesters.
- 10% tot 15% van de kinderen versterkt het pesten. Een *versterker* pest niet direct mee, maar kijkt toe of lacht om het pesten. Op die manier geeft een versterker de pester positieve feedback, waardoor deze door zal gaan met pesten.
- Ongeveer 10% tot 15% van de schoolgaande kinderen is *slachtoffer* van pesten.
- Slachtoffers worden soms geholpen door *verdedigers*. 10% tot 15% van de kinderen komt op voor de slachtoffers en probeert hen te steunen. Verdedigers proberen het pesten te laten stoppen of troosten het gepeste kind.
- *Buitenstaanders* weten vaak van het pesten maar grijpen niet in. Buitenstaanders helpen de pesters of slachtoffers niet en vertellen ook niet aan de leerkracht of ouders dat er gepest wordt. Juist doordat buitenstaanders blijven zwijgen, stemmen ze in met het pesten: *wie zwijgt, stemt toe*. Ongeveer een kwart tot de helft van de kinderen heeft deze rol.

Figuur 1 geeft de relaties tussen de kinderen in deze rollen schematisch weer. Doordat de groep een belangrijke rol speelt bij het ontstaan en voortduren van pesten, is pesten een complex probleem om aan te pakken. Vaak is wel duidelijk welke leerlingen worden gepest, maar het herkennen van pesters is lastiger, zeker als het om strategische pesters gaat. Daarnaast heeft het aanspreken en aanpakken van de pesters weinig zin als de meelopers en

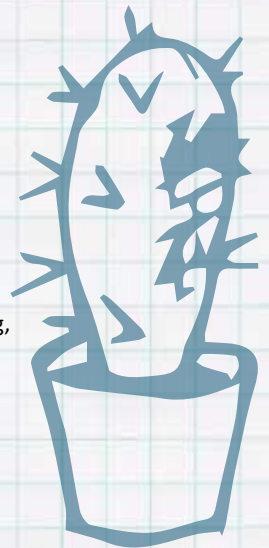
buitenstaanders niet worden beïnvloed. Doordat zij de pesters steunen of steun aan slachtoffers onthouden, worden pesters niet gemotiveerd om te stoppen met hun negatieve gedrag.

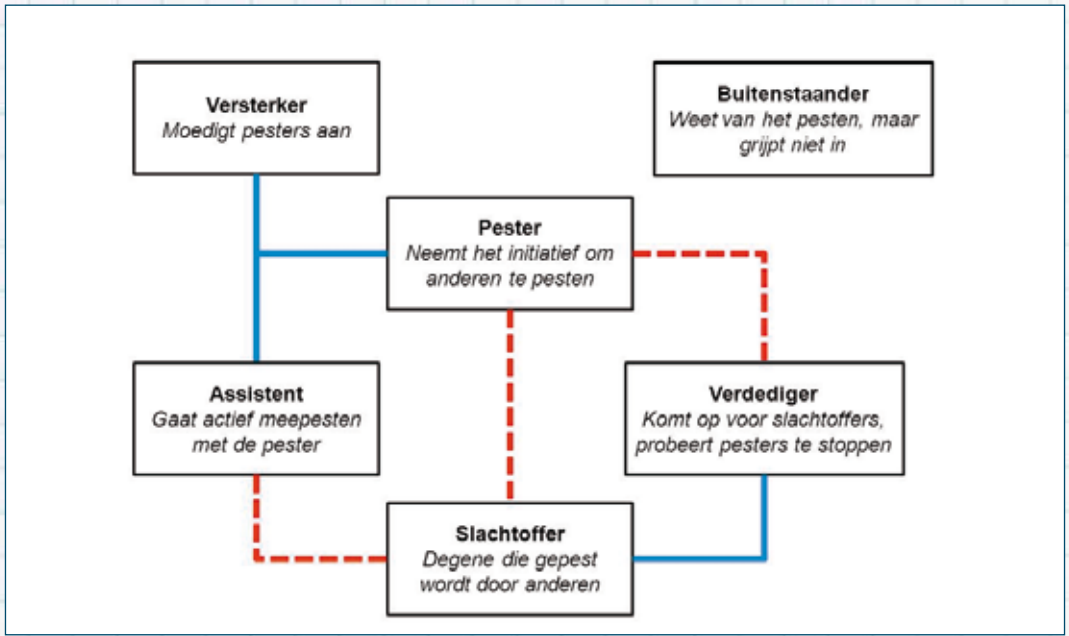
Als het pesten lang voortduurt, gaan veel kinderen steeds negatiever over gepeste kinderen denken. In de groep kan het normaal worden om de gepesten slecht te behandelen. Kinderen kunnen het gedrag van de meerderheid zien als normaal ("bijna iedereen doet mee aan het pesten"). Zo ontstaan groepsnormen: verwachtingen die voor alle leden van een groep gelden. De normen van de groep staan dan niet toe dat slachtoffers worden verdedigd of dat anderen met hen omgaan. De kinderen kunnen zelfs gaan denken dat pesten acceptabel is als volwassenen er niet duidelijk tegen optreden.

Prognose

Voor alle kinderen heeft pesten negatieve consequenties, omdat er een negatieve sfeer in een klas ontstaat. Op korte maar ook op lange termijn, kunnen slachtoffers last hebben van gevoelens van eenzaamheid, een gebrek aan zelfwaardering, geen vertrouwen hebben in zichzelf en in anderen, en last hebben van depressieve of andere psychische klachten. Ook de *pesters* lopen het risico in hun ontwikkeling slechter af te zijn. Kinderen

die stelselmatig pesten of intimideren, bevredigen hun onmiddellijke doelen of behoeften zonder dat zij sociaal acceptabele manieren aanleren om met anderen te onderhandelen. Zij leren op die manier niet met overleg of begrip voor anderen iets te bereiken en blijven vaak onaangepast gedrag vertonen. Als er niet wordt ingegrepen, gaan pesters positiever denken over pesten en geweld. Hun houding tegenover anderen wordt steeds





Figuur 1. De rollen in het groepsproces van pesten
De blauwe doorgetrokken lijn betekent een positieve relatie, de rode stippellijn betekent een negatieve relatie.

negatiever en zij vinden het kwetsen van anderen acceptabel of zelfs leuk. Verder geldt dat als er niet wordt ingegrepen, pesters het pesten steeds vaker gebruiken om sociale situaties te beheersen. Pesten levert hen iets op: ze krijgen aandacht en het geeft hen een gevoel van macht en zelfvertrouwen. Hoe langer de pestsituatie voortduurt, hoe slechter de prognose is voor een gezonde ontwikkeling van de persoonlijkheid. Reden te meer om bijtijds in te grijpen.

Pestgedrag kan op twee niveaus worden aangepakt. Ten eerste kan de aanpak gericht zijn op het bestrijden van een acuut pestprobleem. Ten tweede kan de aanpak gericht zijn op het voorkómen van pesten. Een acute bestrijding die niet wordt gevolgd door structurele preventie van pesten zal slechts een tijdelijk effect hebben.

Het KiVa antipestprogramma

Eén van de meest veelbelovende antipestprogramma's is het Finse KiVa. KiVa is een Fins woord en betekent 'leuk' of 'fijn', en is ook een afkorting voor de Finse zin: 'Tegen pesten'. KiVa is gebaseerd op twee theoretische inzichten. Allereerst de rolbenadering in pesten: het is belangrijk om interventies in een antipestprogramma niet alleen te richten op pesters en slachtoffers, maar ook op de andere leerlingen die een belangrijke rol hebben bij het in stand houden van het pestprobleem. Pesten is een probleem van de groep. De oplossing voor pesten ligt dus ook in de groep. Daarnaast gaat KiVa uit van de goede sociale positie die pesters vaak hebben. Juist doordat pesters worden gesteund door meelopers en doordat buitenstaanders niet ingrijpen, staan ze veel sterker dan hun slachtoffers. Dit is iets dat KiVa probeert te veranderen. KiVa zorgt ervoor dat er een positieve verandering

optreedt in het gedrag van klasgenoten. Het doel is om buitenstaanders en leerkrachten te laten zien dat ze tegen pesten zijn en slachtoffers ondersteunen. Dit kan ertoe leiden dat de opbrengst voor pesters, en daarmee samenhangend hun motivatie om te pesten, vermindert.

Het succes van KiVa is te danken aan talrijke componenten. Deze zijn zowel preventief (bedoeld voor alle leerlingen) als curatief (er wordt ingegrepen als een pestincident zich voordoet). De preventieve componenten van KiVa bestaan onder meer uit lessen die door de leerkracht worden gegeven over respectvol gedrag tegenover anderen, het functioneren in een groep en pesten. De lessen worden vooralsnog alleen aan de groepen vijf en zes van het basisonderwijs gegeven. Het voornaamste doel van de lessen is om de leerlingen zover te krijgen dat ze slachtoffers gaan steunen en proberen de pester te stimuleren om met het pesten te stoppen. Het aanpakken van pesten werkt alléén als de hele groep zich voor elkaar verantwoordelijk voelt en als er in het gedrag van alle groepsleden verandering plaatsvindt.

Daarnaast is er een gerichte training voor en begeleiding van leerkrachten en schoolmedewerkers, zodat ze kunnen fungeren als daadkrachtig rolmodel voor leerlingen. Een aantal schoolmedewerkers wordt extra getraind om plaats te nemen in het KiVa-team. Leerkrachten, ouders en leerlingen kunnen pestgevallen melden bij het KiVa-team. Als er een melding van pesten wordt gedaan, wordt eerst uitgezocht of het daadwerkelijk om pesten gaat. Wanneer er sprake blijkt te zijn van

een peestsituatie, probeert het KiVa-team met (een deel van) de groep het pestprobleem op te lossen. KiVa-teamleden houden gesprekken met individuele leerlingen en met groepjes van leerlingen. Bij deze groep worden ook kinderen betrokken die niet aan het pesten mee hebben gedaan, maar die wel een belangrijke rol kunnen spelen om het te stoppen. In de groep worden afspraken gemaakt over hoe iedereen zijn gedrag gaat veranderen, zodat de situatie voor het slachtoffer verbetert. Op deze gesprekken volgt altijd een tweede gesprek (eventueel met het slachtoffer erbij) om er zeker van te zijn dat het pesten daadwerkelijk is gestopt.

Referenties

- Goossens, F., Vermande, M., & Meulen, M. van der (red.) (2012). *Pesten op school: Achtergronden en interventies*. Amsterdam: Boom|Lemma.
- Huising G., & Veenstra, R. (2012). Bullying in classrooms: Participant roles from a social network perspective. *Agressive Behavior*. DOI 10.1002/ab.21438.
- Salmivalli, C., Lagerspetz, K., Björkqvist, K., Osterman, K., & Kaukiainen, A. (1996). Bullying as a group process: Participant roles and their relations to social status within the group. *Agressive Behavior*, 22, 1-15.
- Salmivalli, C., & Peets, K. (2009). Bullies, victims, and bully-victim relationships in middle childhood and early adolescence. In: K.H. Rubin, W.M. Bukowski, & B. Laursen (eds.). *Handbook of peer interactions, relationships, and groups* (pp. 322-340). New York: Guilford.

René Veenstra & Gijs Huitsing

René Veenstra is hoogleraar sociologie en de drijvende kracht achter KiVa Nederland, www.kivaschool.nl. Zijn expertise ligt bij pesten, ouder-kindinteracties en de ontwikkeling van pro- en antisociaal gedrag.

Gijs Huitsing werkt sinds 2008 aan zijn promotie met als titel 'Targeting the group? A social network perspective on bullying'. Hij heeft samen met Pestweb www.sociaalnetwerkadvies.nl opgericht, waarmee inzicht wordt verkregen in de sociale structuur van klassen.

27

