

# Samen verantwoordelijk



Een product van de leergemeenschap pedagogisch klimaat  
**Subgroep pestgedrag**  
Academische opleidingschool Noord-Oost Brabant  
2017





# **Samen verantwoordelijk**

Een product van de leergemeenschap pedagogisch klimaat

**Subgroep pestgedrag**

Academische opleidingsschool Noord-Oost Brabant

2017



‘De meeste problemen zitten niet in systemen, regelgeving of procedures, maar zitten in gedrag van mensen. Waarom zoeken we dan de oplossing in nieuwe regelgeving, aangescherpte procedures of aanpassing van systemen?’

(Veen & Mutsaers, 2012, p. 82)

# INHOUD

<b>1</b>	<b>Inleiding</b>	<b>9</b>
<b>2</b>	<b>Theoretische achtergrond</b>	<b>13</b>
2.1	Definities en enkele cijfers	13
2.2	Verskil tussen incidenteel pesten en structureel pesten	15
2.3	Het omstandereffect	16
2.4	Individuele behoeften van een leerling binnen een groep	18
2.5	Positieve beïnvloeding van de groepsvorming	18
2.6	Problemen bij het signaleren	20
<b>3</b>	<b>Preventieve aanpak</b>	<b>23</b>
3.1	Wet sociale veiligheid op school	23
3.2	Preventieprogramma's	23
3.3	Sociogram	25
3.4	Studenten en sociogram	27
<b>4</b>	<b>Constatering</b>	<b>29</b>
4.1	Sociogram	29
4.2	Observeren	31
<b>5</b>	<b>Registratie</b>	<b>35</b>
<b>6</b>	<b>Rol van de mentor</b>	<b>37</b>
6.1	Rol van de mentor preventief	37
6.2	Reactief na de constatering	38
6.3	Inhoud van het gesprek, wat moet besproken worden en met wie?	39
6.4	Tips voor een gesprek met een gepeste leerling	39
6.5	Handreiking voor een gesprek met een leerling die pest	40
6.6	Andere methodes voor gespreksvoering: No Blame approach	42

<b>7 Aanbevelingen</b>	<b>45</b>
<b>Bibliografie</b>	<b>47</b>
Bijlage 1: Het Sociogram afnemen en beschrijving van de rollen in de groep	51
Bijlage 2 Toelichting op het digitale gebruik van het programma Sometics	56
Bijlage 3: Signaalkaart pesten: de 6 pest-alerts!	60
Bijlage 4: De No-Blame Methode	62





# 1 Inleiding

*Het ministerie van OCW wil dat scholen in het funderend onderwijs een structurele anti-pestaanpak hebben; die aanpak - via een anti-pestprogramma- moet zowel pesten voorkomen, door het bevorderen van een sociaal veilig schoolklimaat (preventie), maar dient ook houvast te geven bij wat te doen als het pesten feitelijk aan de orde is (curatief, regulerend) (Nederlands Jeugd-instituut, 2014, p.4).*

Vanuit bovenstaand speerpunt is door het ministerie naar OMO (Ons Middelbaar Onderwijs) de volgende opdracht geformuleerd:

**Op grond van bestaande studies t.a.v. het creëren van een veilig leerklimaat kennis en ervaring opdoen ten aanzien van het positief beïnvloeden van groepsdynamische processen in de klas en op school, materialen samenstellen die bruikbaar zijn bij het bespreekbaar maken en het aanpakken van pestgedrag (inclusief het pesten via sociale media). Er komt tevens beproefd materiaal beschikbaar ter bevordering van een goed groepsklimaat (daarin is expliciet aandacht voor pestgedrag inclusief pesten via sociale media).**

**Daarnaast heeft de leergemeenschap op het eind van de projectperiode op grond van studie en praktijkervaring een handleiding samengesteld die kan worden benut om ouders te betrekken bij de ondersteuning van het leerproces van hun kinderen.**

Om deze opdracht te vervullen is de leergemeenschap 'Pedagogisch klimaat' samengesteld. Deze staat onder leiding van Clemens Geenen, sectordirecteur van het Fioretti College.

De leergemeenschap bestaat uit twee subgroepen: ouderbetrokkenheid en pestpreventie. De subgroep pestpreventie bestaat uit: Ruud Cuijpers, docent Engels op het Vakcollege Helmond afdeling

Vmbo basis-kader, Eric Botermans, docent Beeldende Vormgeving en CKV op het Zwijsen College afdeling havo/vwo, Joris Arts, docent Lichamelijke Opvoeding en anti-pestcoördinator op het Fioretti College afdeling Vmbo en Jacqueline Gerrits, lerarenopleider op de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.

De opdracht gegeven door het ministerie is breed geformuleerd. Er is veel ruimte voor interpretatie. In de opdracht staat dat er gebruik gemaakt dient te worden van bestaande studies en praktijkervaringen. Er zijn meerdere onderzoeken gedaan naar het creëren van een veilig groepsklimaat en er zijn praktijkvoorbeelden die effecten laten zien. Daarnaast is per één augustus 2015 de wet **'Veiligheid op school'** aangenomen. In deze wet staan de regels waar de school aan moet voldoen op het gebied van de sociale veiligheid.

In een klein vooronderzoek zijn de vier leden van de leergemeenschap op zoek gegaan naar pestprotocollen en regelgeving in hun scholen. De resultaten waren wisselend. Pestprotocollen die gezocht moesten worden, leefregels die door de school hingen maar die door niemand meer gezien werden. Daarnaast was er geen gemeenschappelijk gedragen visie ten aanzien van een veilig leerklimaat en pesten. Eén school is actief bezig met een anti-pest beleid en heeft hiervoor ook een coördinator aangesteld die ruimte heeft gekregen om het sociaal veiligheidsbeleid te ontwikkelen.

Tijdens de bijeenkomsten in onze leergemeenschap hebben wij besloten om een handleiding te ontwikkelen die gebruik maakt van alle kennis, ervaring en protocollen die er al zijn op het gebied van het creëren van een sociaal veilig schoolklimaat, het voorkomen en indien nodig het stoppen van pesten.

In deze handleiding richten wij ons op de hele school en niet alleen op de taak van de mentor.

De mentor alleen kan pesten niet voorkomen.

We beginnen deze handleiding met een theoretisch kader waarin de definities van de belangrijkste termen worden gegeven. Er wordt aandacht besteed aan de groepsdynamische processen en de rol

van de docent hierin. Ook worden de mogelijke oorzaken van pesten benoemd. Daarna ontrolt zich een stroomschema waarin staat hoe er gewerkt kan worden aan preventie, vroegtijdige signalering en interventie.



## 2 Theoretische achtergrond

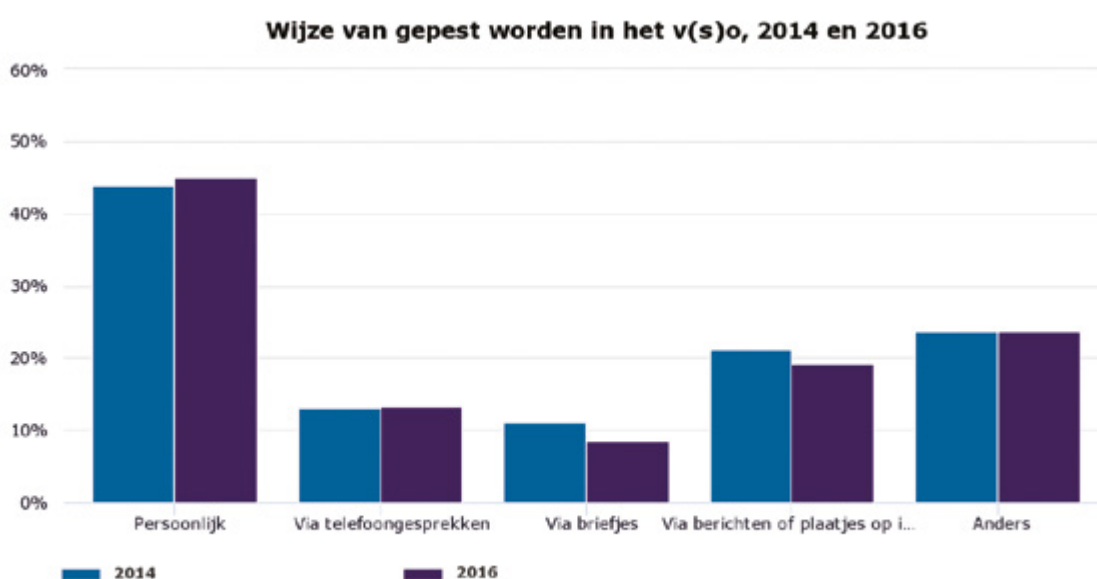
*Over het ontstaan en voorkomen van pesten is al veel geschreven. In dit hoofdstuk beschrijven wij de definities en de theorieën die ten grondslag liggen aan ons stroomschema.*

### 2.1 Definities en enkele cijfers

Een veelgebruikte definitie is: ‘Pesten is een herhaaldelijke en negatieve interactie waarbij de machtsverhoudingen ongelijk zijn (Hattum, 1997, p. 4). Het belangrijkste element in deze definitie is de machtsongelijkheid.

De volgende definitie van Krowatschek (2008, p.15) vult mooi aan: ‘Pesten is gedrag dat min of meer bewust gericht is op één of meer kinderen en dat tot doel en gevolg heeft dat degene die gepest wordt, zich gekwetst, geraakt, vernederd, afgewezen en /of buitengesloten voelt’. Het belangrijkste element hierin is de beleving van de gepeste leerling.

Gepest worden in het voortgezet onderwijs treft acht procent van de leerlingen. Het pesten gebeurt op verschillende manieren (Onderwijs in Cijfers, zd).



Monitor Sociale Veiligheid

Een relatief nieuwe, maar zeer gecompliceerde vorm van pestgedrag is cyberpesten. Cyberpesten is de blootstelling, herhaaldelijk en voortdurend, aan negatieve acties door één of meerdere personen. Negatieve acties worden gedefinieerd als: acties waarbij iemand opzettelijk letsel of ongerief aanbrengt of probeert aan te brengen bij de ander door middel van elektronische tekst of beeld (Kiriakidis & Kavoura, 2010 in: Nederlands Centrum Jeugdgezondheid).

Het gecompliceerde verschil tussen traditioneel pestgedrag en cyberpesten is dat het eerste vaak beperkt blijft tussen enkele leerlingen of een enkele klas. Bij het fenomeen cyberpesten kan schadelijke informatie door verschillende sociale media dermate snel verspreid worden, dat ook leerlingen op andere scholen op korte termijn de mogelijkheid hebben tot het bekijken van ongewenst (beeld)materiaal over de gepeste leerling.

Dit maakt cyberpesten niet alleen een probleem binnen de school, maar mogelijk ook binnen een regio, waardoor de gevolgen voor de gepeste leerling nog groter kunnen worden. Het is belangrijk hier te vermelden dat cyberpesten een sterke overlap in voorkomen vertoont met traditioneel pesten (Salmivalli, 2011 in: Nederlands Centrum Jeugdgezondheid, z.d.).

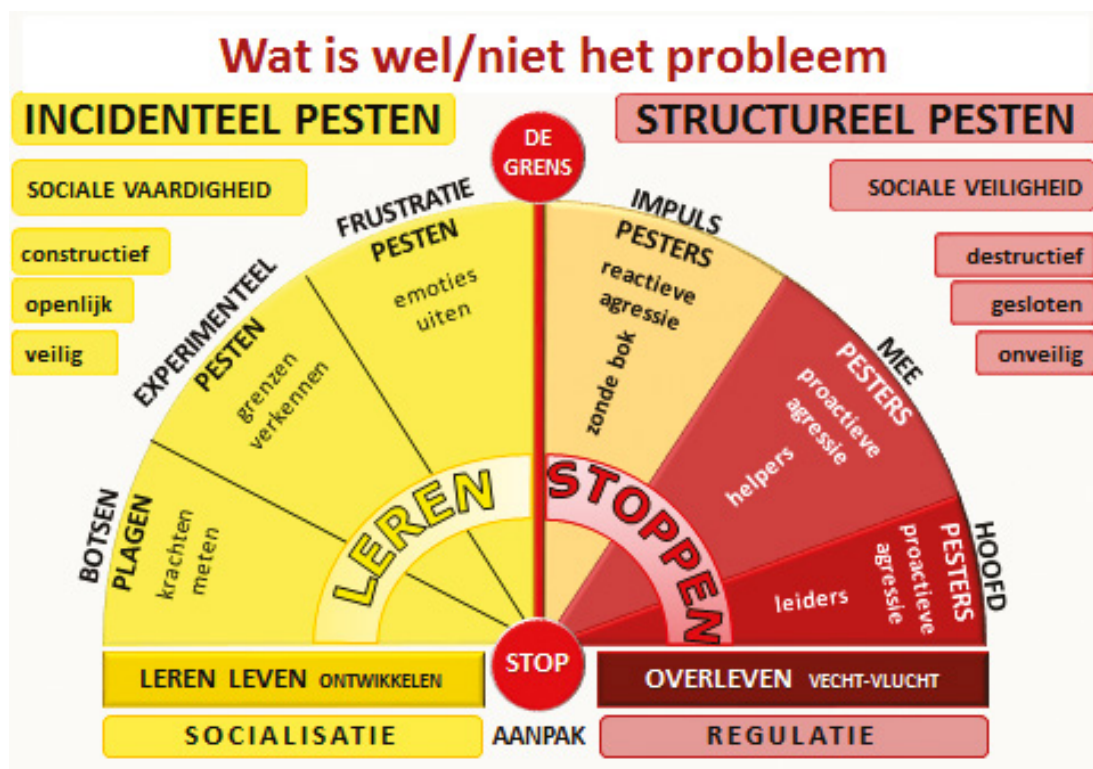
Cyberpesten staat niet op zichzelf. Slachtoffers van cyberpesten zijn bijna altijd in de klas ook slachtoffer van pesten op een traditionele manier. Vaak ook door dezelfde leerlingen, omdat leerlingen applicaties gebruiken, zoals Facebook, Twitter, Snapchat, Instagram, of via een groep binnen WhatsApp, waar zij hun eigen pesters weer tegenkomen. Meisjes lijken vaker dan jongens digitaal te pesten. Uit een enquête afgenomen door het Centraal Bureau Statistiek blijkt dat van de 15- tot 18-jarige gepeste meisjes ruim 15 procent te maken heeft gehad met cyberpesten, bijna twee keer zoveel als jongens van die leeftijd. Zij zijn vooral slachtoffer van laster. Hier speelt mee dat 15- tot 18-jarige meisjes meer deelnemen aan sociale netwerken, zoals Facebook of Twitter, die vaak als platform voor pestgedrag dienen. In de leeftijdsgroep van 18 tot 21 jaar werd 10 procent van de vrouwen, en 7 procent van de mannen online gepest (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2015).

De verschillen tussen “gewoon” pesten en cyberpesten in een schema (persoonlijke mededeling, -- 2015).

Pesten	Cyberpesten
Zichtbaar voor docenten	Onzichtbaar voor docenten
Beperkt bereik (klas, school)	Groot bereik (omgeving)
Daders aanwijsbaar	Mogelijkheid tot anonimiteit
Invloed docenten	Weinig invloed docenten

## 2.2 Verschil tussen incidenteel pesten en structureel pesten

Michel van Bergen en Frans Peeters van de Consultants M5 Groep hebben incidenteel pesten en structureel pesten in een model gezet.



Deze scheidslijn wordt bevestigd door Patrick van Veen, bioloog en directeur van Apemanagement. Samen met Prof. dr. Ron Scholte van de Radboud Universiteit heeft hij onderzoek gedaan naar pesten. Zij vergelijken het pestgedrag van apen met het pestgedrag van mensen en komen tot de conclusie dat pesten tot op een zekere hoogte normaal is. Het is een ontdekkingstocht om grenzen te leren kennen, je groep af te bakenen, onzekerheid te vermijden, je dominantie te ontwikkelen en te leren wat de norm is. Maar het grote verschil tussen apen en mensen is dat apen in een solitaire groep leven. Het incidentele pesten is geaccepteerd omdat dit nodig is om posities te bepalen en grenzen te bepalen. Wanneer een aap echter overgaat tot structureel pesten dan grijpt de groep in. Dit gedrag wordt niet geaccepteerd. Bij mensen is het het probleem dat zij zich in veel verschillende groepen begeven. In iedere rol moet de positie bepaald worden en in iedere groep gelden andere regels. Het bepalen wanneer iets pestgedrag is en wie er moet ingrijpen wordt daardoor ook moeilijker. De verschillende groepen waarin een individu verkeert is ook een van de oorzaken van het omstandereffect.

## **2.3 Het omstandereffect**

Het omstandereffect is het effect dat, wanneer meerdere personen bij een vervelende / gevaarlijke / bedreigende situatie aanwezig zijn, niemand ingrijpt. Dit kan gaan om hulp bieden bij een ongeval maar ook bij pesten in de klas. ‘Waarom moet ik ingrijpen en niet de andere kinderen?’ ‘Waarom zou ik de verantwoordelijkheid nemen?’ Als docent: ‘dit is de taak van de mentor, ik ben niet capabel genoeg, zie ik het wel goed, wat vinden de anderen ervan als ik iets doe?’ (Vonk, 2013).

Bovenstaande is ook de voornaamste reden dat in de meeste anti-pestprotocollen het belang van het begeleiden van groepsdynamische processen benadrukt wordt.





## 2.4 Individuele behoeften van een leerling binnen een groep

Wanneer de groepsdynamische processen goed verlopen wordt er voldaan aan de individuele behoeften van een leerling binnen een groep (Fiddelaers-Jaspers & Ruigrok, 2012, in Geerts & Kralingen, 2016, pp. 219 -220). Het vervullen van de individuele behoefte speelt een belangrijke rol in de pestpreventie. Kinderen die goed in hun vel zitten zijn minder geneigd om te pesten en hebben betere coping strategieën om met pesten om te gaan.

**ERBIJ HOREN:** Iedereen mag zijn zoals hij/zij is, daar wordt in de groep rekening mee gehouden. Leerlingen willen zich gewaardeerd en gerespecteerd voelen. Het is daarom belangrijk dat leerlingen weten wie de andere leerlingen zijn en hoe zij hem zien.

**INVLOED HEBBEN:** Iedereen heeft in principe evenveel te zeggen. Sommige leerlingen zullen de leidersrol op zich nemen, waar anderen de leider zullen ondersteunen. Een harde schreeuwer heeft niet meer te vertellen dan iemand die rustig is.

**PERSOONLIJK CONTACT:** Wanneer aan de eerste twee behoeften voldaan is, is er ruimte voor het persoonlijk contact tussen de individuele leden van de groep. Dit kan positief en negatief zijn en variëren in intensiteit. Van heel leuk, niet zo leuk, stom tot ik haat je.

Om aan de individuele behoeften van leerlingen in een groep te kunnen voldoen is het van belang dat de docent sturing geeft aan de ontwikkeling van een positief groepsproces.

## 2.5 Positieve beïnvloeding van de groepsvorming

De ontwikkelingsfasen van een onbegeleide groep zijn universeel. Tuckman (in Geerts & Kralingen, 2016; Teitler, 2009) beschrijft deze fasen. Ook beschrijft hij hoe je een groep, door deze te

begeleiden, tot een positieve norm kunt brengen. Immers is een positieve groepsnorm het beste middel tegen pesten.

Een begeleide groep doorloopt de volgende fasen: forming, norming, storming, performing, adjourning. Belangrijk hierbij is dat de eerste drie fasen zich kunnen herhalen na bijvoorbeeld een vakantie, een nieuwe docent, een leerling erbij of juist een leerling uit de klas.

In de **formingsfase** moeten de docenten en mentor veel duidelijkheid aan de leerlingen geven: Wat wordt er verwacht, wie zitten er in de groep, wat gaat er gebeuren? Daarnaast toon je als docent voorbeeldgedrag, zoals sociale omgangsvormen. In deze fase wordt de basis gelegd voor de eerste basisbehoefte 'erbij horen'.

De normingfase wordt vanaf het begin (mee) aangestuurd door de begeleider. Dat betekent dat de docent, de mentor en de school, voor een deel al aangeven welke normen gehanteerd dienen te worden. Er wordt in een vroeg stadium bewust ingezet op de omgang met elkaar en de groepsverantwoordelijkheid. De docenten en de mentor laten voorbeeldgedrag zien, geven positieve feedback en geven iedere leerling positieve aandacht.

De **stormingfase** is voor de docent en leerlingen een dynamische periode die wordt gekenmerkt doordat iedereen zijn positie in de klas gaat bepalen (invloed hebben). Een aantal leerlingen zullen de neiging hebben hun grenzen op te zoeken, anderen zullen meer in hun schulp kruipen. Wanneer de sociale norm in de vorige fase goed neergezet is en de docent en mentor veel aandacht blijven besteden aan een goede communicatie en de grenzen blijven bepalen leidt deze 'strijd' tot een harmonieuze groep.

In de **performingfase** heeft een klas een goed leer- en leefklimaat waarin ruimte is voor persoonlijk contact. Een valkuil is dat er vanaf dat moment onvoldoende aandacht besteed wordt aan het groepsproces (bijvoorbeeld door altijd in dezelfde groepen te werken). Hierdoor kan het alsnog misgaan.

De laatste fase is de **adjourning**. Dit is de fase voordat een groep ontbonden gaat worden door bijvoorbeeld profielkeuze of eindexamens. Wanneer er duidelijk over gesproken en naar toe gewerkt wordt kan dit een mooie afsluitende periode worden. Wanneer er geen aandacht aan besteed wordt kan het zijn dat de sfeer in de klas plotseling verandert. Groepjes vallen uit elkaar en beste vrienden krijgen plots ruzie. De reden hiervoor kan zijn dat leerlingen het gevoel krijgen dat het afscheid makkelijker is wanneer ze elkaar niet meer zo leuk vinden of wanneer ze alvast minder met elkaar omgaan.

Wanneer er door het hele schoolteam, **het hele schooljaar**, aandacht besteed wordt aan een positief groepsklimaat kan de groepsnorm bepalen dat pesten niet geaccepteerd wordt. De groepsdruk wordt een belemmerende factor om te pesten.

## 2.6 Problemen bij het signaleren

Waarom is het voor docenten zo moeilijk waar te nemen dat er gepest wordt? Er zijn een aantal redenen; Of een docent pesten waarneemt heeft veel te maken met de definitie van pesten die de docent hanteert. Ook blijkt uit onderzoek dat docenten die vroeger zelf gepest zijn meer pesten signaleren dan docenten die niet gepest zijn. Docenten hebben door hun ervaringen een verschillend referentiekader (Veen, 2015).

Een ander probleem is dat er in het algemeen niet voor de ogen van de docent gepest wordt. Pesters zorgen ervoor dat ze zoveel mogelijk onopgemerkt blijven voor mensen die pestgedrag niet accepteren en daar ook actie op ondernemen. Het zogenaamde ‘Halo-effect’ kan ook een rol spelen. Van die leerling die goede cijfers haalt, het huiswerk altijd af heeft en goed meedoet tijdens de les, wordt doorgaans niet verwacht dat hij of zij ‘s avonds iemand het leven zuur maakt via sociale media. Tot slot schamen de gepeste leerlingen zich vaak en laten daarom niets blijken.

Wij sluiten af met de woorden van 'Meester Bart':

'Ik blijf het zeggen,  
de beste anti-pestmethode is de  
oplettende docent die direct actie  
onderneemt bij het kleinste plagerijtje'

(Ongering, 2015).



## 3 Preventieve aanpak

*In dit hoofdstuk wordt beschreven wat scholen kunnen doen om pesten tegen te gaan, voordat er daadwerkelijk sprake van is. Het in de kiem smoren is cruciaal tegen het erger worden van het probleem.*

*In een in 2015 verschenen rapport van het nationaal jeugdinstituut (NJI) is onderzoek gedaan naar wat werkt tegen pesten. Naast een schoolbrede aanpak wordt genoemd dat de ondersteuning van leeftijdsgenoten succesvol ingezet kan worden tegen pesten, zowel preventief als reactief (Rooijen-Mutsaers, Udo, Wienke & Daamen, 2015).*

### 3.1 Wet sociale veiligheid op school

Vanaf 1 augustus 2015 is de ‘Wet sociale veiligheid op school’ (Steur, 2015) aangenomen. Vanaf deze datum hebben scholen de verplichting om inspanning te leveren binnen dit gebied. In de wet staat specifiek beschreven dat scholen een sociaal veiligheidsbeleid moeten voeren, een aanspreekpunt moeten hebben voor leerlingen en ouders en dat er monitoring moet plaatsvinden omtrent de sociale veiligheidsbeleving bij leerlingen (Rijksoverheid, zd).

Echter een goed sociaal veiligheids-, anti-pestbeleid is enkel nuttig wanneer dit beleid door de school gedragen wordt. Een schoolbrede aanpak is het meest effectief in het verminderen van pesten op scholen (Wurf, 2012).

### 3.2 Preventieprogramma's

Binnen het ‘Bullying Prevention Program’ is onderzoek gedaan naar de effecten van activiteiten waarbij de saamhorigheid van een klas een positieve stimulans krijgt. De onderzoeksopzet en de positieve resultaten zijn terug te lezen in het gepubliceerde rapport.

De preventieve aanpak dient door alle jaren van de school te lopen. Naast een schoolbrede aanpak wordt het herhaaldelijk aandacht blijven besteden aan het thema pesten als noodzakelijk benoemd. Er zijn verschillende manieren te bedenken om invulling te geven aan het preventief bestrijden van pestgedrag. Zoals benoemd heeft het stimuleren van de sociale cohesie binnen een groep een positief effect op het functioneren van de groep. Het regelmatig inzetten van samenwerkend leren in de klas is effectief om de cohesie in een groep te verhogen (Ebbens & Ettekoven, 2013)

Naast werkvormen blijkt ook het regelmatig inzetten van ‘Groene spelen’ effectief. Groene spelen hebben als kenmerk dat er geen individuele winnaar of verliezer is. Het doel van een activiteit is dat alle groepsleden nodig zijn voor het laten slagen van een activiteit, het samen bewegen staat centraal (Einden & Recht, 2008).

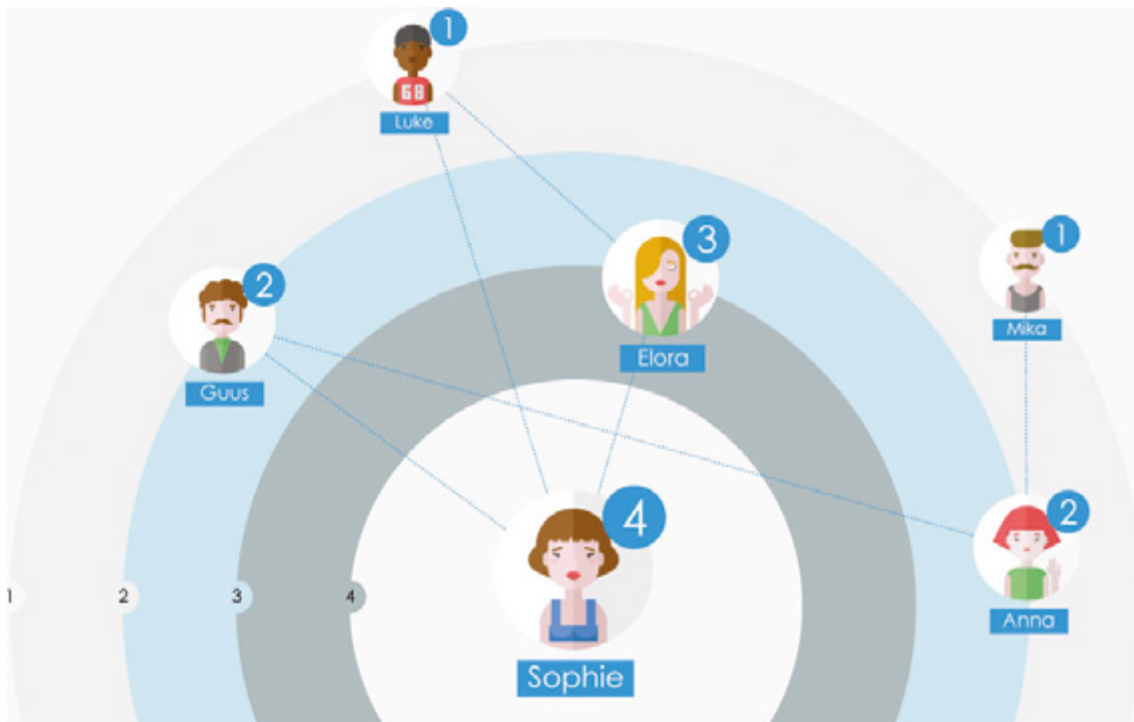
Naast het uitvoeren van van bovengenoemde anti- pestprogramma’s is het van belang dat iedere docent, het hele jaar door aandacht besteedt aan de positieve groepsvorming (zie ook § 2.5). De mentor vervult hier een zeer belangrijke rol in. Om zicht te houden op de groepsvorming is naast observatie, een sociogram een zeer belangrijk hulpmiddel.

### **3.3 Sociogram**

Het opstellen van een sociogram brengt de relationele verhoudingen van een klas in kaart. Vanuit een sociogram kan bepaald worden welke leerlingen contact onderhouden met elkaar. Zodoende kan vanuit het sociogram bepaald worden welke rollen bepaalde personen in de klas aannemen. Zo kan ook herleid worden of een leerling alleen staat in de klas, of juist een hele sterke sociale positie inneemt.

Het sociogram helpt bij het onderkennen van hiërarchie, de leiders en de leerlingen die sociaal geïsoleerd zijn. Het sociogram geeft gerichte informatie geeft, die de leerkracht kan gebruiken om





het groepsklimaat te verbeteren (Konig, Gieles & Lap,1996; Luitjes & Zeeuw-Jans, 2011; Kerpel, 2004). Let wel: een weinig gekozen leerling hoeft geen gepeste leerling te zijn. Aanvullende informatie zoals observatie, gesprekken met leerlingen en collega's is nodig om het sociogram goed te kunnen interpreteren.

Het sociogram is een onderzoeksmethode waarbij gebruikt gemaakt wordt van vier vragen om inzicht te krijgen in de onderlinge relaties en de plaats van de leerling in de groep. In het sociogram worden twee soorten relaties onderzocht, namelijk van vriendschap en samenwerking. Het sociogram is een makkelijk instrument om in te zetten, omdat het weinig uitleg vraagt en weinig tijd kost. De resultaten kunnen de docent/mentor vervolgens snel (nieuwe) inzichten geven. Het sociogram geeft niet een eigen inzicht in de klassenverbanden weer, maar de relaties tussen leerlingen in de klassensituatie, zoals zij die zelf zien.

Aan de hand van de de uitkomsten is het eenvoudig een klassenplattegrond te maken cq. aan te passen.

Het sociogram is een momentopname. Aan het begin van het jaar zal het er anders uitzien dan aan het eind van het jaar. Het is aan te bevelen om het sociogram in te zetten rond de herfstvakantie, na de kerstvakantie en rond de meivakantie (Alkema, 2011). Rond de herfstvakantie is de groep gevormd en zullen de relaties redelijk vast zijn. Toch kan er nog veel veranderen; daarom is van belang om rond het begin van het nieuwe kalenderjaar ook een beeld te hebben van de relaties. Juist aan het begin van een nieuw kalenderjaar, na een onderbreking door twee weken vakantie, is er weer nieuwe start waar ook nieuwe relaties gevormd kunnen zijn. Ook is het aan te raden om een sociogram af te nemen rond de meivakantie. Het einde van het jaar komt in zicht, maar rond de meivakantie kunnen nog bepaalde zaken worden aangepakt onder andere voor kinderen die buitengesloten worden of kinderen die niet gekozen worden met samenwerken. In het kader van dit onderzoek hebben we gewerkt met het digitale programma Sometics. In de bijlage vindt u verdere uitleg over dit programma.



### 3.4 Studenten en sociogram

Een sociogram afnemen is bij uitstek een activiteit die door een student van de lerarenopleiding uitgevoerd kan worden. Mocht de school geen account op sometics hebben dan kan de student voor een gereduceerd tarief een tijdelijk account krijgen. Voor de student een zeer leerzame ervaring en de mentor krijgt nog beter zicht op de groepsdynamische processen in zijn/haar klas.





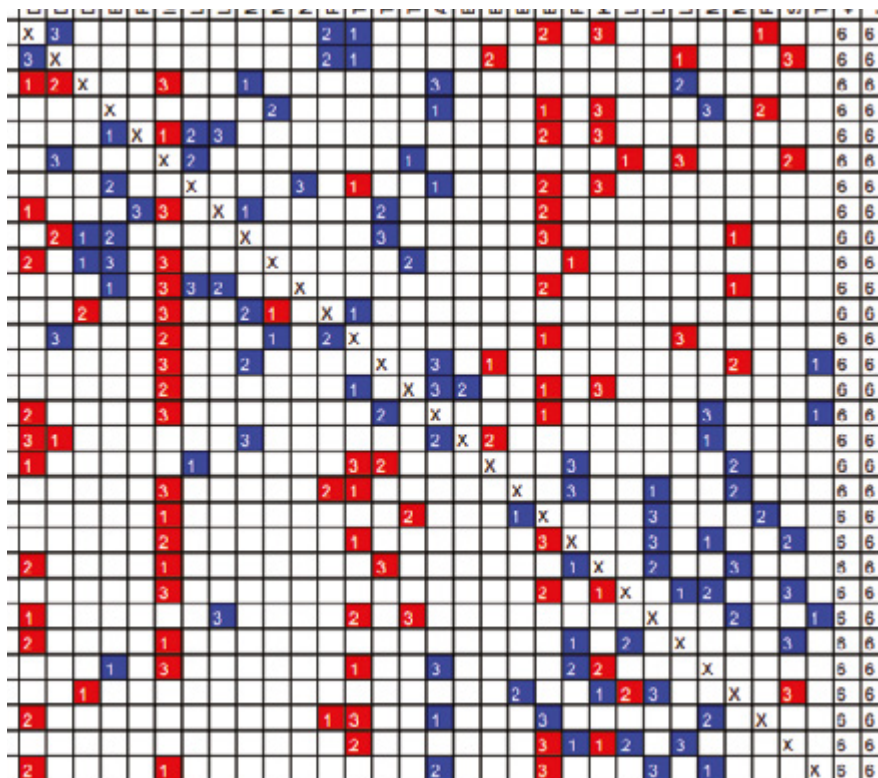
## 4 Constatering

*Dit hoofdstuk behandelt de constatering van pestgedrag. Zoals in de inleiding genoemd is pesten is een herhaaldelijk en negatieve interactie waarbij de machtsverhoudingen ongelijk zijn (Hattum, 1997, p. 4). De constatering van pestgedrag is de eerste stap om het pestgedrag aan te kunnen pakken en is daarom van het grootste belang.*

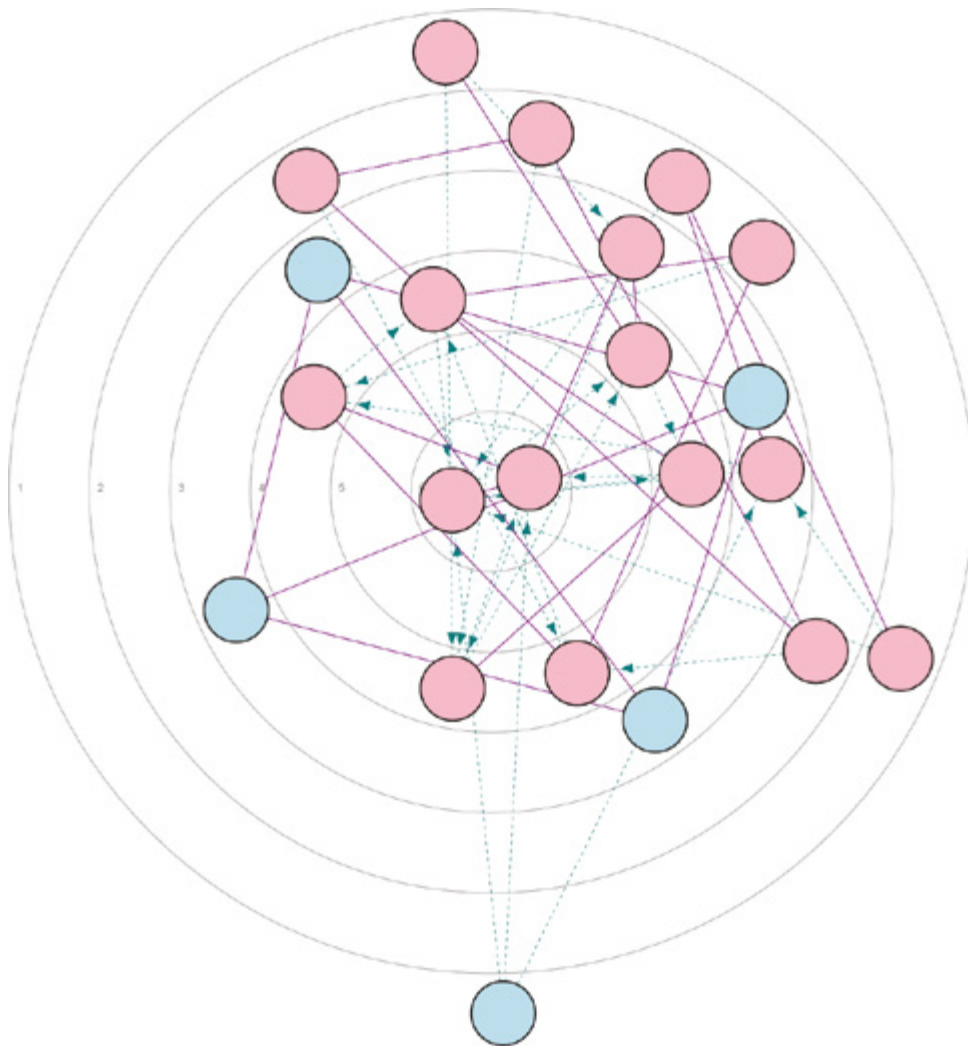
*Naast het ontvangen van berichten van ouders, leerlingen en collega's, zijn er om pestgedrag te constateren verschillende instrumenten ontwikkeld.*

### 4.1 Sociogram

Wanneer er pestgedrag is gesignaleerd of er is een vermoeden van pestgedrag, is wederom het sociogram een belangrijk hulpmiddel om de relaties in kaart te brengen. In een oogopslag is zichtbaar of een groep veilig of onveilig is en welke leerlingen problemen met elkaar hebben.



In het kader van de privacy zijn de namen uit de tabel verwijderd. Rood wil zeggen dat de leerling negatief gekozen wordt in de groep, blauw positief. Zichtbaar is dat drie leerlingen ogenschijnlijk niet goed in de groep liggen. Deze leerlingen behoeven extra aandacht. Hoe roder de matrix hoe negatiever de groep.



In bovenstaande sociocirkel zie je dat dat een aantal leerlingen buiten de groep vallen. Deze groep is geen negatieve groep maar wanneer er niet actief ingezet gaat worden op de onderlinge relaties is de kans groot dat dit wel een negatieve groep gaat worden.

## 4.2 Observeren

Zoals benoemd in §2.6 is het niet altijd even eenvoudig om pestgedrag te zien. Ook het sociogram geeft niet altijd uitsluitsel. In bijlage 1 is zijn de verschillende rollen, die leerlingen in een klas kunnen vervullen opgenomen. Door te weten welke rol welke leerling in de klas vervult krijg je meer zicht op het groepsproces en kun je er makkelijker op ingrijpen.

Door Apemanagement, Eijsden en Praktikon (zd) is een ‘Signaalkaart pesten: de 6 pest-alerts’ ontwikkeld (zie bijlage 3).

**Vluchtgedrag:** Leerlingen die gepest worden proberen vaak sociale groepen waarin ze het risico lopen om gepest te worden te vermijden.

Voorbeelden zijn: alleen zitten in de kantine, langdurig toiletbezoek of in de gang blijven hangen, vrijwillig extra taken doen als de school uit is of tijdens de pauze.



**Rolvastheid:** Bij pesten heeft iedereen zijn vaste rol, dit in tegenstelling tot plagen. Als iets een plagerijtje lijkt, kijk dan eens of het altijd dezelfde is die plaagt en altijd dezelfde die moet incasseren. Bij pesten zien we ook altijd meelopers en omstanders. De pester staat meestal niet alleen, de gepeste wel. Wees je ervan bewust dat pesten niet altijd uit grote gedragingen bestaat, soms is het een stemmetje imiteren of iemand nadoen, maar altijd in dezelfde rollen.

**Geen schuldgevoel of verzoening:** Leerlingen maken ruzie en vechten, dit hoort erbij, maar vaak hebben leerlingen na afloop een schuldgevoel of zoeken ze naar een manier om te verzoenen. Elkaar voor een aantal dagen ontwijken kan ook een manier van verzoening zijn. Bij pesten zien we dat de pester meestal niet wil verzoenen en ook niet begrijpt waarom. Schuldgevoel ontbreekt omdat het slachtoffer het in zijn ogen verdient. Zie je dat leerlingen conflicten hebben, maar geen toenadering zoeken dan is er misschien iets aan de hand.

**Signaalgedrag:** Leerlingen die gepest worden, vertonen soms signaalgedrag. Dit kunnen onschuldige gedragingen zijn die aangeven dat er stress is: krabben, tics, vreemd praten, opeens druk met iets bezig zijn, dromen. Ook kunnen het ernstige signalen zijn zoals vaak ziek zijn, buikklasten of zelfbeschadiging.

**Fysiek grensoverschrijdend gedrag:** Pesten is soms letterlijk fysiek grensoverschrijdend en als iemand te dicht in de buurt komt kan dat bedreigend zijn. Pesters gaan deze grens vaak subtiel over door het slachtoffer even te duwen in het langslopen terwijl ze boeken uitdelen, de weg te blokkeren, onder de tafel met de voeten tegen de stoel te duwen en soms door heel dicht op de ander te staan. Fysiek grensoverschrijdend kan ook op afstand door de ander aan te staren terwijl het slachtoffer alles doet om de blik te ontwijken.



**Herhaald plagen is pesten:** Vaak wordt negatief gedrag afgedaan als een plagerijtje. Als het een herhaling is dan gaat het duidelijk om pesten. Een plagerijtje is leuk als het eenmalig is. Herhaling kan ook voorkomen omdat niet één leerling een geintje uithaalt, maar meerdere leerlingen hetzelfde geintje uithalen met hetzelfde slachtoffer.

**Heb je een geintje vaker gehoord: stop het!**

Voor het observeren van een klas en/of (groepjes) leerlingen is het wederom heel zinvol om een student van de lerarenopleiding in te schakelen.



## 5 Registratie

*Registratie van (facetten van) pestgedrag is belangrijk voor het verdere verloop van de situatie.*

*Een ruimte binnen het registratiesysteem waarin alle mogelijkheden aanwezig zijn om te zorgen voor een correcte registratie is gewenst.*

In elke situatie waarin pestgedrag geconstateerd wordt dient de klassenmentor er zorg voor te dragen dat hij of zij op de hoogte is van hetgeen dat er speelt. Een van de taken van de mentor is het registreren van het pestgedrag. Het noteren van het gedrag kan plaatsvinden in het registratiesysteem van de school, waardoor het toegankelijk wordt voor alle relevante partijen (leerlingcoördinator, anti-pestcoördinator, teamleider etc).

In de omgeving van het registratiesysteem dient ruimte te zijn voor de beschrijving van de onderstaande onderdelen:

- Een omschrijving van het gedrag van zowel de pester als de gepeste.
- Een omschrijving van de betrokken partijen.
- Een omschrijving van de ondernomen acties.
- Een omschrijving van de gemaakte afspraken.
- Is de situatie actief of afgerond?

Om de privacy te waarborgen hebben niet alle medewerkers van de school toegang tot deze informatie. Slechts partijen die relevant geacht zijn voor het goed laten verlopen van de procedure worden op de hoogte gebracht. Een mogelijkheid om pestgedrag te registreren is via het programma Magister. Op het Fioretti College is recent een manier geïmplementeerd waarin mentoren de mogelijkheid hebben om pestgedrag te registreren. De anti-pestcoördinator fungeert als supervisor van deze registraties en is op beleidsmatig niveau actief om het anti-pestbeleid te verbeteren. Op basis van de informatie binnen de registraties heeft elke school de mogelijkheid om het beleid aan te passen op de behoeften van de school. Informatie over de registratiemogelijkheid in het systeem is verkrijgbaar bij de anti-pestcoördinator van het Fioretti College, Joris Arts.



## 6 Rol van de mentor

*De klassenmentor wordt gezien als het directe aanspreekpunt bij het constateren of verdenken van pestgedrag. Hij of zij kan aangesproken worden door leerlingen, maar ook door collega's en ouders die iets opvallends constateren.*

*De mentor speelt een grote rol in de preventie van pestgedrag. Mocht het, ondanks deze inspanningen toch voorkomen dat er pestgedrag geconstateerd wordt is het belangrijk dat de mentor passend om weet te gaan met de situatie. Passend is moeilijk te definiëren (elke situatie vraagt immers om een andere aanpak).*

De partijen waar de mentor nauw contact mee heeft is afhankelijk van de specifieke situatie en laat zich niet indekken door een eenduidig antwoord. Zo kan hij te maken krijgen met het slachtoffer, pester, ouder, maar ook met de gehele klas of andere instanties.

In dit hoofdstuk wordt ingegaan op de rol van de mentor in het pestgedrag. Er wordt ingegaan op de rol van de mentor wat betreft preventie van pestgedrag, op interventie bij structureel pestgedrag en op de handvatten voor de mentor wanneer sprake is van een pestincident.

### 6.1 Rol van de mentor preventief

Voor een leerling is de eerste periode (eerste- of eerste twee leerjaren) van de middelbare school vaak lastig. Groepen worden gevormd en ontwikkelen zich (zie de ontwikkelingsfasen van een groep §2.5), waarbij individuen het soms lastig kunnen hebben. Denk hierbij aan leerlingen die buiten de groep vallen, gedrag vertonen welke niet bij de groep 'hoort' en aan situaties waarbij grensoverschrijdend gedrag (ten opzichte van de andere leerlingen) wordt vertoond.

In het begin van de eerste twee leerjaren is het cruciaal om aandacht te besteden in de studielessen aan de algemene regels en omgangsregels in de school. Maar ook in de hogere leerjaren dient er regelmatig aandacht aan besteed te worden. In de groepsonwikkeling theorie gaat men er

vanuit dat normen worden ontwikkeld in de groep. Deze normingsfase ingezet vanuit de formingsfase leidt ertoe dat er voorwaarden worden geschapen voor het gedrag in de groep. Deze normen worden beïnvloed door een leidinggevend persoon, in dit geval de mentor. Hij of zij dient zorg te dragen voor het ontwikkelen van positieve normen en waarden. Er wordt in een vroeg stadium bewust ingezet op de omgang met elkaar en de groepsverantwoordelijkheid. Hij of zij dient expliciet aandacht te besteden aan het voorkomen van pestgedrag. Ook wordt het pestprotocol besproken zodat de leerlingen weten wat de stappen zijn wanneer er toch gepest wordt. Hierbij wordt nadrukkelijk aandacht besteed aan digitaal pesten. Om dit succesvol te laten verlopen is het aan te bevelen dat deze werkwijze bewaakt wordt door de hiervoor aangewezen persoon in de organisatie.

Een voorbeeld hiervan is het concreet toevoegen van informatie wat betreft de omgangsnormen (impliciet- en expliciet wat betreft pestgedrag) in bijvoorbeeld de introductiemap van nieuwe leerlingen op school. Zodoende komen de nieuwe leerlingen de informatie wat betreft pesten sowieso tegen.

De mentor moet in staat zijn de regels wat betreft pesten duidelijk aan de leerlingen uit te leggen. Immers, als hij of zij niet op de hoogte is van het pestprotocol, zullen de leerlingen dit uiteraard ook niet serieus nemen. Dit houdt in dat aan het begin van ieder schooljaar de anti-pestcoördinator alle docenten maar met name de mentoren informeert over het pestprotocol.

## **6.2 Reactief na de constatering**

De eerste stap bij een pestincident is het voeren van een gesprek met de betrokkenen. De ernst van de situatie bepaald hoe dit gesprek gevoerd moet worden. In de meeste gevallen is het belangrijk andere partijen op de hoogte te stellen. Deze partijen kunnen andere leerlingen zijn, ouders, collega's, zorgteam of de anti-pestcoördinator. De ernst van de situatie wat de methode is voor het te voeren gesprek.

## 6.3 Inhoud van het gesprek, wat moet besproken worden en met wie?

In deze paragraaf staan twee handreikingen voor gesprekken met leerlingen die betrokken zijn bij pesten. Voer het gesprek altijd in een voor de leerling veilige omgeving, dus niet op de gang of tijdens een leswissel. Zoek een rustig moment en zoek een rustige plek op. Voorkeur gaat uit naar een plek waarbij er een veilig gevoel is, maar zorg ook voor privacy. Voor sommige leerlingen is het fijn als ze bijvoorbeeld door een raam kunnen kijken. Dit geeft hen een minder opgesloten en gedwongen gevoel.

## 6.4 Tips voor een gesprek met een gepeste leerling

Belangrijk tijdens het gesprek is om de feiten duidelijk te krijgen. Onderstaande punten zou je als mentor moeten kunnen beantwoorden na het gesprek, zonder ze in het gesprek letterlijk te stellen.

- Klopt het dat je gepest wordt? (=h)erkenning van het probleem)
- Door wie word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer?)
- Waar word je gepest? (doorvragen: zijn er nog meer plekken?)
- Hoe vaak word je gepest?
- Hoe lang speelt het pesten al?
- Weten je ouders of andere personen dat je gepest wordt?
- Wat heb je zelf tot nu toe aan het pesten proberen te doen?
- Zijn er leerlingen die jou wel eens proberen te helpen?

### **Aanpak:**

Bespreek samen met de gepeste leerling wat hij/zij kan doen tegen het pesten en bekijk waar de leerling (zo nodig) aan wil of kan werken om de situatie te verbeteren. Let daarbij op de volgende aspecten:

- Hoe communiceert de leerling met anderen? Let ook op lichaamstaal.
- Hoe gaat de leerling om met zijn gevoelens en hoe maakt hij deze kenbaar aan anderen?
- Heeft de leerling genoeg vaardigheden om weerbaarder gedrag te tonen tegenover de pester?

Gepeste jongeren lopen vaak rond met het gevoel dat er iets mis is met ze. Daardoor hebben ze moeite om voor zichzelf op te komen. Ergens is er iets in zichzelf dat de pester gelijk geeft, vaak denken dat ze zelf schuldig zijn aan het feit dat ze gepest worden. Besteed hier aandacht aan want niemand mag een ander klein maken..

## **6.5 Handreiking voor een gesprek met een leerling die pest**

Het doel van dit gesprek is drieledig:

- 1 De leerling confronteren met zijn gedrag en de pijnlijke gevolgen hiervan;
- 2 Achterliggende oorzaken boven tafel proberen te krijgen;
- 3 Het schetsen van de stappen die volgen wanneer het pestgedrag niet stopt.

### **Confronteren:**

- Wees objectief en probleemgericht: beschrijf de feiten, check deze (kloppen ze) en vermijd interpretaties ('Je hebt cola in de tas van Piet laten lopen. Dat doe je zeker omdat je graag de lolligste bent!'); confronteren is niet hetzelfde als kritiek leveren.
- Wees relatiegericht: je drukt de pester met zijn neus op de feiten, maar maak hem níet met de grond gelijk! Je bent heel duidelijk op de inhoud, in wat je wilt en niet wilt maar met behoud van de relatie. Bijvoorbeeld: 'Ik vind dat je heel erg gemeen doet tegen haar en ik wil dat je



daarmee ophoudt.' Zeg nooit: 'Je bent heel gemeen.'

- Wees specifiek: benoem de situatie waar het over gaat en vermijdt woorden als altijd, vaak en meestal. Kritiek dreigt daardoor te algemeen te worden.
- Wees veranderingsgericht: je stelt zaken vast en gaat vervolgens inventariseren hoe het anders kan.

Een volgende stap in het gesprek is het achterhalen van achterliggende oorzaken.

- Nadat het probleem benoemd is, richt je je op het 'waarom'. Hoe komt het dat je dit gedrag nodig hebt? Wat levert het jou op? Wat reageer je af op die ander?
- Maak duidelijk dat er een tekort aan inlevend vermogen zichtbaar wordt in dit gedrag. Wat ga je daaraan doen?
- Bied zo nodig hulp aan van een deskundige (op vrijwillige basis). Een notoire pester die geen hulp krijgt, heeft vaak ook in het latere leven problemen met sociaal gedrag.

De laatste stap (in het gesprek) is het afsluiten van het gesprek met de leerling, waarbij duidelijk stil moet worden gestaan bij vervolgstappen.

- Wees duidelijk over de stappen die volgen, wanneer het pestgedrag niet stopt.
- Moeten of mogen de ouders van deze leerling geïnformeerd worden? Wat is de voorkeur van de leerling?

Het laatste onderdeel is registratie van het gesprek.

- Er dient een verslag gemaakt te worden dat opgenomen wordt in het afgesproken registratiesysteem van de school.
- Welke partijen dienen aanwezig te zijn tijdens een vervolgesprek?

Afhangende van de specifieke situatie; mentor, betrokken leerlingen, ouders, leerling coördinator, APC, zorgcoördinator, teamleider.

## **6.6 Andere methodes voor gespreksvoering: No Blame approach**

De No Blame-aanpak is een methode tegen pesten waarbij niemand gestraft wordt, maar waarbij een beroep gedaan wordt op de positieve kracht van de groep om het zelf op te lossen (Bakker & Mijland, 2009, pp 171-173). Uit een tweejarig onderzoek is gebleken dat in 80% procent van de gevallen deze aanpak direct effectief bleek en in 14% duurde het wat langer voordat er een positief effect optrad in 6% van de gevallen was er geen positief effect (Rooijen-Mutsaers, Udo, Wienke & Daamen, 2015).

Deze methode kent het volgende stappenplan:

- Voer een gesprek met de gepeste leerling.
- Voer gesprekken met pester(s), meelopers en enkele leerlingen met een positieve groepsinvloed.
- Leg het probleem uit en kweek empathie.
- Deel de verantwoordelijkheid.
- Vraag naar ideeën van elk groepslid.
- Laat het aan de groep over.
- Voer na een of twee weken een gesprek met ieder afzonderlijk.

De No Blame methode is een stappenplan om effectief en oplossingsgericht tegen pesten op te treden. De stappen lijken op zich simpel; in eerste instantie neem je het kind dat gepest wordt apart en bespreekt de problemen. Vervolgens wordt een groepje kinderen geformeerd die een steungroep vormen en gaan helpen en tenslotte kijk je na een week of twee wat er veranderd is.

Om de stappen effectief toe te passen, vergt van de leerkracht echter een aparte communicatieve vaardigheid en een speciale houding ten opzichte van de leerlingen. Omdat het bij deze aanpak belangrijk is geen deel van het probleem te worden en omdat je een beroep doet op de leerlingen om het probleem op te lossen, is juist die vaardigheid essentieel voor het slagen van deze aanpak. Voor het uitvoeren van deze zeer effectief gebleken methode worden speciale trainingen gegeven.. Een uitgebreide beschrijving de No-Blame aanpak bevindt zich in de bijlage.



## 7 Aanbevelingen

Als concrete aanbevelingen achten we onderstaande punten belangrijk.

- 1 Om **structureel aandacht te besteden aan het klassenklimaat** om zodoende pesten te verminderen is het raadzaam om periodiek een sociogram af te nemen.

Studenten worden specifiek benoemd om deze sociogrammen af te nemen, om deze vervolgens te bespreken met de klassenmentor.

Naarmate de student verder in de opleiding is, zal deze beter in staat zijn om een sociogram te interpreteren en eventueel acties te ondernemen.

Met behulp van het programma sometics is het mogelijk om met een minimale tijdsinspanning een duidelijk beeld te krijgen van de sociale verhoudingen in een klas.

- 2 Het **registreren van pestgedrag** brengt niet enkel de gepeste leerlingen in kaart, het geeft een school ook inzicht in hoe en hoeveel er gepest wordt.

Scholen hebben op deze manier de mogelijkheid om te bepalen wat er nodig is om pestgedrag te verminderen.

- 3 Om de **mentor** zo goed mogelijk te ondersteunen is het van belang dat er een structureel aandacht is voor het sociaal veiligheidsklimaat binnen een klas. Deze aandacht vindt naast de dagelijkse overlegmomenten altijd plaats tijdens de leerlingbespreking en oudergesprekken.

Daarnaast wordt een constructieve samenwerking tussen mentor, lesgevende docenten, ouders en eventueel de anti-pestcoördinator belangrijk gevonden.

Dit biedt mentoren de mogelijkheid om snel de juiste hulp te kunnen bieden.

- 4 Een **schoolbrede aanpak** tegen pestgedrag wordt meerdere keren benoemd als essentieel. De directie dient een heldere visie uit te dragen ten aanzien van het sociaal veiligheidsklimaat en dit actief te ondersteunen, maar ook te faciliteren.

We achten voor een brede implementatie de volgende aspecten van belang:

- beschikbare tijd;
- scholing / voorlichting (voorzien van informatie);
- structurele ruimte voor het groepsklimaat binnen een leerlingbespreking;
- inzet / input van studenten (beschikbaar voor observaties, gesprekken en afnemen van het sociogram);
- structurele aandacht voor het van een veilig leeromgeving om pesten tegen te gaan;
- focus op dit onderwerp tijdens de studie en aandacht voor dit onderwerp tijdens de inductiefase.

# Bibliografie

Alkema, E. (2011). *Meer dan onderwijs*. Assen: Koninklijke van Gorcum.

Bakker, M., Mijland, I. (2009). *Handboek voor elke mentor*. Esch: Quirijn.

Centraal Bureau voor de Statistiek. (2015). *Een op de zes meisjes wordt online gepest*.

Geraadpleegd op 16 januari 2017, van <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2015/51/een-op-de-zes-meisjes-wordt-online-gepest>

Einden, H. van den, Pecht, R. (2008). *De groene spelen voor jong en oud*. Z.P.: SU De ronde tafel.

Geerts, W., Kralingen, R., van. (2011). *Handboek voor leraren*. Bussum: Coutinho.

Hattum, M. J.C. van. (1997). *Pesten: Een onderzoek naar beleving, visie en handelen van leraren en leerlingen*. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam.

Kerpel, A. (2014). *Sociogram: inzicht in sociale relaties en tips voor de leerkracht*. Opgehaald van Wij-leren.nl (<http://wij-leren.nl/sociogram-tips.php>)

Krowatschek, D. (2008). *Pesten op school*. Katwijk: Panta Rhei

Luitjes, M., & Zeeuw-Jans, I. (2011). *Ontwikkeling in de groep: Groepsdynamica bij kinderen en jongeren*. Bussum:Coutinho

Mooij, T. (1992). *Pesten in het onderwijs*. Nijmegen: Instituut voor toegepaste sociale wetenschappen.

Nederlands Centrum Jeugdgezondheid. (z.d). *Richtlijn: JGZ- richtlijn Pesten*. Geraadpleegd op 27 januari 2016 van <https://www.ncj.nl/richtlijnen/jgzrichtlijnenwebsite/details-richtlijn/?richtlijn=1&rlpag=415>

Onderwijs in Cijfers. (z.d). *Pesten op school*. Geraadpleegd op 16 januari 2016, van [https://www.onderwijsincijfers.nl/kengetallen/sectoroverstijgend/deelnemers/pesten-op-school?utm\\_source=persbericht&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=Ministerie+van+Onderwijs%2c+Cultuur+en+Wetenschap](https://www.onderwijsincijfers.nl/kengetallen/sectoroverstijgend/deelnemers/pesten-op-school?utm_source=persbericht&utm_medium=email&utm_campaign=Ministerie+van+Onderwijs%2c+Cultuur+en+Wetenschap)

Ongering, B. [meesterbart]. (2015, 8 september). *'Ik blijf het zeggen, de beste anti-pestmethode is de oplettende docent die direct actie onderneemt bij het kleinste plagerijtje'* [Tweet].

Geraadpleegd op 8 september 2015, van <https://twitter.com/meesterbart>

Rijksoverheid. (zd). *Veiligheid op school*. Geraadpleegd op 17 januari 2017, van <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/veilig-leren-en-werken-in-het-onderwijs/inhoud/veiligheid-op-school>

Rooijen-Mutsaers, K.van, Udo, N., Wienke,D., & Daamen,W. (2015). *Wat werkt tegen pesten?*  
Geraadpleegd op 18 januari 2017, van [http://www.nji.nl/nl/Download-Nji/Wat-werkt-publicatie/Watwerkt\\_Pesten.pdf](http://www.nji.nl/nl/Download-Nji/Wat-werkt-publicatie/Watwerkt_Pesten.pdf)

Steur, G, van der. (2015). *Wet van 4 juni 2015 tot wijziging van enige onderwijswetten in verband met het invoeren van de verplichting voor scholen zorg te dragen voor de veiligheid op school*.

Geraadpleegd op 24 juni 2015, van <https://zoek.officielebekendmakingen.nl/stb-2015-238.html>

Teitler, P. (2009). *Lessen in orde*. Bussum: Coutinho.



Veen, P., & Mutsaers, S. (2012). *Pestkop openkop. Wat open ons leren over pesten op het schoolplein*. Eijsden: VVI Uitgeverij.

Vonk, R. (2013). *sociale psychologie* (3<sup>e</sup> druk, pp. 636 - 644). Groningen: Noordhoff Uitgevers.

Wienke, D., Anthonijsz, I., Abrahamse, S., Daamen, W., Nieuwboer, A. (2014). *Beoordeling anti-pestprogramma's: Rapportage van de commissie voor het Ministerie Onderwijs, cultuur en wetenschap (OC&W)*. Utrecht: Nederlands jeugdinstituut.

Wurf, G. (2012). *High school bullying interventions: An evaluation of curriculum approaches and the method of shared concern in four Hong Kong international schools*. Australian Journal of Guidance and Counseling, 22, 139-149.

Apemanagement, Eijsden & Praktikon. (zd). *Signaalkaart pesten: de zes pestalerts!*

Gedownload op 17 februari 2017, van [http://www.apemanagement.nl/PDFfiles/Signaalkaart\\_Pesten\\_VO\\_lr.pdf](http://www.apemanagement.nl/PDFfiles/Signaalkaart_Pesten_VO_lr.pdf)



# Bijlage 1: Het Sociogram afnemen en beschrijving van de rollen in de groep

*Het sociogram is een krachtig instrument om de groepsdynamische processen en groepsrollen in kaart te brengen.*

## Relevantie / kader

Om goed te kunnen leren en functioneren in een klas is het belangrijk dat leerlingen zich veilig voelen. Een onveilig klassenklimaat is de voedingsbodem voor pestgedrag. “Als leerlingen zich niet veilig voelen kunnen zij zich niet optimaal ontwikkelen. Veiligheid kan de fysieke en emotionele veiligheid betreffen. Basaal fysiek veilig betekent bijvoorbeeld dat een leerling door de school of klas kan lopen zonder dat zijn tas wordt afgepakt. Basaal emotioneel veilig betekent bijvoorbeeld dat een leerling niet gepest, geïjnd of gekleinereerd wordt vanwege een fout truitje” (Ebbens, 2005). Het is de taak van de docent om bij te dragen aan een veilig sociaal groepsklimaat voor alle leerlingen. Dit ontstaat niet vanzelf in een groep, daar moet je als docent acties voor ondernemen. De groep bestaat uit een aantal verschillende individuen, maar is samen ook een groep. Hoe ga je om met al deze verschillende leerlingen en de groep als geheel? Hoe waarborg je in je lessen en begeleiding een veilig en sociaal klassenklimaat voor iedereen?

Door het afnemen van een sociogram gecombineerd met observatie kun je het welbevinden van individuele leerlingen en het groepsklimaat analyseren en beschrijven. Met behulp van de gegevens verkregen door observatie en het sociogram krijg je zicht op het functioneren van een groep en waar je op moet inspelen om het groepsklimaat te verbeteren.

## Stappenplan:

- 1 Log in op: <http://www.sometics.com/nl/sociogram>
- 2 Neem het sociogram af. Zorg ervoor dat de leerlingen in volledige privacy de vragen kunnen beantwoorden.
- 3 Bestudeer de uitkomsten.
- 4 Doe naar aanleiding van de uitkomsten gerichte observatie. Een leerling die buiten de groep valt hoeft niet gepest te worden. Een leerling waarvan jij dacht dat deze goed in de groep ligt wordt vaak negatief gekozen. Is dit een pester?
- 5 Bepaal de rollen in de groep.
- 6 Bespreek de uitkomsten van het sociogram en de observaties tijdens de leerlingbespreking. Indien de uitkomsten zorgelijk zijn dan moeten ze eerder besproken worden.
- 7 Maak een plan van aanpak om het groepsklimaat te verbeteren en de sociale cohesie te vergroten.

De positieve groep kent de volgende zeven rollen  
(Gielis, Konig, & Lap, 1996; Bakker & Mijland, 2009).

### Leidinggevenden

- **Gezagsdrager**

Dit is vaak niet de meest opvallende persoon in een groep, niet degene met de grootste mond of haantje de voorste. Een gezagsdrager vormt de opinie van de groep en bewaakt feitelijk het groepsdoel. Wat de gezagsdrager zegt of aangeeft wordt direct opgepakt door de rest van de groep.

Als een ander groepslid met een voorstel komt dat indruist tegen het groepsdoel, dan grijpt de gezagsdrager in. Hij/zij kan dingen bepalen zolang hij/zij zich houdt aan de gevestigde opvattingen binnen de groep.

- **Sociaal werker**

De Sociaal werker heeft gezag in de groep, al is het niet het hoogste gezag. De grote invloed wordt vooral gebruikt om de sfeer in de groep te bewaken en positief te houden. Kenmerkend is het aanbieden van compromissen op het moment dat er een impasse ontstaat binnen de groep.

- **Organisator**

Een organisator geeft in een groep feitelijk direct leiding aan andere groepsleden op een niet beklemmende manier. Als geen ander weet hij/zij alles te regelen, verdeelt taken en bewaakt of ze worden gedaan. Hij/zij zorgt ervoor dat de hiërarchie binnen de groep in stand wordt gehouden. Zolang hij/zij een bijdrage levert aan wat de groep, via de gezagsdrager, wil, wordt de organisator door de groep aanvaard.

## **Overige groepsleden**

- **Verkenner**

Deze zijn niet leidinggevend, maar nemen vaak initiatieven op het moment dat duidelijk is wat de bedoeling is. De verkenner zijn directe concurrenten van de organisatoren. Als deze fouten maken of wegvallen, neemt een verkenner deze positie vaak over.

- **Volger**

Deze zijn groepsleden die binnen de groep trouw doen wat er van hen gevraagd wordt. De macht van de organisator is afhankelijk van de loyaliteit van de volgers. De organisator zal hen dan ook koesteren en welwillend tegenover hen staan.

- **Appellant**

De appellant is feitelijk de laagste in de hiërarchie van de groep. Hij/zij appelleert aan gevoelens van zorgzaamheid en mededogen, van verantwoordelijkheid voor de groep. Deze rol doet een groot beroep op de groepsverantwoordelijkheid en versterkt de onderlinge relaties.

- **Joker**

Deze rol zorgt voor een grote mate van relativering in de groep. De joker doorbreekt de regels van de groep en de groepshiërarchie. Hoewel het lijkt alsof hij/zij niet serieus wordt genomen door de groep, is zijn/haar rol essentieel. De joker voorkomt dat zaken binnen de groep 'te

serieus' worden en uit de hand lopen. Het leerling dat aan het begin van het schooljaar een grap maakt, krijgt vaak voor het hele jaar deze rol toebedeeld.

De negatieve groep kent 4 rollen (Gielis, Konig, & Lap, 1996; Bakker & Mijland, 2009).

Binnen de negatieve groep ontbreken een paar rollen die bij een positieve groep wel naar voren komen. De gezagsdrager (die evenwicht en harmonie brengt) ontbreekt; als deze er wel zou zijn, zou er geen strijd zijn om het groepsdoel te bereiken. Door het ontbreken van harmonie en respect voor elkaar kan ook de sociaal werker zijn rol niet vervullen.

Relativering van spanningen d.m.v. humor passen niet in het patroon van de negatieve groep, hierdoor ontbreekt ook de rol van de joker.

- **Dictator**

De dictator geniet geen natuurlijk gezag, hij/zij zal door middel van negatieve doelen de groep bijeen houden en zo toch saamhorigheid creëren. De dictator moet op zijn hoede zijn: er zijn altijd aanvallen (van intriganten) op zijn positie.

- **Intrigant**

Deze vallen continu de positie van de dictator aan en proberen (door roddelen, omkopen enz) onder de meelopers voldoende aanhang te verwerven om een leidinggevende positie te verwerven.

- **Meeloper**

Deze voelen zich veilig, zolang zij de dictator of de intrigant ondersteunen zullen zij niet het slachtoffer worden (= zondebok)

- **Zondebok**

De zondebok wordt continu gepest. Zolang de meelopers hieraan mee doen, worden ze zelf niet gepest.

## Literatuur.

Bakker, M., Mijland, I. (2009). *Handboek voor positieve groepsvorming*. Esch: Quirijn.

Ebbens, S., Ettekoven, S. (2009). *Samenwerkend leren* (2<sup>e</sup> druk). Groningen/Houten: Wolters Noordhoff.

Gielis, P., Konig, A. & Lap, J. (1996). *Begeleiden van de groep*. Houten: EPN.

# Bijlage 2: Toelichting op het digitale gebruik van het programma Somatics

## Het afnemen van een sociogram

Als leergemeenschap hebben we gebruik gemaakt van het programma Somatics (<http://www.somatics.nl>). Het gebruik van Somatics behelst enkele stappen, die in deze paragraaf chronologisch worden weergegeven.

### Stap 1:

Aanvragen- en instellen van het account. Pas op: het aanvragen van een account van Somatics kost een klein bedrag per klas. Er kan ook gekozen voor een gratis alternatief, maar deze geeft duidelijk minder informatie dan de betaalde variant.

### Stap 2:

Het invoeren van leerlingen in het systeem. Om het sociogram op te stellen dienen leerlingen een login te krijgen. Hierdoor moet er voor hen individueel mini-accounts worden gemaakt. Dit gaat het snelst via een Export vanuit de ELO (bijv. Magister). Zodoende kloppen de namen binnen het sociogram en ontstaat er ook geen verwarring wat betreft het aantal leerlingen in een klas. Zie het figuur voor het format om deze te importeren.

Stamnr	Roepnaam	Tussenv	Achternaam	M/V
414543	Jack	van den	Harisson	M
414060	Jacob		Campbell	M
414170	Olivia		Johnsen	V
414407	Violet		Roberts	V





rijkste vraag voor de leerling is het aantal medeleerlingen dat gekozen kan worden bij de specifieke vragen. Het aantal leerlingen dat ingevuld moet worden is cruciaal: bij een verweven klas (met veel sociale relaties) is het nuttiger om voor een groot aantal medeleerlingen te kiezen. Indien gekozen wordt voor een groot aantal medeleerlingen bij een klas met minder sociale relaties kan het zo zijn dat sommige leerlingen de aard van de relatie van de relatie overschatten (“Ik heb hem of haar één keer gesproken, dus ik ken hem of haar”).

Na het instellingen verschijnt er een vijfletterige logincode. De leerlingen kunnen nu op eigen gelegenheid navigeren naar ‘<https://www.sometics.com/nl/test>’, de betreffende groepscode invullen en de test maken.

Zodra alle leerlingen de vragenlijst hebben ingevuld, ontvangt de mentor of docent een bericht via e-mail.

Belangrijk bij de afname is dat sprake is van veiligheid. Wij raden steeds een computer vrij te houden bij de afname. Dit geeft de leerlingen een veiliger gevoel en dit zal dan ook leiden tot betrouwbaardere resultaten. Het is immers niet de bedoeling om sociaal wenselijke antwoorden te krijgen of dat iemand bang is om iets in te vullen.

#### **Stap 4:**

Het analyseren van het sociogram. Zodra er bevestiging is van invullen verschijnt de optie om de resultaten te analyseren. Twee opties verschijnen: sociaal en werkgerelateerd. Sociaal geeft aan welke leerlingen in sociaal opzicht met elkaar kunnen opschieten (of niet). Het betreft hier activiteiten in de vrije tijd. Werkgerelateerd is meer taakgericht: met wie kunnen of willen zij samenwerken (of niet).

De eerste informatie die verschijnt is een overzicht van welke leerlingen positief of negatief ten opzichte van elkaar staan. Het aantal medeleerlingen dat leerlingen moeten opgeven is hier belangrijk: immers, als de leerlingen de mogelijkheid hebben veel medeleerlingen aan te geven, krijg je een groot (en mogelijk onoverzichtelijk) overzicht. Automatisch verschijnen ook de populaire leerlingen (degene die vaak gekozen worden) en de impopulaire (de ‘verstotenen’).

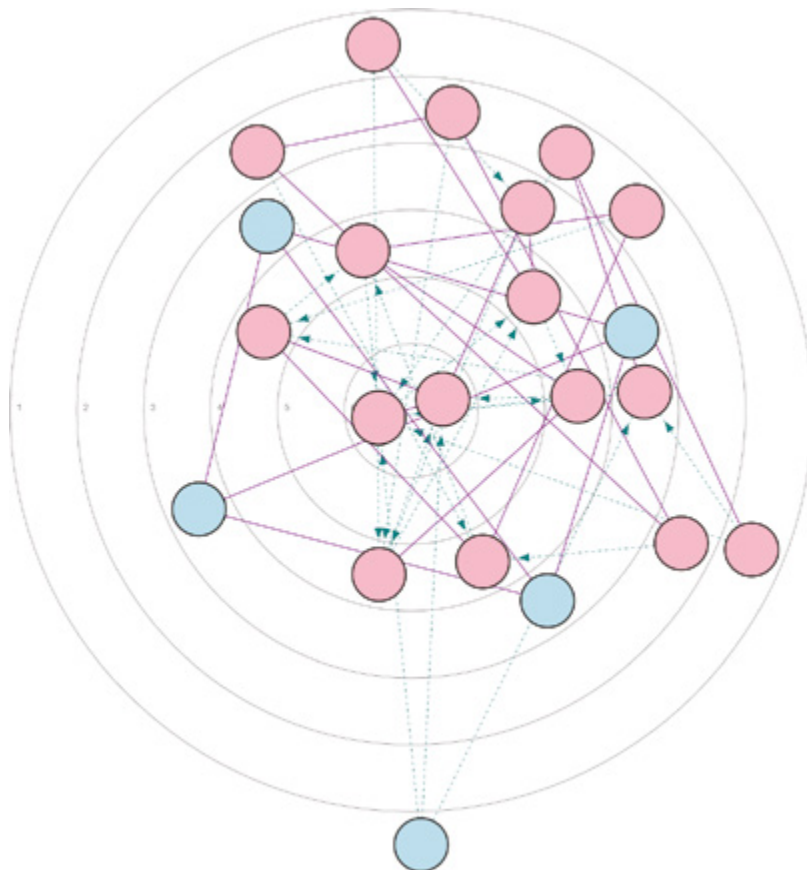
Onderaan zijn opties om een matrix-, staafdiagram- of een interactieve cirkel op te stellen (voor een nog duidelijker overzicht).

Onderstaande figuur is een voorbeeld van de matrixweergave uit Somatics. Vanuit de figuur valt te herleiden welke leerlingen elkaar positief- dan wel negatief hebben beoordeeld. Dit valt te zien aan de blauwe- en rode vlakken. Indien leerlingen een groter aantal medeleerlingen kunnen uitkiezen worden meer vakken gekleurd en dit kan wellicht leiden tot onduidelijkheden.

Een duidelijkere weergave van het sociogram is de 'interactieve ring'-weergave. Deze kan zowel positief- als negatief kunnen weergegeven. In deze ring bevinden de leerlingen die vaak uitgekozen worden (positief- maar dus ook negatief) in het centrum.

Leerlingen die niet vaak uitgekozen worden bevinden zich in de buitenste ringen. Een leerling die niet gekozen wordt, valt buiten de cirkel. Zie de figuur voor een dergelijke weergave.

De verschillende leerlingen (weergegeven als cirkels) kunnen opnieuw geplaatst worden in hun betreffende cirkel. Dit heeft als voordeel dat men groepen kan herkennen, maar ook de positie van de verschillende leden in de groepen.

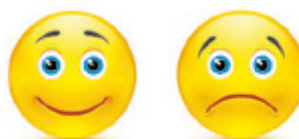


## Bijlage 3: Signaalkaart pesten

### Signaalkaart pesten: de 6 pest-alerts!



1 Let op signaalgedragingen



2 Kijk naar rol-vastheid



3 Smartphone wordt vriend of vijand



4 Er is geen schuldgevoel of verzoening



5 Het is fysiek grensoverschrijdend



6 Herhaald plagen is pesten

#### Tip

**1 Weg met vooroordelen**

Alle leerlingen kunnen slachtoffer zijn van pesten, dus weg met vooroordelen dat alleen de kneusjes gepest worden. Ook de jongen die goed kan sporten of het meisje dat populair is, kan slachtoffer zijn van pesten. Het standaardprofiel van een slachtoffer of dader bestaat niet!

**2 Neem signalen serieus**

Als leerlingen aangeven dat ze gepest worden of wanneer ouders hiervan melding maken in school, neem deze signalen dan serieus. Ook al heb je het pesten niet kunnen waarnemen, het betekent niet dat er **niet** gepest wordt. Het is voor leerlingen vaak lastig om toe te geven dat ze gepest worden, dus elk signaal moet serieus genomen worden. Bovendien kan pesten zo subtiel zijn dat slechts weinig leerlingen het waarnemen, waardoor kan het lijken dat het niet voorkomt.

**3 Doe onderzoekjes en testjes**

Leerlingen weten vaak goed wie door wie gepest wordt in de klas. Je kunt kleine onderzoekjes en testjes doen om er achter te komen wat leerlingen weten. Natuurlijk kan het beeld dat leerlingen hebben vertekend zijn, maar het kan goede aanwijzingen bevatten.

Pestgedrag is vaak moeilijk te herkennen. Deze 6 'alerts' kunnen helpen om alert te zijn op pestgedrag. Het betekent overigens niet dat er niet gepest wordt als er op alle alerts negatief wordt geantwoord. Maar zelfs bij één positief antwoord is het tijd voor extra aandacht en misschien wel maatregelen.

Deze kaart is bedoeld om je te helpen om belangrijke signalen niet over het hoofd te zien.

Leerlingen die gepest worden, vertonen soms signaalgedrag. Dit kunnen onschuldige gedragingen zijn die aangeven dat er stress is: duwen, tics, vreemd praten, opeens druk met iets bezig zijn, dromen. Maar het kunnen ook ernstige signalen zijn zoals vaak ziek zijn, buikklachten of zelfbeschadiging. Vaak proberen leerlingen die gepest worden sociale groepen te vermijden waarin ze het risico lopen om gepest te worden. Deze vermindering noemen we vluchtgedrag. Voorbeelden zijn: alléén lunchen, langdurig toiletbezoek, in de gang blijven hangen of snel weg na schooltijd.

### 1 Let op signaalgedragingen

Bij pesten heeft iedereen zijn vaste rol, dit in tegenstelling tot plagen. Als iets een plagerijtje lijkt, kijk dan eens of het altijd dezelfde is die plaagt en altijd dezelfde die moet incasseren. Bij pesten zien we ook altijd meelopers en omstanders. De pester staat meestal niet alleen, de gepeste wel. Wees je ervan bewust dat pesten niet altijd uit grote gedragingen bestaat, soms is het een stemmetje imiteren of iemand nadoen, maar altijd in dezelfde rollen.

### 2 Kijk naar rol-vastheid

Afwijkend gedrag ten aanzien van de telefoon kan een signaal zijn. Als de leerling extreem zijn telefoon afschermend voor anderen of ontwijkend gedrag vertoont als het gaat over activiteiten op internet kan er sprake zijn van cyberbullying. Ook nonverbale signalen (stemmingswisseling) tijdens het gebruik van de telefoon kunnen een waarschuwing zijn.<sup>1)</sup>

### 3 Cyberpesten

Leerlingen maken ruzie, dit hoort erbij, maar vaak hebben leerlingen na afloop een schuldgevoel of zoeken ze naar een manier om te verzoenen. Elkaar voor een aantal dagen ontwijken kan ook een manier van verzoening zijn. Bij pesten zien we dat de pester meestal niet wil verzoenen en ook niet begrijpt waarom. Schuldgevoel ontbreekt omdat het slachtoffer het in zijn ogen verdient. Zie je dat leerlingen conflicten hebben, maar geen toenadering zoeken dan is er misschien iets aan de hand.

### 4 Er is geen schuldgevoel of verzoening

Pesten is soms letterlijk fysiek grensoverschrijdend en als iemand te dicht in de buurt komt kan dat bedreigend zijn. Pesters gaan deze grens vaak subtiel over door het slachtoffer even te duwen in het langlopen terwijl ze boeken uitdelen, de weg te blokkeren, onder de tafel met de voeten tegen de stoel te duwen en soms door heel dicht op de ander te staan. Fysiek grensoverschrijdend kan ook op afstand door de ander aan te staren terwijl het slachtoffer alles doet om de blik te ontwijken.

### 5 Het is fysiek grensoverschrijdend

Vaak wordt negatief gedrag afgedaan als een plagerijtje. Als het een herhaling is dan gaat het duidelijk om pesten. Een plagerijtje is leuk als het eenmalig is. Herhaling kan ook voorkomen omdat niet één leerling een geintje uithaalt, maar meerdere leerlingen hetzelfde geintje uithalen met hetzelfde slachtoffer. Heb je een geintje vaker gehoord: stop het!

### 6 Herhaald plagen is pesten



Radboud Universiteit



Voor onze contactgegevens zie: [www.pestkopapenkop.nl](http://www.pestkopapenkop.nl)

Disclaimer: Deze kaart is slechts een hulpmiddel voor scholen en leerkrachten. De makers kunnen niet garanderen dat elke vorm van pesten hierdoor herkend of voorkomen wordt. De intentie is de professionaliteit van de leerkracht te ondersteunen en daarom kunnen de makers niet aansprakelijk gesteld worden voor de gevolgen van het gebruik van deze kaart.

Copyright Apemanagement® Eijsden en Praktikon, Nijmegen.

Deze kaart mag zonder toestemming gekopieerd en vermenigvuldigd worden mits met bronvermelding. De teksten en plaatjes mogen niet door derden voor commerciële doeleinden gebruikt worden.

<sup>1)</sup> Input voor Cyberbullying ontleent aan [www.cyberbullying.org](http://www.cyberbullying.org).

## **Bijlage 4: De No-Blame Methode**

### **LEIDRAAD No Blame aanpak: een interventie methode om pesten te stoppen**

*De No Blame aanpak werd in de jaren 80 in Engeland door George Robinson en Barbara Maines ontwikkeld. De methode werd vervolgens in Zwitserland en Australië bekend. In Duitsland is de No Blame approach sinds 2002 bekend. De bond voor sociale verdediging in samenwerking met “actie mens “ zijn bezig de No Blame aanpak in heel Duitsland op scholen bekend te maken en toe te passen.*

Inmiddels is de No Blame approach in België, Zwitserland, Nederland en beginnend in Oostenrijk en Luxemburg met succes toegepast.

De No Blame approach is een oplossingsgerichte methode en staat in de traditie van de systeemtheorie en korte termijn therapie van Steve de Shazer. De oplossingsgerichte methode gaat in tegenstelling tot de probleem georiënteerde methode ervan uit dat er geen uitgebreide probleem-analyse noodzakelijk is om een probleem op te kunnen lossen. De No Blame methode is dan ook gericht op de mogelijke oplossing van het probleem – het slachtoffer te helpen en het pesten te stoppen. Hoe het probleem eruit ziet, hoe het is ontstaan en wie de dader is, is bij deze methode niet van cruciaal belang.

Het is de fascinatie van deze methode dat, ondanks de serieuze problematiek van het pesten er niet gestraft wordt. De aanpak vertrouwt op de resources en bekwaamheden van kinderen goede oplossingen te bedenken en toe te passen.

De No Blame aanpak is een makkelijk toe te passen en waardevol instrument om het pestgedrag te laten stoppen en het slachtoffer te helpen.

De leidraad voor de 7 stappen (zie beneden) laat je zien hoe je de stappen kan toepassen en in praktijk brengen.

## Vorbereiding: Gesprek met het slachtoffer

Om jezelf voor te bereiden op een gesprek met een gepeste leerling kan het handig zijn de volgende vragen voor jezelf te stellen:

- Wat weet je over deze leerling?
- Wat is me opgevallen de laatste tijd mbt deze leerling?
- Is de leerling de laatste weken/maanden veranderd?
- Welke positieve eigenschappen heeft deze leerling?
- Wil ik de ouders inlichten of niet?

Voor de leerlingen is het fijn dat ze worden waargenomen en dat iemand geïnteresseerd is in hun situatie.

Bestaat de mogelijkheid dat de peestsituatie opnieuw gaat optreden kan je met de leerling afspreken dat hij/zij jou altijd kan benaderen.

## Gesprek met het slachtoffer

Aanpak gesprek met het slachtoffer:

- relatie opbouwen
- vertrouwen opbouwen
- rustig in gesprek komen

Enkele voorbeelden (als leerling als gevolg van pestgedrag niet op school was)

- Fijn dat je gekomen bent
- Ik ben blij dat je naar school bent gekomen voor dit gesprek
- Maak je niet ongerust - het gaat niet over je prestaties of dat je er enkele dagen niet op school was dat komt wel goed

Het is handig te beginnen met je eigen waarnemingen over wat er gebeurd is dat geeft de leerling het gevoel dat je op de hoogte bent en dat hij/zij er niet alleen voor staat.

Enkele voorbeelden

- Het is me opgevallen dat je de laatste tijd vaker ziek was
- Je bent een goede voetballer ik zie je de laatste tijd niet meer meedoen
- Het valt me op dat je de laatste tijd alleen speelt op het schoolplein en ik vraag me af of er reden is daarvoor?
- Je ouders zijn bezorgd.

## Vragen hoe het met de leerling gaat

Het is belangrijk de leerling de mogelijkheid te geven te openen. In deze fase gaat het er niet om wat allemaal precies gebeurd is binnen de peetsituatie maar eerder om contact en na te gaan hoe het met hem/haar gaat op school in het algemeen.

Enkele voorbeelden

- Ga je graag naar school?
- Voel je je hier op je gemak?
- Ik heb de indruk dat je je de laatste tijd niet op je gemak voelt op school – ik ken je anders.  
Is dat zo?

## Vraag naar de wens om verandering

Waarschijnlijk vertelt het slachtoffer dat het niet zo goed gaat, dat er moeilijkheden zijn met andere leerlingen. Dit is een goede gelegenheid te vragen of de leerling graag wil dat het weer goed komt of weer beter gaat worden op school.



- Stel dat het weer zo kan worden als vroeger wil je dat?
- Wil je graag dat jouw situatie veranderd/verbeterd?
- De situatie zoals die nu is is niet leuk. Niet voor jou maar ook niet voor de klas ik heb er alle vertrouwen in dat we dat kunnen veranderen en ik weet ook al hoe. Wil je dat?
- Ik wil je graag weer zien lachen, zie je dat voor je?
- Ik weet zeker dat ik je kan helpen, wil je dat?

## Positief en betrokken zijn

Normaal gesproken willen de slachtoffers dat de situatie beter wordt. Maar omdat het slachtoffer de laatste tijd veel heeft meegemaakt hebben sommige leerlingen er geen vertrouwen meer in dat het weer beter wordt. Daarom is het belangrijk een positieve instelling tegenover het slachtoffer te benadrukken en te laten zien dat je een weg weet uit deze situatie.

- Het is niet in orde wat er gebeurd is!
- Ik vind het belangrijk dat niemand bang naar school hoeft te gaan.
- Ik wil graag dat jij je lekker kan voelen op school. Niemand hoeft bang naar school te gaan ook jij zou niet bang hoeven te zijn.
- Jij bent niet de enige die dit overkomt. Dit is ook anderen overkomen. Het is eerder gelukt dit soort situaties te stoppen en ik weet hoe we jouw situatie kunnen veranderen.
- Ik weet zeker dat het niet erger gaat worden voor jou. Ik ben overtuigd dat jouw situatie gaat verbeteren nadat wij maatregelen hebben genomen. Wat denk je, wil je het proberen?

# Uitleg geven over de aanpak

Nadat de leerling heeft aangegeven dat hij/zij graag wil dat de situatie gaat veranderen en jij hebt aangegeven dat jij er alles aan gaat doen dat de situatie gaat veranderen, is het moment gekomen uit te leggen wat je gaat doen.

## 1 Uitleg geven over de steungroep

- Ik ga met enkele leerlingen uit je klas praten.
- Met hen ga ik overleggen hoe wij jouw situatie en die van de klas kunnen verbeteren.
- Er zijn kinderen bij de steungroep die jij leuk vindt maar er zitten ook kinderen bij die niet aardig tegen je deden.

## 2 Slachtoffer erbuiten houden

- Jij hoeft niets te doen – ik ga alles regelen.
- Jij hoeft er niet bij te zijn – ik ga het gesprek voeren.

## 3 Zekerheid geven

- Het is belangrijk voor jou te weten dat niemand gestraft wordt en niemand in de problemen komt.
- Ik ga niets doen waardoor Bas (pester) nog bozer op je gaat worden. Niemand die meedoet aan het gesprek komt in de problemen.

## Leerlingen voor de steungroep kiezen (samen met het slachtoffer)

Uit de praktijk blijkt dat het handig is met medeleerlingen te beginnen die positief bezet zijn.

- Wie vind je aardig, met wie wil je graag bevriend zijn?
- Wie uit de klas is je vriendje/vriendin?
- Wie heeft je wel eens geholpen/ wie denk je zal je helpen?

Het kan soms moeilijk zijn te vragen welke kinderen de problemen veroorzaken want dat zou als klikken kunnen worden beschouwd.

- Om je te kunnen helpen moet ik weten wie niet aardig/lelijk tegen je doet.
- Wie doet naar tegen je (hoofdacteurs)?
- Wie doet er nog mee, wie is er verder bij betrokken(meeloper, toeschouwer)?

## Vertrouwelijkheid en brief of tekening

Misschien vindt het slachtoffer het leuk om een brief te schrijven aan de groep of een tekening te maken om te laten zien of horen hoe het met hem/haar gaat of hoe hij of zij zich voelt door de pestsituatie. Jij legt uit aan de leerling dat jij de brief in de groep gaat voorlezen. Hij zij hoeft dus verder niets te doen. De rest kan hij/zij aan jou overlaten.

Misschien zijn er dingen besproken die je absoluut niet verder mag vertellen, als dat niet eerder al afgesproken is is nu het moment hierover afspraken te maken

Soms wil het slachtoffer niet dat zijn naam genoemd wordt – dat is helaas niet mogelijk. Je kan uitleggen dat je geen details over de omstandigheden hoeft te noemen maar de leerlingen moeten wel weten over wie het gaat.

## **Afspraak maken over nabespreking**

Aan het eind van het gesprek maak je een afspraak over de nabespreking over 8 tot 14 dagen.

De leerling zelf hoeft verder niets te doen maar je geeft haar/hem wel opdracht te kijken in hoeverre de situatie is veranderd.

Voor het geval dat de leerling heel bang is, is het handig af te spreken dat hij/zij altijd bij jou terecht kan.

Vorbereidingsfase voor stap 2 (praten met steungroep)

De steungroep bevat 6 tot 8 leerlingen.

- aanvoerder;
- meeloper;
- leerlingen die tot nu toe niets met het pestgedrag te maken hadden en tot een oplossing kunnen bijdragen;
- 50% aanvoerder, meelopers;
- 50% andere leerlingen.

## **Uitnodiging steungroep (nog steeds voorbereidingsfase)**

- De uitnodiging is persoonlijk (op middelbare scholen worden scholieren vaak schriftelijk uitgenodigd)
- De uitnodiging wordt uitgesproken als een wens om hulp/steun bij de oplossing van een probleem
- De reden voor de uitnodiging wordt nog niet precies genoemd

## **Gesprek met de steungroep (nog steeds voorbereidingsfase)**

- Het gesprek vindt plaats tijdens lestijd.
- Hierbij is het handig rekening te houden met leerkrachten van leerlingen uit andere klassen mbt toetsen enz.
- Het gesprek duurt gemiddeld een half uur tot drie kwartier.
- De steungroep steunt de leerkracht met het doel de peestsituatie te laten stoppen – de groep steunt niet de gepeste leerling.
- Binnen school zijn normaal gesproken de leerkrachten verantwoordelijk de peestsituatie te beëindigen. Alleen hebben de leerkrachten hierbij hulp nodig van de leerlingen. Juist die hulp vraag jij van de steungroep.
- De leerkracht die het gesprek met de steungroep leidt moet vertrouwen van de groep hebben.
- Het is niet handig een leerkracht het gesprek te laten leiden die zelf op dit moment onderdeel van het probleem is of met de leerlingen uit andere redenen niet goed overweg kan.

## **Vorbereiding voor jezelf (houding, instelling) Mijn houding tegenover de steungroep**

- Hoe blijf ik waardierend ondanks de moeilijke situatie?
- Hoe voorkom ik het maken van verwijten tegenover de pester of meelopers?
- Hoe maak ik de leerlingen duidelijk dat ik hun steun nodig heb?
- Duidelijk de sterke kanten en bekwaamheden van de leerlingen benoemen

## **Hoe bouw ik het gesprek op met de steungroep**

- Duidelijk sturen
- Blijf waardierend
- Niet oordelen
- Geen eigen ideeën inbrengen voor de oplossing
- Verwijten onderling vriendelijk onderbreken

- Niet reageren op provocaties of aanvallen tegenover het slachtoffer
- Leidt het gesprek steeds weer naar de toekomst (hoe kan de situatie verbeteren?)
- Hou oogkontakt
- Betrek alle leerlingen van de steungroep bij het gesprek – iedereen is belangrijk voor de oplossing.

## **Stap 2 Organiseer een bijeenkomst met de steungroep**

### **Het gesprek met de steungroep (nu echt)**

- Voorbereiding ruimte
- Kring of ronde tafel
- Goede sfeer creëren
- Begroeting van ieder kind
- Soms een hand geven als teken dat hier iets belangrijks gaat gebeuren

### **Inleiding gesprek**

In het begin weten de leerlingen nog niet wat hun te wachten staat. Het is daarom handig een positieve insteek te kiezen

- Fijn dat jullie hier zijn
- Jullie zijn uit de les gehaald, ik hoop dat is geen probleem voor jullie
- Je kan de groep informeren hoe lang het gesprek gaat duren

## **Je komt tot het onderwerp**

- Jullie vragen zich zeker af waarvoor jullie hier gekomen zijn
- De reden is dat ik jullie hulp nodig heb
- Met jullie medeleerling (Bas) gaat het niet zo goed  
Bas vindt het niet meer leuk op school.

## **Stap 3 Uitleg probleem**

**Op dit moment is het belangrijk geen verwijten te maken, in de ik-taal te spreken en te laten zien dat jij je zorgen maakt**

- Ik maak me zorgen over Bas. Ik wil deze situatie graag verbeteren
- Ik ben geschrokken over het feit dat iemand op onze school bang is om naar school te gaan omdat hij zich niet meer veilig voelt.
- Ik vind het belangrijk dat onze school een veilige plek is voor alle leerlingen. Ik denk dat wij allen een steentje kunnen bijdragen dat niemand bang hoeft te zijn op school. Daarom heb ik jullie uitgenodigd om jullie te vragen wat wij met zijn allen zouden kunnen doen dat Bas zich weer veilig voelt op school.

### **Belangrijk:**

**Geen feiten noemen wat er precies is gebeurd in de pestsituatie. Je gaat ook geen details vertellen waarover je met het slachtoffer hebt gepraat. In eerste instantie ga jij vertellen hoe het slachtoffer zich voelt. Ook het woord “pesten” ga je niet gebruiken.**

Voor het geval dat het slachtoffer een tekening heeft gemaakt of een brief heeft geschreven kan jij die nu aan de groep voorlezen of laten zien.

Aan het einde van deze fase is het iedereen in de groep duidelijk wat het probleem is.

## Stap 4 Deel de verantwoordelijkheid

### Omgaan met schuld verwijten

Nadat het probleem is uitgelegd voelen sommige kinderen zich misschien ongemakkelijk. Nu is het belangrijk duidelijk te maken aan de groep dat het hier niet om straf of schuld gaat maar dat wij hier met zijn allen zijn om de situatie te verbeteren.

Voor het geval dat leerlingen uit de steungroep beginnen met verwijten of iemand gaan beschuldigen is het handig er niet op de verwijt in te gaan maar naar de toekomst te kijken.

- Het is niet belangrijk voor mij uit te zoeken wie wat gedaan heeft maar hoe wij het probleem kunnen oplossen en wat wij kunnen doen dat Bas weer naar school gaat.
- Er zijn een hoop dingen gebeurd die niet leuk zijn. Het verleden kunnen wij niet meer veranderen. Maar wij kunnen met zijn allen kijken hoe het in de toekomst beter kan worden.

### Waarom heb je deze leerlingen in de steungroep gevraagd?

Nadat de leerlingen hebben gehoord wat het probleem is vragen zij zich soms af waarom zij erbij zitten. De leerlingen willen dan vaak weten waarom zij zijn uitgenodigd om te helpen. Het is dus handig tegenover iedere leerling een reden te kunnen noemen waarom hij/zij erbij zijn.

- Ik heb jullie uitgenodigd omdat jullie volgens mij de juiste leerlingen zijn die mij kunnen helpen
- Jullie kennen Bas en jullie klas het best
- Ik heb jou (naam) uitgenodigd omdat het mij al vaker opviel dat jij goede ideeën hebt hoe je iemand kan helpen
- Jij (naam) hebt een goed contact met de meeste leerlingen uit de klas. Het is makkelijk voor jou anderen dingen uit te leggen die voor de klas belangrijk zijn.
- Jouw juf heeft mij verteld dat jij (naam) altijd heel betrokken bent als het met iemand niet goed gaat.



## Stap 5 Ideeën en voorstellen verzamelen

Nu is het voor de kinderen in de steungroep duidelijk dat niemand gestraft of beschuldigd wordt. Dat geeft hun gelegenheid naar oplossingen te kijken. Ieder kind krijgt de ruimte eigen ideeën in te brengen om de situatie te verbeteren.

- Hebben jullie een idee wat ieder van jullie zou kunnen doen?
- Wat zouden jullie leuk vinden als jullie in deze situatie waren?

Het is belangrijk de verzamelde ideeën vast te houden en ieder idee aan een leerling te koppelen

- Wil jij (naam) Bas het huiswerk thuis langsbrengen
- Wil jij (naam) met Bas op het schoolplein spelen
- Wil jij (naam) met Bas een keer afspreken om te spelen

## Stap 6 Spreek je vertrouwen uit tegenover de groep

### Bedanken

Je bedankt de steungroep voor al die goede ideeën en de steun. Je geeft de verdere oplossing in hun handen.

- Ik wil jullie bedanken voor jullie hulp
- Jullie hebben veel ideeën verzameld en ik weet zeker dat het voor Bas zo weer mogelijk wordt om zich goed te voelen. Ik denk dat het voor de hele klas fijn is als de sfeer weer beter wordt.
- Ik vertrouw op jullie steun en ben overtuigd dat jullie dat voor elkaar krijgen.

### Nabespreking afspreken

Aan het eind van het gesprek met de steungroep maak jij een afspraak voor een nabespreking

- Over 10 tot 14 dagen wil ik graag nog eens met jullie praten om te horen hoe jullie de situatie inschatten
- Ik ga jullie dus nog eens uitnodigen
- Ik ga jullie dan een op een vragen voor een gesprek

- Ik weet nog niet precies wanneer maar ik ga jullie dan direct aanspreken

Afscheid met handslag (sommige leerkrachten werken met briefjes waarop de hulp opdrachten van het enkele kind staan en die zij het kind meegeven).

## **Stap 7 Nabespreking met het slachtoffer**

Na de situatie vragen. Kinderen vertellen normaal gesproken uit zichzelf over de ontwikkeling.

Als je wel vragen wilt stellen:

- Hoe ging het de laatste weken?
- Hoe voel je je nu?
- Wat is er verbeterd?
- Wat heb je verder nog nodig, wat wil je nog graag anders?
- Is er nog iets dat ik voor je kan doen?

### **Afsluiting**

Als de situatie verbeterd is:

- Als de situatie weer slechter gaat worden – laat het me aub snel weten.

Als de situatie niet voldoende is verbeterd

- Ik ga nogmaals met jouw medeleerlingen praten en dan opnieuw met jou overleggen wat wij het beste verder kunnen doen

### **Nabespreking met de steungroepleden (apart)**

Met ieder lid van de steungroep voer je een apart gesprek. Door de leerling apart te spreken heeft deze de mogelijkheid eerlijker te zijn wat tot een betere begrip kan leiden. Ook is het uit preventie reden van voordeel ieder lid van de groep op haar of zijn bijdrage voor de oplossing aan te spreken. Omdat de leerling zich persoonlijk verantwoordelijk voelt. Het is niet om de leerling te controleren of alsnog te beschuldigen of straffen. Ook hier is het belangrijk waardering te tonen voor de bijdrage van ieder leerling van de steungroep.

Tijd: De gesprekken duren tussen 5 tot 10 minuutjes.

Uitnodiging: Het is handig van tevoren vast te leggen in welke volgorde de leerlingen naar je toe komen.

Pauze: Je kan de gesprekken ook b.v. in de pauze of op het schoolplein voeren en dan over meerdere dagen verdelen. Het is echter niet handig de gesprekken onder tijdsdruk te voeren ook al zijn het maar korte gesprekken.

### **Opbouw gesprek:**

- Wij hadden afgesproken dat ik iedereen nog eens aanspreek hoe het nu gaat met Bas. Ik ben benieuwd hoe jij de situatie nu inschat en of jij vindt dat de situatie verbeterd is.
- Vind jij het goed dat wij nu over de situatie gaan praten?
- Fijn dat jij bent gekomen – is het okee voor jou nu uit de les te worden gehaald?

Aansluitend vraag jij de leerling over de situatie:

- Wat heb jij waargenomen?
- Wat denk jij hoe het nu gaat met Bas?
- Wat denk jij is verbeterd?
- Wat denk jij zou moeten gebeuren dat Bas zich beter voelt in de klas?
- Hoe vond jij de steungroep?
- Hoe gaat het met jou nu?

### **Afsluiting**

Als de situatie is verbeterd bedank je de leerling voor de steun en hulp.

Als de situatie niet voldoende is verbeterd dan geef jij aan dat er nog een bijeenkomst met de groep zal plaatsvinden en dank jij de leerling voor de hulp.

