



# Het pestseizoen is weer begonnen

**Pesten op school** Scholen zijn sinds deze maand verplicht om iets tegen pesten te ondernemen - om het in elk geval in de gaten te houden. Maar er zijn nog geen anti-pestprogramma's die door de overheid zijn goedgekeurd.



Een vriendin van de Amerikaanse grafisch ontwerper **Merilee Allred** geloofde niet dat Allred vroeger gepest was vanwege haar uiterlijk. Ze vroeg om fotografisch bewijs. Allred stuurde haar deze foto, waarbij ze op haar 35ste een foto vasthoudt van toen ze 11 was. Eerst schaamde ze zich, maar daarna vroeg ze ook anderen om dit soort foto's van zichzelf te laten zien. Het resulteerde in het *Awkward Years Project* ([www.awkwardyearsproject.com](http://www.awkwardyearsproject.com)), het project 'gênante jaren'. Boven, v.l.n.r.: **Autumn** (32/13), gepest door haar klasgenoten én de leraar, gourmetchef **Mark** (38/19), advocatenassistent **Laura** (41/12) en model/actrice **Deena Marie** (?/13).

Door **Ellen de Bruin**

**H**et is zover. De scholen zijn weer begonnen. En daarmee voor sommige kinderen het jachtseizoen. Gemiddeld worden in elke basisschoolklas circa twee à drie kinderen gepest. Die worden regelmatig buitengesloten, uitgescholden, aangevallen, vernederd; hun spullen worden afgepakt of kapotgemaakt en ze kunnen er niets tegen doen, want de pester is machtiger.

De precieze cijfers verschillen per onderzoek, maar gemiddeld heeft elke klas dus enkele kinderen die extra risico lopen om angstig, eenzaam en somber te worden, om hun zelfvertrouwen en hun schoolcijfers te zien kelderen en om lichamelijke klachten te krijgen zoals buikpijn en bedplassen. Ook is de kans groter dan bij kinderen die niet gepest zijn dat ze later, als volwassene, in een depressie belanden.

Het goede nieuws is dat scholen tegenwoordig actie moeten ondernemen tegen pesten. Sinds 1 augustus dit jaar zijn alle scholen voor basisonderwijs, voortgezet onderwijs en speciaal onderwijs in Nederland bij wet verplicht voor de „sociale, psychische en fysieke veiligheid” van hun leerlingen te zorgen. Scholen moeten beleid tegen pesten hebben, het pesten op hun school in kaart brengen, en voor beleid en monitoring moet één persoon op school verantwoordelijk zijn, die ook aanspreekpunt is.

Daarnaast is vorig jaar, in opdracht van de overheid, de *Richtlijn Pesten* van het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid uitgebracht. Minne Fekkes van TNO Child Health en zijn collega's ontwikkelden die in drie jaar, op basis van wetenschappelijke literatuur en praktijktests. Jeugdartsen en -verpleegkundigen moeten kinderen van boven de vier nu altijd vragen of die lekker in hun vel zitten en of ze weleens gepest worden - bij elk 'contactmoment'. „Wat je vroeger het bezoek aan de schoolarts noemde”, zegt Fekkes. „Daar werd je dan vooral gemeten en gewogen, nu ligt de nadruk meer op psychosociale aspecten.”

Wordt er nu dan meer gepest dan vroeger? Dat weten we niet, zegt Fekkes. Misschien, speculeert hij, wordt fysiek pesten, zoals iemand in elkaar slaan, minder getolereerd. „Al ken ik daar geen onderzoek naar.” Aan de andere kant is cyberpesten erbij gekomen: kinderen die elkaar belachelijk maken op sociale media of in whatsapp-groepjes. „Maar iemand is zelden slachtoffer van cyberpesten terwijl hij in de gewone groep niet gepest wordt”, zegt Fekkes.

Terug naar de richtlijn: wordt een kind gepest, dan kan het doorverwezen worden naar bijvoorbeeld een weerbaarheidstraining. Of er wordt, als op school veel gepest wordt, overlegd over een anti-pestprogramma op school. Er zijn er tientallen, van individuele cursussen tot klassikale en schoolbrede interventies. Sommige willen pesten voorkomen, andere genezen, weer andere beide. De richtlijn bespreekt er

slechts een handvol. Want van veruit de meeste anti-pestprogramma's is (nog) niet aangetoond dat ze werken.

Nog een lacune: voor het basisonderwijs wel, maar voor het voortgezet en het speciaal onderwijs bestaan geen schoolbrede programma's. „De structuur van de basisschool maakt het makkelijker die programma's in te passen”, zegt Fekkes. Op de basisschool wordt wel meer gepest, zegt René Veenstra, als hoogleraar sociologie in Groningen gespecialiseerd in pesten. „Maar als er in het voortgezet onderwijs gepest wordt is dat extra erg, als verder bijna iedereen het fijn heeft. Dan kan een kind makkelijk denken: het ligt aan mij.” Veenstra wijst op een Amerikaanse meta-analyse (*Journal of Applied Developmental Psychology*, maart 2015) waaruit kwam dat na de basisschool anti-pestprogramma's geen effect meer hebben.

En voor het voortgezet speciaal onderwijs is er nog minder, zegt Bram Orobio de Castro, hoogleraar ontwikkelingspsychologie in Utrecht. Hij beoordeelt anti-pestprogramma's voor de overheid (zie inzet). „Interventies zijn meestal gericht op kinderen die over dit soort dingen kunnen nadenken en praten. Maar als kinderen niet zo verbaal zijn... Je zou misschien

Of er tegenwoordig meer gepest wordt dan vroeger weten we niet

een groep mensen met verstand van die doelgroep een speciaal programma moeten laten ontwikkelen. Dat klinkt misschien stom, want er zijn al zoveel programma's, maar juist voor deze doelgroep lijkt een andere aanpak nodig.”

De drie onderzoekers geloven niet dat het mogelijk is om alle kinderen een pestvrije school te garanderen. „Je kunt dat heel moeilijk van bovenaf invoeren”, zegt Orobio de Castro. „Zo van: hier komen de mariniers en binnen één jaar is je school pestvrij. Dat is wat iedereen wil.” Maar zóveel hangt ook af van de groep leerlingen, de leerkrachten, de schooldirecteur, zegt hij. Scholen waar anti-pestprogramma's effectief bleken, waren bijvoorbeeld allemaal heel gemotiveerd. „Niet-gemotiveerde scholen voeren het misschien minder goed uit en zodra je het gaat verdunnen, worden de effecten minder.” Daarom gelooft hij ook niet dat het verplicht stellen van anti-pestprogramma's genoeg is. „In een goed huwelijk wordt veel gepraat”, zegt hij. „Maar het helpt niet genoeg om praten in een slecht huwelijk verplicht te stellen.” Je moet ook in staat zijn te zorgen dat het goed komt.

Het boek *Pesten op School* van M. Vermande, M. van der Meulen en A. Reijntjes (Boom, tweede druk, 2015, 235 blz.) vat de nieuwste wetenschap op pestgebied goed samen.

## EFFECTIVITEITSONDERZOEK

Welke anti-pestprogramma's werken en wie gaat dat allemaal onderzoeken?

**In april vorig jaar beoordeelde een speciale commissie 61 anti-pestprogramma's in opdracht van het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap.** Vermindert het programma pesten? Deugt de theoretische onderbouwing? Is goed beschreven hoe het gebruikt moet worden? Nul programma's scoorden op alle drie die punten goed, 9 werden voorlopig goedgekeurd, 4 voorlopig afgewezen. De commissie wees 48 van de 61 programma's af; daarvan was niet aannemelijk dat ze werken tegen pesten. „Het werd een beetje gepresenteerd als bijltjesdag”, zegt Bram Orobio de Castro, die in die commissie zat. „Ik kreeg ook mails dat ik door negatieve oordelen kinderen ver-

moordde. Iedereen in dit veld krijgt zulke mails.” Sommige afgewezen programma's laten verder onderzoek doen. Dat moet wel door onafhankelijke onderzoekers gebeuren.

**Het verraste Orobio de Castro hoe weinig men bij sommige programma's over wetenschappelijk onderzoek wist.** Hij had zelf naast de beoordelingscategorie 'afgevoerd' nog een categorie willen aanwijzen: „Programma's die riskant zijn, die je echt niet moet doen. Maar dat was niet de opdracht.” Hij noemt een methode waarbij kinderen pesten anoniem digitaal kunnen melden. „Vervolgens komt er iemand in de klas zeggen: jij moet stoppen met pesten. Dat werkt natuurlijk wantrouwen in de hand. En kinderen gaan ook om te pesten andere kinderen aanmelden.”

**Vanaf oktober 2016 gaan onderzoekers, onder wie Orobio de Castro, van 10 van de 13 overgebleven programma's opnieuw onderzoeken of ze werken** (ze zoeken nog scholen).

„Pestkoppen Stoppen” en 'De Vreedzame School' trokken zich terug. „Die laatste zei: we zijn geen programma tegen pesten maar om goed burgerschap te bevorderen. Dat kan. 'Kanjertaining' is trouwens ook niet alleen tegen pesten, maar die zit er nog wel bij.” Kanjertaining leert kinderen goed met elkaar om te gaan. Lillian Vlieg promoveerde er gisteren op, met Orobio de Castro als promotor. Na tien individuele sessies hadden kinderen onder andere minder het gevoel gepest te worden.

**Ook KiVa wordt niet opnieuw onderzocht.** Dat is een schoolbrede, van oorsprong Finse anti-pestmethode, in Nederland geïntroduceerd door de Groningse hoogleraar sociologie René Veenstra. Deze week werd al bekendgemaakt dat op de KiVa-scholen na twee jaar minder werd gepest dan op de scholen uit de wachtlijstcontrolegroep.

**Concurreren al die programma's met elkaar? Niet per se,** zegt Minne Fekkes van TNO. „Het is goed als er meerdere wetenschappelijk onderbouwde interventies zijn, net als je verschillende wiskundemethodes hebt.” Zelf gaat Fekkes samen met de HvA en de UvA onderzoeken of pesten afneemt als scholen louter een 'pestmeter' krijgen: feedback over pesten. Dit als deel van een onderzoek naar het anti-pestprogramma 'Prima'.