

Pesten is een probleem van alle tijden en van alle leeftijden. Toch is het vaak het meest prangend, en zichtbaar, op de basisschool. Tessa Kaufman deed promotieonderzoek aan de RUG naar pestprocessen in het algemeen bij negenduizend kinderen tussen de 7 en 12 jaar, en naar één antipestprogramma voor scholen in het bijzonder: KiVa. Zo'n programma is voor de meeste kinderen effectief, maar blijkt helaas voor twintig procent van de eerder gepeste kinderen juist averechts te werken.



Ben je nét even anders, dan loop je meer risico

Door Anouk van Westerloo

Voor haar onderzoek heeft Tessa Kaufman gekozen voor het antipestprogramma KiVa, een van de weinige effectief bevonden programma's in Nederland. Kaufman: 'KiVa gaat ervan uit dat pesten echt een groepsproces is. Waar we vroeger vooral dachten dat we alleen aandacht moesten hebben voor de pester en het slachtoffer, gaat dit programma veel meer over de groep. Zolang de groep eigenlijk applaus geeft voor de pester - of dat nu door actief aanmoedigen gebeurt of door niets doen, wat in feite in stilte aanmoedigen is - zal het pesten standhouden.'

'Zolang de groep applaus geeft voor de pester, zal het pesten standhouden'

Dus KiVa zorgt ervoor dat kinderen zich ervan bewust zijn dat, ook als ze zelf niet pesten, ze toch deel zijn van een proces dat het pesten in stand houdt?

'Ja, het programma is voor een deel preventie door bewustwording, wat je kunt doen om pesten tegen te gaan, de norm neerzetten dat pesten niet oké is. Maar ook als pesten al gebeurt, kan met het programma

worden ingegrepen, juist door de groep erbij te betrekken. Door bijvoorbeeld een steungroep op te richten voor het slachtoffer, zodat het slachtoffer niet meer alleen staat.'

Toch ben je er in je onderzoek achter gekomen dat dit programma, hoewel het te boek staat als het meest effectief, niet voor alle kinderen werkt.

'Voor tachtig procent van de kinderen werkt het prima, maar voor de overige twintig procent van de kinderen die al gepest werden helaas

niet. En dat is niet zo gek hoor, er is in de hele wereld nog nooit een programma geweest dat voor honderd procent pesten kan uitbannen. Maar het is wel belangrijk om je te richten op deze twintig procent die er niet bij gebaat is en die zich zelfs na het programma rotter is gaan voelen.'

Hoe kan dat?

'Ik denk dat het net zoiets is als je nu door corona ziet. Veel mensen raken werkloos, maar dat is toch beter te verkroppen omdat je om je heen ziet dat het bij heel veel mensen moeilijk gaat. Maar als jij in een klas zit, er wordt een antipestprogramma losgelaten en veruit de meeste kinderen zijn daardoor wél geholpen maar alleen jij niet, dan voel je je nog meer alleen en denk je: het zal wel aan mij liggen... Bovendien raak je de steun kwijt van andere gepeste kinderen met wie het nu wel beter gaat.'

Maar waarom werkt het programma niet bij sommige kinderen?

'Daar zijn we nog niet helemaal uit. Wat we wel zien is dat het vaak om kinderen gaat die wat minder sociaal aantrekkelijk zijn voor anderen om zich aan te binden. Dus kinderen die heel angstig zijn, meer teruggetrokken, lastig in contact, problemen hebben thuis. Wat ik ook merkte is dat deze kinderen vaak door veel kinderen in de groep worden afgewezen. We stellen in het onderzoek de vraag aan de kinderen: Wie vind jij niet leuk? Heel vaak noemen kinderen dan hetzelfde kind in een groep. En dat is dan precies het kind dat geen baat heeft bij het programma.'

Dat is hartverscheurend. Hebben die kinderen dan sowieso geen vriendjes in de groep?

'Soms wel, maar misschien niet de kinderen die hen verdedigen. We leren in het programma aan kinderen om voor elkaar op te komen, maar deze kinderen vallen net buiten dat groepsproces omdat het lastiger is om voor hen op te komen, omdat kinderen bang zijn om zelf gepest te worden als ze opkomen voor iemand met een 'lage rangorde.'

Dat klinkt allemaal erg primitief, een soort wet van de jungle... Eigenlijk moet je kinderen dus leren tegen hun natuurlijke instinct in te gaan zodat iedereen het fijn heeft in de groep?

'Ja, in feite heb je horizontale en verticale relaties. Horizontaal is voor elkaar zorgen, verticaal is je status. En

© Tessa Posthuma de Beer



Tessa Kaufman is postdoctoraal onderzoeker aan de faculteit Gedrags- en Maatschappijwetenschappen van de Rijksuniversiteit Groningen.

'Kinderen zijn bang om op te komen voor iemand met een lage rangorde'

die wil je allebei bereiken, maar het één kan niet echt zonder het ander. Dus wil je voor iemand opkomen maar riskeer je daarmee je eigen status, dan doe je dat alsnog niet. Dat zie je bij kinderen, maar ook nog steeds bij volwassenen en collega's onder elkaar.

Wat je wel kunt doen is de situatie zo veranderen dat de status van het kind dat onderaan bungelt in de rangorde verandert, dus dat het makkelijker wordt om vrienden met hem te worden of voor hem op te komen. Dat kun je doen door in te zetten op de kwaliteiten van een kind. Laat een kind dat alles weet van het weer elke dag in de klas de weerman zijn. Of bestempel een kind dat veel weet van computers tot de ICT'er van de klas en laat hem computerproblemen oplossen. Zo krijgt een 'nerd' toch een status die ook echt cool gevonden wordt door de rest van de klas.'

Het voelt wel een beetje als een teruggang naar vroeger: toen moest vooral het slachtoffer naar weerbaarheidstraining, daarna werd de aandacht vooral gericht op de pesters, die kregen trainingen, toen naar de groep als geheel, maar nu is het idee toch weer dat het probleem bij de gepeste ligt...

'Dat is helaas gedeeltelijk ook zo, sommige kinderen blijven gepest worden, jaar na jaar, klas na klas en zelfs als ze van school wisselen. Je ontwikkelt ook een soort bias als veel

>> lees verder op pagina 44

‘Ook als het niet objectief meetbaar is, moet er iets veranderen als een kind zich gepest voelt’

gepest kind, een vooroordeel naar andere kinderen toe. Als ze alleen al contact zoeken, kun je dat al gaan zien als pesten. Dan komt een kind dus in een neerwaartse spiraal. Het zou mooi zijn als we de groep én het individu kunnen helpen, daar pleit ik ook voor aan het eind van mijn proefschrift. Om juist binnen zo'n groepsprogramma als KiVa ook componenten voor het individu in te voeren. Dus echt meer op maat gaan werken. Als je merkt dat een kind gepest blijft worden, weinig of geen vrienden heeft, bepaalde individuele kenmerken heeft zoals angstig of anti-sociaal gedrag, of een bias heeft ontwikkeld, dan moet je daarmee aan de slag. Maar de rol van de groep blijft minstens zo belangrijk. Beide invalshoeken, die van de groep en het individu, kun je naast elkaar gebruiken.’

Hoe kwam jij erachter welke kinderen chronisch gepest bleven worden?

‘Dat hebben we de kinderen zelf gevraagd. Daar kun je dus wel een kanttekening bij plaatsen omdat kinderen nog steeds door hun bias kunnen ervaren dat ze gepest worden, terwijl het feitelijk niet zo is. Aan de andere kant komen de antwoorden wel vaak overeen met wat de rest van de klas erover zegt. En er zijn ook kinderen die aangeven eerder wel te zijn gepest, en na het programma niet meer.’

Maar ook als een kind zich alleen gepest vóélt, ook al is het feitelijk niet zo, is er wel iets aan de hand en moet er toch iets worden gedaan?

‘Klopt, ook als het niet objectief meetbaar is, moet er gewoon iets veranderen als een kind zich gepest voelt.’

Denk je dat kinderen met autisme in dit opzicht ook kwetsbaarder zijn?

‘Ik kan me zo voorstellen dat kinderen met autisme ook vaak tot die groep behoren van de twintig procent, maar ik heb dat in dit onderzoek niet kunnen vaststellen omdat het om een te kleine groep ging. Er zijn wel andere onderzoeken die concluderen dat kinderen met autisme meer risico lopen gepest te worden. Dat heeft dan vooral te maken met het ‘buiten de norm’ vallen. Het gebeurt dan ook vaak dat als kinderen ouder worden en een vervolgopleiding doen waar

ze meer met gelijkgestemden zijn, het pesten ineens ophoudt. Dan vallen ze namelijk wél binnen de groepsnorm. Op de basisschool zit alles door elkaar en is er nog geen niveauverschil. Ik denk dus niet dat autisme op zich een risicofactor is, maar het buiten de norm vallen wel. En zolang je buiten de norm valt, ben je al snel het slachtoffer. Maar dat geldt

ook, zo blijkt uit mijn onderzoek, voor homo- of biseksuele kinderen/jongeren of kinderen die geen genderconform gedrag vertonen.

Toch hoeft het niet altijd mis te gaan, en daar komt de groep dan weer bij kijken. Als de groepsnorm is: iedereen mag er zijn en diversiteit is prima, dan lopen kinderen die net even anders zijn echt minder risico.’

Wat kunnen ouders betekenen in dit hele proces?

‘Ik denk dat ouders meer betrokken kunnen worden vanuit school, dat er meer contact kan zijn. Zodat ouders beter signalen van pesten leren herkennen, dat ze weten wat de school eraan doet en beter begrijpen dat bijvoorbeeld vervelend gedrag thuis te maken kan hebben met pesten op school. En contact tussen ouders onderling is ook belangrijk. Vaak zie je toch wel gedoe tussen ouders over elkaars kinderen. Maar als je ervoor kan zorgen dat ook de oudergroep betrokken is bij elkaar en een ‘groep’ vormt, dan voorkom je dat een paar kinderen ook op die manier, denk aan bijvoorbeeld uitnodigingen voor kinderfeestjes, buiten de boot valt. Dat ouders niet zeggen: Jouw kind pest, dus dat moet gestraft worden! Maar eerder: Hoe zorgen we ervoor dat al onze kinderen respectvol met elkaar omgaan?’

En ouders moeten natuurlijk zelf ook actief contact zoeken om samen met de leerkracht te bekijken wat er preventief gedaan kan worden, zeker als ze een kind hebben dat vermoedelijk ‘buiten de norm’ valt, of dat al eerder gepest is. Als ouder ken je je kind het beste. Als je meteen vanaf het begin aangeeft waar jouw kind goed in is, en samen met de leerkracht kijkt hoe je die positieve punten kunt benadrukken, dan geef je je kind een goede start met meer zelfvertrouwen en een leuke rol in de klas. Ieder kind in de klas zou eigenlijk een positieve rol moeten hebben. Een van de programma's daarvoor heet *Meaningful Roles*. Zo kun je een kind bijvoorbeeld verantwoordelijk maken voor het verwelkomen van de klas en iedereen de hand laten schudden aan het begin van de les bij de deur van het lokaal. Wel onder toezicht natuurlijk, want je moet niet hebben dat het bij sommige kinderen net even wat harder knijpt...’

Wat gebeurt er nu met jouw aanbevelingen uit je proefschrift?

‘Ik werk samen met KiVa om te kijken hoe we de rol van de ouders in het programma kunnen integreren. En we zijn bezig met een subsidieaanvraag om het idee dat ik net schetste, van meer maatwerk, in de praktijk te brengen en te testen. Basis daarvan is dat leerkrachten gaan werken met sociogrammen om meer informatie te krijgen over hoe het gaat met alle kinderen in de klas, over hun sociale positie, onderlinge relaties en vriendschappen en over of ze gepest worden of niet. Aan de hand daarvan kun je dan een actieplan maken gericht op het individu: een soort PDCA-cirkel, Plan Do Check Act. We zijn nu bezig om een tool te ontwikkelen voor leerkrachten, zodat ze daar ook echt in worden ondersteund.’

Het is een heel interessant onderwerp om mee bezig te zijn, hoe groepen op elkaar reageren, zoiets menselijks en fundamenteels. Het is mooi om onderzoek te doen waar je niet alleen interessante resultaten uit afleidt, maar waar je ook in de praktijk iets mee kunt waardoor kinderen blijer worden.’ ●

Meer lezen over het onderzoek van Tessa Kaufman en het hele proefschrift lezen?

Kijk dan op rug.nl/staff/t.m.l.kaufman of scan de QR-code.



Erik Jan Harmens (1970) is schrijver, dichter en columnist voor Het Parool. In 2017 verscheen *Pauwl*, een tragikomisch inkijkje in het leven van een man met autisme. *Hallo muur* (2015) en *Door het licht* (2018) waren twee extreem autobiografische boeken over leven zonder verdoving. Over dat thema maakt Erik Jan ook een serie podcasts, getiteld: *Onverdoofd*.



© Oscar van Beest

Eindelijk zijn wie ik ben

Deze zomer ben ik vijftig geworden en ik weet nu precies een jaar dat ik autisme heb. In alle jaren hiervoor waren er al wel vermoedens. Iets met erfelijkheid: mijn opa was een slaaf van zijn rituelen, mijn moeder extreem gevoelig voor veranderingen en mijn zoon kreeg al op zijn derde een ASS-diagnose. Ik vormde de tussenliggende schakel, was ik de dans ontsprongen? Nee, want als kind leefde ik al meer in mijn droomwereld dan in de realiteit. In de jaren tachtig waren er minder prikkels dan nu, er was nog geen internet, er waren geen mobieltjes en sociale media, maar wat er elke dag op me afkwam was veel te veel.

Het werd alleen maar meer en om dat het hoofd te bieden ging ik vanaf mijn twintigste bij wijze van zelfmedicatie steeds meer drinken. Pas acht jaar geleden viel het kwartje dat ik daarmee moest stoppen. Zonder alcohol voel ik alles weer en alles is heel veel. Misschien wel té veel, voor een mens dat niet is uitgerust met een zeef die alle kleine dingen meteen doorlaat, maar de grote nog even laat liggen. Zonder zeef komen kleine en grote dingen als één homp binnen en ik weet niet wat wát is. Er is ook niemand die het me vertelt en daardoor voel ik me vaak alleen.

Veel meer nog dan toen ik zonder diagnose door het leven ging, heb ik het idee nergens bij te horen. Ik hoor niet bij de mensen in het spectrum, want ik ben er pas op mijn negenenvertigste ‘bij gekomen’ en nu ben ik bang dat ze denken dat ik de boel belazer en helemaal geen autisme heb. Ik hoor ook niet meer bij de mensen buiten het spectrum, ik ben nu immers officieel een man met een beperking.

Pas was ik op visite bij iemand die ik aardig vind en graag vaker zou zien. Toen ik haar vertelde over mijn diagnose was ik bang dat ik me van haar had vervreemd, terwijl ik juist dichterbij wilde komen. In lichte paniek wilde ik de boel gaan downplayen en haar op het hart drukken dat het allemaal wel meevalt met dat autisme van mij. Dat ik prima functioneer en veel vrienden heb. Ik heb dat uiteindelijk toch niet gedaan, want ik wil mezelf niet ‘normaal’ maken voor een ander. Ik wil eindelijk zijn wie ik ben, van die man houden en vervolgens hopen dat anderen mijn voorbeeld volgen. ●