

Pesten een halt toeroepen.

Alle betrokkenen doen mee.

Gie Deboutte

www.kieskleurtegenpesten.be
www.cego.be

Inleiding

Het pestthema is hardnekkig. Steeds opnieuw hebben leerlingen, ouders en scholen ermee te maken. Logisch ook want elk jaar opnieuw duiken kinderen het sociaal oefenveld in van een klasgroep, school- of speelplein. Met vallen en opstaan wordt er geleerd. Hoe kan ik erbij horen? Op welke manier krijg ik invloed of respect? Wiens vriend of vriendin mag ik zijn? Vooral in de leeftijdsfase, 10-15 jaar, waarin de leeftijdsgenoten belangrijk worden, valt het niet uit te sluiten dat het wel eens fout loopt. Omdat het pestprobleem zich blijft manifesteren wordt het zorgbeleid binnen scholen voortdurend bijgeschaafd en blijft de vraag naar informatie, tips en bruikbare instrumenten bestaan.

Hieronder wordt uitgelegd welke accenten of eigenschappen niet mogen ontbreken in een schoolomvattend beleid. Daarnaast wordt ingezoomd op de rol die elk van de betrokkenen kan spelen om bestaande problemen aan te pakken en/of om het problematische pestgedrag te helpen voorkomen. De beknoptheid van de tekst belet niet dat we enkele 'kritische succesfactoren' in de verf zullen zetten.

1. Een schoolomvattend antwoord

Naar onze mening hoeven scholen geen op zich staand pestactieplan (PAP) of pestpreventieplan (PPP) uit te werken. Zo'n plan moet immers als vanzelfsprekend deel uitmaken van het zorgbeleid van de school. Een goed uitgebouwde zorgstructuur is in staat om een veelheid aan problemen te detecteren, in kaart te brengen, op te vangen en te behandelen of te remediëren. Daartoe worden verantwoordelijkheden omschreven en afgebakend, worden 'groeilijnen' uitgetekend en duiken er, ter ondersteuning van de zorgstructuur, oriënterende handelings- en stappenplannen op. Eventueel kan binnen de school gerekend worden op een antipestwerkgroepje. Die 'cel' of werkgroep verzamelt kennis en deskundigheid, bewaakt de ontwikkelingen, geeft steun waar nodig, activeert de andere leden van de schoolgemeenschap en zoekt uit wat nog beter kan.

Een effectief en omvattend zorgbeleid bevat altijd een preventief luik en geeft, naar wij hopen, ook indirect gestalte aan de participatieve cultuur van de school. Dit laatste element houdt in dat alle schoolbetrokkenen op hun verantwoordelijkheid worden aangesproken. Hiermee bedoelen we de leerkrachten/opvoeders, de leerlingen, de ouders en – in mindere mate – de schoolomgeving.

Internationaal onderzoek laat er geen twijfel over bestaan: scholen die kiezen voor een *'whole school approach'* (WSA) of 'een schoolomvattende aanpak' boeken de beste resultaten. Welnu, wat typeert dan deze schoolomvattende aanpak?

Deze aanpak maakt een dubbele beweging: (a) een beweging in de breedte en (b) een beweging in de diepte. We lichten dit even toe.

In de breedte werken

Een omvattend zorgbeleid richt zich tot alle relevante actoren binnen de schoolgemeenschap: de leerlingen, de ouders, de leerkrachten, het ondersteunend personeel, de schoolomgeving, het CLB, de schoolnabije zorgstructuur... Kortom, al diegenen die direct of indirect bij het schoolleven zijn betrokken.

Bovendien bestaat zo'n beleid uit een samenspel tussen

- probleemoplossende, curatieve of remediërende maatregelen of initiatieven,
- probleemvoorkomende of preventieve maatregelen of
- leefklimaatbevorderende maatregelen of initiatieven.

We onderlijnen dat al deze maatregelen of initiatieven uitdrukking geven aan het pedagogische project van de school (*Waar staan we voor? Wat maakt deel uit van onze identiteit?*). Inconsequenties leggen een hypotheek op het zorgbeleid dat concreet gestalte krijgt binnen de school. Zo wordt bijvoorbeeld vastgesteld dat een eenzijdig repressieve aanpak van pestgedrag niet verzoenbaar is met de fundamentele keuze om een leerling gerichte school te zijn. Pesters hebben, net zoals hun slachtoffers, recht op alle steun en begeleiding die nodig is om hen binnen de school te laten opgroeien tot respectvolle en verantwoordelijke 'burgers'.

In de diepte werken

Pestgedrag wegwerken vraagt tijd, ook omdat mensen en structuren niet zo gauw veranderen. Pestgedrag ombuigen tot een minimale vorm van respect houdt in dat we aansturen op een *attitudewijziging*. We mogen spreken van een diepgaande verandering wanneer een pestkop eindelijk toegankelijk wordt voor de pijn die de gepeste ondervindt. Of, wanneer iemand die vaak werd gepest er terug in slaagt zichzelf en anderen te vertrouwen.

Zo'n fundamentele wijziging kan zich ook aftekenen binnen een groep: de negatieve spiraal rond een gepeste klasgenoot wordt omgebogen tot een opstelling die getuigt van zorgzame aandacht en respect.

Niet enkel de direct betrokkenen maar ook *de school (cultuur en structuur)* doet er goed aan die beweging in de diepte te maken. Dan zien we dat de schoolvisie, het pedagogische project, nog krachtiger in de verf wordt gezet. De uitgeschreven visie drukt zich nu uit in keuzes die zich voelbaar vertalen in een meer betrokken opstelling ten aanzien van de ouders, een principiële bereidheid om altijd in gesprek te gaan met dader(s) en slachtoffer(s) van een incident. Herstelgerichte (straf)maatregelen komen tot stand in samenspraak met de betrokkenen. Kortom de school raakt dieper doordrongen van haar streven om elke leerling te blijven zien als een persoon-in-ontwikkeling en die zoveel mogelijk kansen te geven op ontplooiing.

2. Kiezen voor een vijfsporen aanpak

In de nationale strategie die hij begin de jaren 80 voor Noorwegen had uitgetekend spreekt Dan Olweus van de *'vijfsporen aanpak'*. Zo'n aanpak bleek nodig om daadwerkelijk vooruitgang te kunnen boeken. Drie pijlers typeren de doelstelling waarop wordt gemikt: informeren (maak dat mensen het pestprobleem beter begrijpen) – sensibiliseren (maak dat mensen gevoeliger worden voor de negatieve effecten van het pestgedrag en zicht krijgen op de rol die ze kunnen spelen) – activeren (zet mensen op weg om structuren op te zetten en initiatieven te nemen die bijdragen tot het oplossen of terugdringen van het probleem).

De onderzoeksresultaten van Olweus maken duidelijk dat het versterken van ieders betrokkenheid en het benoemen en afbakenen van ieders verantwoordelijkheid noodzakelijk is om pestgedrag te helpen terugdringen binnen een school.

Wie zijn dan de betrokkenen en hoe kunnen ze worden meegenomen in een antipest- en zorgbeleid?

Dan Olweus onderscheidt volgende 'betrokkenen'

- de gepeste leerlingen/jongeren
- de pesters
- de groep van omstaanders (medeleerlingen/klasgenoten)
- de leerkrachten
- de ouders

Hij acht het bovendien noodzakelijk dat elk van hen op de juiste manier wordt benaderd en op zijn of haar verantwoordelijkheid wordt aangesproken. Vermits het gaat om vijf verschillende doelgroepen spreekt hij van *'de vijfsporenaanpak'*. Dit geldt voor elk van de drie hoger genoemde actie- of interventieniveaus (zie 'In de breedte werken').

Als het om leefklimaatbevordering gaat

Het (positief) leefklimaat van de school beschouwen we als de basis, de humuslaag waarop een preventiebeleid kan steunen. Als het goed zit met de onderlinge communicatie en men elkaar vertrouwt dan lukt het beter om samen te werken, verantwoordelijkheid te delen en met elkaar in gesprek te gaan.

Initiatieven op dit niveau willen bijdragen tot *'het graag op school of in de groep vertoeven'*. Is het *welbevinden* van leerlingen, leerkrachten en ouders voldoende aanwezig dan wordt het makkelijker om de koppen bijeen te steken, creatief aan de slag te gaan (bij het uitwerken van een antipesttoneelstuk bijvoorbeeld), bij elkaar op verhaal te komen, de zorghouding van leerlingen te versterken. Als de sfeer goed zit, slaan drempelverlagende initiatieven beter aan en gebeurt het wél dat vragen, problemen of voorstellen op een vlotte en spontane manier worden aangekaart.

Als het om preventie gaat

Preventie omvat alle initiatieven die te maken hebben met risicovoorkoming, risicobeperking en ontrading.

Een duurzaam preventiebeleid steunt op het samenspel tussen (a) het **ondersteunende** spoor van de zorg- en communicatiestructuur en (b) het **persoonsgerichte** spoor van de **attitudevorming**. Met dit laatste bedoelen we alle initiatieven die ertoe bijdragen dat mensen (leerlingen, leerkrachten, ouders) zich respectvol en in verbondenheid gaan opstellen.

Hoe dichterbij de 'probleemzone' komen van het pestgedrag, des te vanzelfsprekender wordt het om gerichte acties of initiatieven te ondernemen: de koppeling tussen actie, tijdstip, doelgroep is hier wel relevant. Laten we dit even verduidelijken:

- Doelgroep: risicobedreigde kinderen/jongeren (slachtofferschap)

Kinderen of jongeren die moeilijker aansluiting vinden bij de groep of die eerder al slachtoffer waren van ernstige pesteringen treft men aan in elke school. Deze kinderen hebben meer dan anderen nood aan positieve ondersteuning, het versterken van hun sociale vaardigheden, een veilige en te vertrouwen klasgroep... Goed wetende dat veertig procent van de gepeste jongeren hun verhaal met niemand deelt moet gezorgd worden voor een voldoende laagdrempelig onthaal van deze groep: waar en bij wie kunnen ze op een veilige manier terecht?

- Doelgroep: risicobedreigde kinderen/jongeren (daderschap)

Elke groep telt kinderen of jongeren die zich desnoods ten koste van anderen trachten te handhaven. Machtsmisbruik, dominant gedrag, een sterkere neiging tot (verbaal) geweld zijn kenmerken die bij pesters vaker terugkeren.

Ze staan niet graag bloot aan kritiek en het 'volgzaam' gedrag van nogal wat leeftijds- en groepsgenoten interpreteren ze als een blijk van waardering ten aanzien van hun persoon.

Deze doelgroep van leerlingen vervalt minder gauw in het zonet beschreven stereotype gedrag als de klasgroep/leeftijdsgroep door de leerkracht/begeleider goed in handen wordt genomen. 'Klare afspraken maken goede vrienden' moet het leidmotief zijn van de leerkracht die deze groep in handen neemt. Het aanscherpen van hun zelfvertrouwen en het versterken van hun probleemoplossend vermogen vormt een belangrijke aanzet tot voorkomen van pestgedrag.

- Doelgroep: jongeren tussen 10 en 15 jaar

Omdat we weten dat 'pesterig omgaan' binnen deze leeftijdsgroep relatief vaak opduikt, is het zinvol om deze jongeren hier indirect of direct op aan te spreken. Informatie en sensibilisatie zijn hier dan ook op hun plaats. Bij voorkeur wordt het pestthema op een heel herkenbare manier voorgesteld en besproken. Het zichtbaar maken van de eigen rol (*'Laat je niet meesleuren door groepsdruk. Zorg dat niemand echt uit de groep valt. Spreek je ouders of een vertrouwensleerkracht aan als er gepest wordt en je eigen reactie zonder gevolg blijft.'*) en het versterken van het inlevingsvermogen zijn belangrijke schakels binnen een preventiebeleid.

- Doelgroep: leerkrachten

Leerkrachten spelen een belangrijke rol bij het voorkomen en aanpakken van pestgedrag. Een goed klasmanagement in combinatie met een degelijke didactische aanpak vormt – op niveau van de les- of klasgroep – de beste garantie voor een pestvrije groep.

De ondersteuning van een duidelijke beleidslijn en van een effectieve zorgstructuur draagt ertoe bij dat leerkrachten het pestprobleem ernstig nemen en er daadwerkelijk op inspelen. Goed geïnformeerde leerkrachten merken het probleem ook sneller op en reageren adequater. Een vroeg ingrijpen helpt erger voorkomen.

- Doelgroep: ouders van jongeren tussen 10 en 15 jaar

Ouders moeten weten wat de school onderneemt op het vlak van pestpreventie en pestaanpak. Scholen moeten expliciteren welke medewerking zij van hun ouders verwachten. In geval een kind thuis een pestprobleem meldt, komt het er op aan de school zo snel en goed mogelijk te informeren, zonder dat de vertrouwensband met het kind op de helling komt te staan. Ouders moeten dus weten 'waar naartoe'.

Tegelijk moet duidelijk gemaakt dat een schoolgebonden pestprobleem in eerste instantie dient aangepakt door de leerkrachten/opvoeders binnen de school. Scholen hebben de plicht de betrokken ouders goed op de hoogte te houden van de aanpak(strategie) en van de eventuele vorderingen die worden gemaakt.

Als het er op aankomt een bestaand probleem te stoppen (curatie/remediëring)

Doet zich een pestprobleem voor dan komt het er op aan zo snel mogelijk te reageren. Veiligheid bieden aan alle betrokkenen is dan de prioritaire opdracht. Voor het slachtoffer en zijn naaste omgeving betekent het dat het pesten zo spoedig mogelijk stopt. Zelfs de dader(s) en hun omgeving (waaronder de omstaanders) vinden er baat bij als het pesten kan gestopt. Ook voor hen is het beter dat de situatie wordt 'beveiligd' en werk wordt gemaakt van de eventueel onderliggende oorzaak. De klas- of leefgroep moet geholpen worden om tot nieuwe en betere omgangsregels te komen. Bovendien dient gewerkt aan het herstel van de open communicatie. Gedaan met het verdoezelen of wegmoffelen van de eigen beleving of mening. Herstelgerichte maatregelen laten toe deze doelen als geheel te realiseren. Wat niet wegneemt dat slachtoffers en daders behoefte hebben aan specifieke ondersteuning, sturing of begeleiding.

Bij de aanpak van bestaande problemen wordt nog duidelijker dat er werk moet worden gemaakt van een specifiek 'spoor' van hulp, advies en ondersteuning voor elk van de vijf doelgroepen. We willen dit beknopt illustreren.

- Doelgroep: gepeste kinderen/jongeren (slachtoffers)

Het eerste wat een gepest kind/gepeste jongere nodig heeft is de ruimte (lett/fig) om op verhaal te mogen komen. Meestal gaat het slachtoffer al wekenlang gebukt onder het probleem. De spanning heeft zich opgehoopt, ook omdat het slachtoffer het nog aan niemand heeft verteld. Logisch dus dat we in eerste instantie niet meer moeten doen dan luisteren, opvangen, bemoedigen.

Goed luisteren betekent vooral erkenning geven aan de beleving. Aan ons om de kernpunten (wat denk je, wat voel je, wat wil je) naar boven te halen en pas daarna, samen met het slachtoffer op zoek te gaan naar een mogelijk volgende stap. Wie te snel wil lopen, laat het slachtoffer in de kou staan en loopt het risico dat hij/zij afhaakt.

- Doelgroep: pesters of combinatie pester/slachtoffer

Pesters relativiseren hun eigen aandeel in het pestprobleem. Anderen hebben het gedaan, 'de hele groep doet mee' of 'het was toch maar een spel', zijn vaak terugkerende reacties. Pesters moeten vooral te horen krijgen dat voor ons (= de school) de maat vol is, dat we dit gedrag van niemand dulden, dat we vertrouwen blijven hebben

in een goede afloop en daarbij blijven rekenen op de verantwoordelijkheid (= persoon) van de pester.

Vergeeten we vooral niet dat pesters om heel uiteenlopende redenen aan het pesten slaan. Daarom moet er hoe dan ook met hen gepraat en – we willen dit benadrukken – samen met hen gezocht naar ‘hoe kan het straks anders en beter?’. De uitkomst van een incident- of herstelgesprek moet altijd ‘positief’ zijn: de pestkop moet ervaren dat hij als persoon niet wordt gekelderd maar dat zijn gedrag wordt afgekeurd. Tegelijk moet hij/zij ervaren dat de school ook hem of haar niet wil loslaten maar mee op zoek wil gaan naar een respectvol alternatief. (*‘Hoe kan ik erbij horen zonder dat ik iemand onderuit haal? Hoe maak ik echte vrienden? Hoe herstel ik mijn fout ten aanzien van het slachtoffer? Hoe neem ik de angst bij het slachtoffer weg?’*).

- Doelgroep: klasgenoten, leefgroep, omstaanders

De ‘no-blame’-aanpak, ‘peer-mediation’ of ‘de klasthermometer’ zijn instrumenten of gesprekstechnieken die inspelen op de quasi-zekerheid dat er binnen de klasgroep heel veel ergernis heerst ten aanzien van het aan de gang zijnde pestgedrag. Telkens worden de jongeren zelf betrokken bij het zoeken naar een oplossing en wordt de groepsdynamiek bespeeld om het negatieve tij (negatief klasklimaat in combinatie met onoprechte communicatie) te doen keren.

Jongeren tussen 10 en 15 hebben het meer dan moeilijk om zich te verzetten tegen de groepsdruk. Het komt daarom de school toe om hier een kordate en beslissende stap te zetten.

- Doelgroep: leerkrachten

Via gerichte nascholingen kunnen leerkrachten en leerlingbegeleiders die gesprekstechnieken of groepsdynamische modellen leren hanteren die nodig zijn om een probleem aan te kaarten. Tegelijk kan gebruik gemaakt van feedbackgesprekken of feedback instrumenten zoals de (positieve) attitudekaart om leerlingen die een extra duwtje nodig hebben, op een beter spoor te krijgen.

Het kennen en durven hanteren van de eigen rol binnen de zorgstructuur van de school is een essentiële voorwaarde om tot succesvolle interventies te kunnen komen.

Evaluatie en zelfevaluatie zijn nodig om de eigen aanpak nog te verbeteren.

- Doelgroep: ouders

Ouders (van slachtoffer, dader of groep van omstaanders) die een probleem melden mag men in geen geval in de kou laten staan. Ze verdienen waardering voor hun bezorgdheid en voor het feit dat ze de school in vertrouwen nemen.

Om ervoor te zorgen dat ouders de uitgestippelde hulpstructuur blijven benutten, dient men hen vooreerst op de hoogte te houden van de situatie (wat is er gebeurd met de aangereikte informatie, welke stappen werden ondernomen, waartoe hebben ze geleid?) en vervolgens te blijven consulteren (welke veranderingen merken jullie zelf, welke info vangen jullie thuis op, hoe zien jullie de evolutie van jullie kind?).

3. Zorg voor bezieling en authenticiteit

Afrondend onderstrepen we nogmaals het belang van een omvattend, evenwichtig en voldoende breed en diepgaand zorgbeleid. De pestaanpak van de school dient hier

zorgvuldig in geïntegreerd en noopt de school wellicht om een aantal specifieke elementen toe te voegen.

Hoe stevig en goed uitgebouwd zo'n zorgstructuur ook mag zijn toch is het de menselijke factor die het verschil zal blijven maken. Het zijn niet louter de grote structuren of uitgestippelde sporen die leiden naar succes. Het authentiek menselijk contact blijft een factor van belang. Op basis daarvan geven mensen elkaar vertrouwen en komt er ruimte voor verandering, loutering en groei.

Onderzoek en praktijk hebben al langer aangetoond dat de mix tussen menselijke kwaliteit (welbevinden) en degelijk bestuur (management, structuur, strategie) garant staat voor de beste resultaten. Een kwaliteitsvol zorgbeleid kan niet zonder een gedragen visie. Die visie maakt zich waar wanneer ze voelbaar of ervaarbaar blijft in de dagelijkse contacten en de manier waarop we de aangereikte instrumenten, tips en adviezen hanteren.

De eindeloze zee

*Als je een stevig schip wilt bouwen
Breng dan mensen bijeen
Niet om het timmerhout te sjouwen
Of te tekenen alleen.*

*Voorkom dat ze taken ontvangen
Deel ze evenmin de plannen mee
Maar breng ze eerst naar hun verlangen
Naar de eindeloze zee.*

Antoine de Saint-Exupéry