

ANTIPESTAANPAK IN ZEVEN STAPPEN

Uitgangspunten zijn:

1. De school kiest voor een teamgerichte aanpak.
2. De school kiest voor een structurele aanpak.
3. De stappen zijn uitvoerbaar in de dagelijkse onderwijspraktijk.

Hulpvraag van de school:

“Wat kunnen álle keerkrachten van de school doen om het pesten te voorkomen en te bestrijden?”

Wij kunnen in het gehele proces zeven stappen laten doorlopen.

STAP 1 *Verzamelfase.*

De groepsleerkracht brengt in kaart wie er volgens hem/haar worden gepest, wie er pesten en hoe vaak dat gebeurt.

We kunnen voor deze inventarisatie een vragenlijst gebruiken (zie bijlage 1).

Toelichting:

1. Iedere leerkracht vult deze lijst in.
2. We spreken een definitie van pesten af, die zowel voor de kinderen als de leerkrachten geldt. Een heel praktisch geformuleerde definitie zou kunnen zijn (naar Van Lieshout, 1993) “*een leerling wordt gepest als een andere leerling of een groep leerlingen, vervelende of gemene dingen tegen hem of haar zegt*”

Het is ook pesten als een leerling wordt geslagen, geschopt, bedreigd, opgesloten of b.v. buiten de groep wordt gesloten. Het is pesten als dat regelmatig gebeurt en als het moeilijk is voor de leerling die gepest wordt om zich te verdedigen (machtsverschil). Het is geen pesten als twee leerlingen, die ongeveer even sterk zijn ruzie maken of vechten.

3. Een goede manier is om kinderen zelf een definitie te laten formuleren. Het is wel gewenst om de discussie hierbij neutraal te houden.

STAP 2 *Inventarisatiefase*

Alle kinderen van groep 4 t/m 8 vullen een korte vragenlijst in die informatie oplevert over wie er worden gepest, wie er pesten en hoe vaak dat gebeurt.

We gebruiken hiervoor bijlage 2

Toelichting:

1. Deze vragenlijst kan pas door de kinderen worden ingevuld als de definitie van "pesten" bij alle leerkrachten en kinderen eenduidig is.
2. We gaan er bij het gebruik van de lijst van uit dat kinderen zelf vaak een goed beeld van de aard en de omvang van de pesterijen hebben.
3. Iedere leerkracht instrueert de kinderen op dezelfde wijze bij het invullen van de lijst.
4. Iedere leerkracht voorkomt om zijn/haar oordeel over het pesten vooraf te geven om de beïnvloeding van de (invullende) kinderen te voorkomen.

5. Iedere leerkracht benadrukt de anonimiteit. Niemand (het schoolteam, maar ook de ouders e.a.) komt te weten wie de lijst invulde.
6. Het is wenselijk in het praten over pesten met de kinderen het accent te leggen op het pesten als groepsprobleem en niet alleen op de veroordeling van de pesters.

STAP 3 Verzamelfase

Alle groepsleerkrachten sporen gezamenlijk punten op in de schoolorganisatie, die ertoe kunnen bijdragen dat het voor álle kinderen zo veilig mogelijk wordt in de school. We gebruiken voor deze inventarisatie een lijst met aandachtspunten (zie bijlage 3).

Toelichting:

1. Pestproblemen op school (dit geldt voor scholen in het algemeen) kunnen ook te maken hebben met schoolorganisatorische dingen. De inrichting van de school, de manier van omgaan met elkaar, de schoolregels, de wijze van lesgeven en de contacten met ouders zijn daar voorbeelden van.
2. We gaan ervan uit dat het ouders zowel van pesters, gepesten en de "grote middengroep" het meestal waarderen als ze samen met de school wat aan de pestproblemen kunnen doen.

STAP 4 Analyse- en uitvoeringsfase

De organisator van de uitvoering van het stappenplan stelt een zogenaamd "pestrapport" op waarin de resultaten van de inventarisaties zichtbaar worden.

Toelichting:

1. In het "pestrapport" staan de volgende zaken vermeld:
 - a. de mate waarin kinderen aangeven gepest te worden dan wel andere kinderen pesten;
 - b. de vergelijking tussen de groepen onderling.
N.B. Het is niet mogelijk om aan de vergelijkingen "harde" conclusies te verbinden. De vergelijkingen zijn bedoeld om zicht te krijgen op de ernst van de pestproblemen op school.
 - c. de namen van de kinderen die worden gepest of pesten. Deze namen zijn in de vragenlijsten genoemd door de kinderen zelf en de leerkrachten. Op deze wijze kun je vaststellen welke kinderen vaak genoemd worden als slachtoffer en welke kinderen vaak genoemd worden als pester.
Tevens kunnen de verschillen worden aangetoond tussen welke kinderen de klasgenoten noemen en welke kinderen de leerkrachten zien als gepesten en pesters. Dit is een logische handeling, want leerkrachten zien nu eenmaal niet "alles", omdat pesters bijvoorbeeld niet te koop lopen met hun pesterijen en gepesten bijvoorbeeld niet altijd hun leed duidelijk willen tonen;
 - d. de "sterke" en "zwakke" punten van de schoolorganisatie met vooral als doel deze te gebruiken om pestproblemen te voorkomen.
Hierbij kun je denken aan een "top vier" als:
 - structurele aandacht van leerkrachten voor treiterproblemen
 - klassenregels tegen pesten
 - regelmatige kringgesprekken
 - ("super") toezicht tijdens de pauze.

STAP 5 Analyse- en uitvoeringsfase

Het schoolteam trekt gezamenlijk conclusies en stelt de aanbevelingen voor de aanpak op in de vorm van actiepunten.

Toelichting:

1. De conclusies en aanbevelingen worden aan het pestrapport toegevoegd.
2. De aanbevelingen (de actiepunten) verlopen via drie sporen. Deze zijn:
 - a. Aanpassingen in de schoolorganisatie. Hierbij wordt zeer duidelijk vastgelegd "wie doet wat en wanneer".
 - b. Directe aanpak van het pestprobleem met behulp van de "confronterende methode", d.w.z.
 - de duidelijke en ondubbelzinnige stellingname van de leerkracht
 - een gesprek met de groep
 - een aparte les
 - een (ondubbelzinnige) disciplinerend gesprek met de pester(s).

Opm. 1. De niet-confronterende aanpak is indirect van karakter. Die pas je toe bij een vermoeden van pesten. De leerkracht bespreekt dan thema's als discriminatie, oorlog en vrede, e.d. met de groep.

Opm. 2. De directe aanpak dient wel succesvol te zijn, want anders kan er zelfs een verslechtering van de pestsituatie optreden: de gepeste voelt zich in de kou staan en de pesters voelen zich machtiger dan ooit. De actie moet dan ook zeer goed worden voorbereid en de uitvoering door alle leerkrachten gelijkvormig worden gedaan, zoals bijvoorbeeld toezicht houden tijdens de pauze (en voor schooltijd). Duidelijke onderlinge afspraken zijn dus noodzakelijk!

Opm. 3. Het voeren van gesprekken met het slachtoffer, de pesters en eventueel de hele klas kan behoorlijk moeilijk zijn. Het is dan ook wenselijk dat zulke gesprekken samen met de coördinator van de aanpak worden voorbereid. Voor zulke gesprekken zijn goede richtlijnen beschikbaar (zie de "Pestmap" van RIAGG Zuidhage of "De zondebok in de klas" van Bob van der Meer, pag. 77-91). Het is wenselijk om soms niet direct met de pester(s) te praten, maar met de kinderen die direct onder zijn invloedssfeer vallen. Als de "meelopers" gas terugnemen, kan dat een belangrijke corrigerende invloed hebben op het gedrag van de pester.

Mochten gesprekken met pesters en slachtoffers onvoldoende resultaten opleveren omdat bijvoorbeeld pesters te agressief van natuur zijn of de slachtoffers in het algemeen té angstig zijn, dan is het wenselijk om ouders te adviseren om professionele hulp te zoeken.

Opm. 4. Het is wenselijk, zeker als hierom gevraagd wordt door de ouders, hen te informeren over het plan van aanpak en te helpen hoe zij op het gedrag van hun kind het beste kunnen reageren.

Hierbij kan gebruik worden gemaakt van ouderbrochures zoals bijvoorbeeld "Pesten hoort er niet bij" ("Opvoedingsinformatie", tel. 033-650750).

c. Voorkomen van problemen. We geven enkele voorbeelden:

- Een lessenserie over pesten (zie bijvoorbeeld "Treiteren op school" van P. Olivers, pag. 49 e.v.)
- Een project, gericht op bijvoorbeeld "sociale weerbaarheid" of "het omgaan met elkaar". In deze projecten is ook het onderwerp pesten verwerkt.
- Permanente aandacht voor de wijze waarop je in de school met elkaar omgaat, zodat voorkomen wordt dat er "rollen" ontstaan als die van pesters en gepesten. Deze permanente

aandacht" wordt tevens vastgelegd in het schoolplan, zodat het tevens mogelijk wordt om als team (en ouders event.) het omgangsgedrag op school te bespreken.

STAP 6 Uitvoeringsfase.

Het schoolteam pakt enkele actiepunten aan die zij op dit moment het belangrijkste vinden en maken hierbij een onderscheid in wat direct moet worden aangepakt en wat op de langere termijn kan gebeuren.

Toelichting:

1. Er moet duidelijk worden bewaakt dat de actiepunten ook daadwerkelijk worden uitgevoerd.
2. Als er actiepunten zijn die door een beperkt aantal leerkrachten worden uitgevoerd, dan is het wenselijk om na te gaan in hoeverre de andere collega's hen kunnen ondersteunen.

STAP 7 De bijpraatfase

Het schoolteam praat elkaar 1 maal per 2 maanden bij over het verloop van de aanpak.

Toelichting:

1. Het is gewenst om regelmatig met elkaar na te gaan of de actiepunten werken. Werkt het niet, dan dient er een aanpassing te komen van een actiepoint of verwezen te worden naar een ander punt.
2. Het is ook gewenst om bijvoorbeeld elke ... maanden fase 1 te herhalen.
3. De bijpraat-momenten kunnen ook benut worden om bepaalde individuele kinderen op te sporen en te bespreken die blijvend gevangen zitten in de peetsituatie. Hierbij kan eventueel de begeleidingsdienst, de jeugdarts, het RIAGG e.a. worden ingeschakeld.

Voorbeeld van een tijdpad:

Datum Tijdpad..... Activiteiten:

1. Ouderavond. Voorlichting over het vervolg.
De vragenlijsten invullen van de leerkracht en de kinderen (stap 1 en 2). Uiterlijk inleveren bij op
2. Een teambespreking met als onderwerp "Het opsporen van punten in onze schoolorganisatie die ertoe kunnen bijdragen dat het voor alle kinderen zo veilig mogelijk wordt in de school" (stap 3).
3. Een teambespreking met als onderwerp "Het opstellen van gezamenlijke en individuele actiepunten om het pestprobleem zowel op de korte als de langere termijn aan te pakken".
4. Periode van Het schoolteam voert enkele actiepunten uit. De directie bewaakt hierbij dat de actiepunten ook daadwerkelijk worden uitgevoerd.
5. De eerste bij-praat bijeenkomst van het team en het maken van afspraken over de volgende tweemaandelijks bijeenkomsten.

Let wel:

1. Alle ouders van de school worden van dit plan op de hoogte gesteld.
2. De coördinatie van de aanpak berust bij

Bijlage 1

Vragenlijst voor leerkrachten

Het voorkomen van pestproblemen in de klas

1. In de onderstaande lijst kunt u aangeven welke kinderen er, naar uw idee, sinds het begin van het schooljaar worden gepest en hoe vaak dat gebeurt ?

Gepesten:	Hoe vaak ?			
	1 of 2 keer	regelmatig	1 keer per week	meerdere keren per week
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

2. Wilt u in de onderstaande lijst aangeven welke kinderen in uw klas, sinds het begin van het schooljaar, andere kinderen pesten ? En hoe vaak dat gebeurt ?

Anderen pesten	Hoe vaak ?			
	1 of 2 keer	regelmatig	1 keer per week	meerdere keren per week
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

Toelichting:

Deze vragenlijsten inventariseren de mate waarin er naar uw idee sprake is van pestproblemen in de klas. Een vergelijking met de uitkomsten van vragenlijst bijlage 2 geeft de mogelijkheid om na te gaan in hoeverre u een juist beeld van de relaties in de klas hebt. Bij erg verrassende uitkomsten is het wellicht wenselijk om een sociogram van de klas te maken.

Bijlage 2

Vragenlijst voor kinderen

1. Ik zit in klas _____
2. Ik ben een
 een jongen
 een meisje
3. Hoe vaak ben je dit schooljaar gepest ?
 ik ben dit schooljaar niet gepest
 1 of 2 keer
 regelmatig
 1 keer per week
 verschillende keren per week
4. Hoe vaak voel jij je alleen op school?
 nooit
 1 of 2 keer
 regelmatig
 1 keer per week
 verschillende keren per week
5. Hoe vaak heb je dit schooljaar andere leerlingen gepest ?
 ik heb dit schooljaar niet gepest
 1 of 2 keer
 regelmatig
 1 keer per week
 verschillende keren per week
6. Waar ben je gepest ?
 ik ben dit schooljaar niet gepest
 op de speelplaats
 in de klas tijdens de les
 in de klas tijdens de pauze
 in de gang(en)
 op weg van/naar school
 anders _____
7. Op welke wijze ben je gepest ?
 ik ben dit schooljaar niet gepest
 ik ben alleen geplaagd
 ik ben geschopt en geslagen
 ik ben bedreigd
 ik ben uitgescholden en uitgelachen
 er zijn dingen van mij beschadigd
 anders _____
8. In welke klas zit(ten) de leerling(en) die jou pesten ?
 ik ben dit schooljaar niet gepest
 in mijn klas
 in een klas van het zelfde jaar
 in een hogere klas
 in een lagere klas
 in verschillende klassen

Bijlage 3

Aandachtspunten in de schoolorganisatie

Pestproblemen op school kunnen ook te maken hebben met allerlei aspecten die betrekking hebben op de schoolorganisatie. Hieronder kunnen we rangschikken: de inrichting en aankleding van de school, de wijze van leerlingbegeleiding, de gehanteerde werkvormen, aandacht voor het omgaan met elkaar, contacten met ouders, e.d. De hieronder opgenomen lijst is een algemene lijst, die per school specifiek kan worden in- en aangevuld. Deze lijst kan worden gebruikt bij de stappen 3 en 5.

De aandachtspunten zijn ontleend aan de literatuur. De aandachtspunten 1 t/m 9 komen uit Olweus, D., Treiteren op school, College Uitgevers, Amersfoort, 1992. De punten 10 t/m 13 zijn ontleend aan Van der Meer, B., De zondebok in de klas, KPC, 1988. Eveneens is aanvullend informatie te verkrijgen op het internet: www.sjn.nl./pesten.

1. Bewustzijn en betrokkenheid

Het is belangrijk dat leerkrachten en ouders zich bewust worden van de omvang van de treiterproblemen op hun school en dat ze bereid zijn zich serieus in te zetten om de situatie te verbeteren. Registratie van de problemen geeft veel inzicht en stimuleert tot actie. Het is belangrijk treiteren niet te beschouwen als iets onvermijdelijks in het leven van een kind. Er kan veel gedaan worden met tamelijk simpele middelen. verbeterde kennis leidt tot verbeterde signalering.

2. De hele school

Het is belangrijk de doelgroep niet te beperken tot alleen de pester of het slachtoffer. Maatregelen moeten zich richten op het ontwikkelen van de juiste houding bij alle leerlingen en op het scheppen van de juiste voorwaarden in de schoolorganisatie om de omvang van de pestproblemen te verminderen.

3. Aandacht voor pesten en treiteren

Pestproblemen moeten bespreekbaar worden gemaakt, zowel met de leerkrachten, de ouders als de leerlingen. Door lessen, kringgesprekken, een studie of themamiddag, een ouderavond kan de houding tegenover pesten duidelijk worden en een gezamenlijke aanpak worden bepaald. Een doorgaande lijn in de aandacht is van belang. Evenals goed overleg met ouders.

4. Toezicht tijdens de pauzes

Er wordt meer getreiterd op school, dan op weg van en naar school; er wordt minder getreiterd op scholen waar een relatief hoge "dichtheid" van leerkrachten tijdens pauze is. Het is belangrijk dat de school een goede supervisie houdt over het doen en laten van de leerlingen. Een eenvoudige preventieve maatregel is een goedlopend surveillance-rooster voor de pauzes. De aanwezigheid van leerkrachten alleen is niet voldoende. Zij moeten ook bereid zijn om snel en consequent in te grijpen bij treiterproblemen (ook als dat alleen maar vermoed wordt). Let bij ontkenning intonatie, gezichtsuitdrukking en stemming. Leidraad: men kan beter te vroeg dan te laat ingrijpen. Consequent is de houding: 'wij accepteren geen pesterijen'. Een leerkracht die nalaat in te grijpen geeft in feite stilzwijgend goedkeuring! Een waakzaam en oplettend toezicht van volwassenen kan veel betekenen in de verbetering van de situatie van het slachtoffer. De surveillerende leerkrachten moeten elkaar op de hoogte houden van de gang van zaken. Incidenten moeten doorgegeven worden aan de

betreffende groepsleerkracht. Naast de pauzes zijn er meer risico-volle momenten. Toezicht is ook belangrijk rond zwemlessen, tijdens looproutes naar sportzalen, bij uitstapjes naar culturele voorstellingen, bij schoolreisjes, e.d. Bijzondere aandacht vraagt het schoolkamp, waar kinderen vanwege pestproblemen heel erg tegen op kunnen zien.

5. De inrichting van het schoolplein

Pestkoppen zijn meestal wat ouder dan hun slachtoffers. Dit betekent dat er speciale afspraken gemaakt kunnen worden over tijd en plaats van de pauzes (scheiden van oudere en jongere leerlingen). Vaak komt treiteren op bepaalde plaatsen veelvuldiger voor dan op andere. Reduceren van “risicogebieden” zoals afgelegen gedeeltes van het schoolplein. Zorgen voor een goed en aantrekkelijk ingericht schoolplein dat uitnodigt tot prettig gedrag en dat verveling voorkomt (als bron van treiteren).

6. Vertrouwenstelefoon/vertrouwenspersoon

Slachtoffers zwijgen meestal. Het is belangrijk dat posters van b.v. de kindertelefoon op school hangen. Een andere mogelijkheid: een “ideeenbus” waar kinderen anoniem opmerkingen over de school (en b.v. over pesten) kwijt kunnen. Kan eventueel ook gebruikt worden door ouders. Op school moeten goede afspraken zijn over de begeleiding van leerlingen: hoe wordt er gehandeld bij het signaleren van een probleem? Wie worden daarbij ingeschakeld? Is er een vertrouwenspersoon? Bij kinderen en ouders moet duidelijk zijn wie van het team de vertrouwensman/vrouw is. Het is van belang dat deze leerkracht draagvlak heeft bij het team, de kinderen en de ouders. Hij/zij staat in voor de anonimiteit van een “klacht” en moet geheimhouding zoveel mogelijk waarborgen.

7. Klassenregels tegen treiteren

Een belangrijke ondersteuning in de strijd tegen treiterproblemen en voor verbetering van de sfeer in de klas, is overeenstemming tussen de leerkracht(en) en de leerlingen over enkele eenvoudige schoolregels. Deze regels moeten bondig en duidelijk zijn. De volgende regels zouden uitgangspunt voor bespreking kunnen zijn:

- * we treiteren anderen niet
- * we proberen leerlingen, die getreiterd worden te helpen
- * we zorgen er voor dat elke leerling het naar de zin heeft in de groepen dat er niemand buiten gesloten wordt

Het is belangrijk dat de hele klas helpt met het formuleren van de regels, ermee instemt en er zich verantwoordelijk voor voelt. Ter inleiding en ondersteuning kan het thema pesten in de klas, c.q. school aan de orde worden gesteld via videobanden, verhalen, boeken en rollenspelletjes. Kinderen krijgen op deze manier inzicht in hoe vervelend de gevolgen van pesten kunnen zijn voor het slachtoffer. Dit is van belang voor de pester.

Duidelijke regels maken het mogelijk om de houding en normen van leerlingen te beïnvloeden, b.v. rond het passief meedoen aan pesten. “Klikken” wordt ‘een zich houden aan de samen afgesproken regels’. Overigens vergroten kringgesprekken waarbij de sociale interactie in de klas en het houden aan de regels aan de orde komen de sociale controle. Dat is een effectieve methode om het pestgedrag positief te beïnvloeden.

8. Beloning en straf

Waardering en welgemeende aandacht voor positief sociaal gedrag van leerlingen en hun schoolprestaties hebben een positieve invloed op het klimaat in de klas. Dat maakt het ook gemakkelijker kritiek op ongewenst gedrag te accepteren. Dat betekent voor de wat

agressieve kinderen: waardering voor niet agressief handelen of niet meedoen aan pesterijen. De beste resultaten worden verkregen door een combinatie van veel waardering voor positief gedrag en consequente strafmaatregelen voor agressief, regelovertrekend gedrag. Strafmataregelen voor het overtreden van de samen afgesproken regels tegen pesterijen kunnen met de klas zelf worden besproken. Strafmataregelen moeten goed uitvoerbaar zijn. Zij moeten enig ongemak veroorzaken zonder vijandig, kwetsend of vernederend te worden en ze moeten zich op het ongewenste gedrag en niet op de persoon richten. Het is ook belangrijk dat de straf bij het vergrijp aansluit. Geschikte maatregelen bij pesten: een gesprek met de leerling, de leerling gedurende enkele pauzes binnen laten blijven, enkele uren naar een andere (lagere) klas sturen, opdragen tijdens enkele pauzes dicht in de buurt te blijven van de surveillerende leerkracht, de leerling naar de directeur sturen voor ernstig gesprek, de leerling enkele privileges onthouden. Het is belangrijk dat kinderen weten waarom ze straf krijgen. Soms is contact met de ouders opnemen van belang.

9. Alledaagse positieve activiteiten

Het is belangrijk af en toe met de klas iets leuks te ondernemen. Dit kan leiden tot een sterk gevoel van saamhorigheid. Wel is het belangrijk extra alert te zijn op leerlingen die juist dan uit de boot vallen. Voorbeelden:
vertel eens wat vaker over jezelf en hoe je was op die leeftijd
jullie hebben goed gewerkt: als beloning een verhaal, video, wat langer handvaardigheid, tekenen of een gymles
wat willen jullie in de kring eens met elkaar bespreken
organiseer eens een uitstapje in het kader van wereldoriëntatie in eigen dorp of stad
benadruk positieve acties, b.v. wat doen als een leerling langer ziek is

10. De les lichamelijke opvoeding

Lessen lichamelijke opvoeding kunnen een beslissende rol spelen bij pestproblemen. Juist in deze ongedwongen lichamelijke en minder controleerbare lessen komen pestproblemen voor. Bovendien kunnen deze lessen onnodige concurrentie aanwakkeren, vooroordelen versterken, maar ook aanzetten tot samenwerking. Let op:

- a. *het kiezen: degenen die het eerst gekozen worden zijn sportief en sociaal winnaars; de laatst gekozenen verliezers. Zorg dat het kiezen gevarieerd plaatsvindt; dus als leerkracht vaak zelf indelen: op nummer, lengte, leeftijd, kleur, e.d.*
- b. *voorzichtigheid in vergelijking van prestaties en records; nadruk op het verbeteren van het persoonlijk record.*
- c. *niet alleen algemene klassikale opdrachten maar ook zodanige variatie dat elke leerling zijn eigen mogelijkheden kan onderzoeken.*
- d. *voorkom voortdurende faalervaringen; geef in dat geval alternatieve opdrachten, b.v. ondersteunen bij de ondersprong.*
- e. *niet alleen behendigheds-, kracht en snelheidsoefeningen maar ook concentratie-oefeningen of oefeningen gericht op non-verbaal gedrag (stevig staan, rechte houding, evenwichtsoefeningen).*

De les lichamelijke oefening kan ook gebruikt worden als ruimte voor sociaal-geaccepteerde activiteiten waarbinnen agressiviteit gekanaliseerd kan worden. Lichaamsoefeningen (maar b.v. ook discussies in de klas) kunnen gebruikt worden om kinderen inzicht te geven in hun agressief gedrag en mogelijkheden bieden voor het aandragen van gedragsalternatieven.

11. Groepswerk

Groepswerk leidt tot meer onderlinge acceptatie, een positievere houding tegenover elkaar, behulpzaamheid en ondersteuning, minder vooroordelen en meer zelfvertrouwen. Het is belangrijk dat elk groepslid mede-verantwoordelijk is voor de prestaties van elk ander lid bij een opgegeven taak. De taak kan zo worden geformuleerd dat er een onderlinge positieve afhankelijkheid ontstaat tussen de groepsleden ('ze hebben elkaar nodig', de totaal groepsprestatie wordt beoordeeld). Het is belangrijk ruimte in te bouwen voor een gesprek over 'hoe het gaat in de groep'. Bij de samenstelling van de groep rekening houden met :

prestatieniveau

sociale relaties in de klas

de voorkeuren van de leerlingen (zelfgekozen groepsleden naast door de leerkracht

aangewezen leerlingen

Bij voorkeur:

opbouwende/vriendelijke leerlingen samen met geïsoleerde

pestkop tussen sterke/zekere leerlingen

Niet:

(zeker in het begin) pestkop en slachtoffer in 1 groep

ook niet enkele pestkoppen/meelopers samen

Het is goed de groepssamenstelling gedurende het schooljaar enkele keren (maar ook weer niet te vaak) te wisselen. Ook bij de samenstelling van de groepen zou uitstekend gebruik gemaakt kunnen worden van een sociogram. Al heel vroeg vindt groepsvorming plaats en worden rollen en normen vastgelegd (soms voor een hele schoolloopbaan). Daarom is het goed in het begin vooral werkvormen te kiezen waarin samenhang van de groep en positieve groepsnormen kunnen ontstaan. Daarbij moet competitie en concurrentie vermeden worden. Belangrijk zijn regels voor een positieve gedragscode (luisteren naar elkaar, elkaar uit laten praten, elkaar niet uitlachen, praten in "ik-boodschappen"). Hierbij is het modelgedrag van de leerkracht zeer belangrijk.

12. Individualiteit

Het is belangrijk dat anonimiteit wordt voorkomen en dat elke leerling als individu wordt aangesproken. Aandacht voor eigenheid, eigen inbreng en kwaliteiten, zorgen en moeilijkheden. Zo weinig mogelijk algemene (straf) maatregelen voor de hele klas. Aandacht voor inspraak en eigen taken. Erkenning als individu vergroot de zelfcontrole. Eigen invloed vergroot het gevoel van verantwoordelijkheid voor jezelf en voor de groep. Concrete mogelijkheden om individualiteit te versterken:

noem ieder kind bij zijn roepnaam

begroet kinderen 's morgens bij hun naam, b.v. bij de deur van de klas

laat kinderen meedenken wanneer er oplossingen verzonnen moeten worden, b.v. je wilt dat tijdens bepaalde momenten geen potloden meer geslepen worden: "jongens hoe lossen we dit op?"

sprek kinderen aan op hun eigen verantwoordelijkheid: "vandaag kijk je zelf de rekenopgaven/het dictée na" of "morgen hoor je van mij wat ik van je werk vind". Consequent gedrag van de leerkracht is dan heel belangrijk.

Tenslotte kunnen ook persoonlijke contacten met de ouders de individualiteit vergroten.

13. Alert zijn op vooroordelen

Pesten wordt vaak gestimuleerd door het vasthouden aan starre vooroordelen: 'meisjes zijn ijveriger, kwetsbaarder, volgzamer, e.d.' Leerkrachten moeten zich bewust zijn van deze impliciete en expliciete vooroordelen. Als identificatiefiguur worden deze normen snel door leerlingen overgenomen. Bovendien monden deze vooroordelen vaak al snel uit in 'zichzelf

waarmakende voorspellingen'. Ook steunt de leerkracht met vooroordelen soms onbedoeld de pester. In dezelfde lijn is het belangrijk voorzichtig te zijn met grapjes ten koste van een leerling (openlijk te kijk zetten). Naast sexe-specifieke vooroordelen bestaan veel vooroordelen over afkomst (milieu) en over leercapaciteiten.

Agressie opwekkend kunnen verder zijn: inconsequent straffen en belonen, een machtsstrijd aangaan met de leerlingen, verbaal en fysiek geweld, ten toon spreiden van superioriteit: 'hoe kan jij dat nu weten?', 'is het weer zo ver?', 'heb ik het je niet gezegd?', 'zie je wel?', enz.

14. Kennis van een individuele confronterende aanpak

Het is belangrijk dat als er sprake is van pestproblemen en er daarbij zicht is op wie de pesters en slachtoffers zijn, dat er dan gekozen wordt voor een curatieve, direct oplossingsgerichte aanpak. Dit vraagt om een goede voorbereiding van de gesprekken met de betrokken kinderen, om inschakeling van ouders en om kennis van 'wat ouders zouden kunnen doen'. Een aanpak die niet slaagt kan de pestproblemen verergeren. Voor een goede voorbereiding kan naar eerder genoemde publikaties worden verwezen. Tenslotte is het belangrijk hier teamafspraken over te maken en er eventueel een teamvergadering aan te wijden in aanwezigheid van een extern deskundige, b.v. riagg of schoolbegeleider.

15. Betrek de groep bij het pestprobleem

Voor kinderen is hun positie in de groep enorm belangrijk. Daarmee is de groep een heel krachtig middel om een slachtoffer te steunen en om pesters hun gedrag te laten veranderen. Een leraar die de groep in stelling weet te brengen is buitengewoon effectief. Dat geldt ook voor de confronterende methode. Je moet als leerkracht er voor proberen te waken dat je tegenover de klas komt te staan. Meestal 'verlies' je dan als leerkracht of verdwijnt het pestprobleem onder de tafel. Probeer de klas als groep te mobiliseren zodat ze actief stelling gaan nemen en het oplossen van de pestproblemen als hun eigen 'groeps-verantwoordelijkheid' gaan zien. Pesten is voor niemand leuk!

16. Betrek de ouders bij pestproblemen

Het is belangrijk dat ouders weten, dat hun kind gepest wordt of dat hun kind andere kinderen pest. Ouders krijgen dan de kans hun kind te ondersteunen of op hun gedrag aan te spreken. Betrek als dat lukt, zeker de ouders van pesters. Vaak zal blijken dat ouders ook zelf thuis moeilijk overweg kunnen met de agressiviteit van hun kind (het kind zelf trouwens waarschijnlijk ook). Ouders zullen zelfs als ze in eerste instantie misschien ontkennen het vaak waarderen als ze samen met de school aan dat probleem wat kunnen doen. Het is belangrijk ouders te wijzen op brochures met tips en adviezen m.b.t. wat je als ouder kunt doen.