

Omgaan met pesten

Handleiding voor lagere
en secundaire scholen

Inhoudsopgave

1	Inleiding	1
1.1	Hoe kunnen scholen daar nu verandering in brengen?	1
1.2	Hoe kunnen we jongeren dan wel werkelijk bijstaan?	1
1.3	Hoe gaan we dan te werk?	1
1.4	Wat zijn de basisvoorwaarden?	2
1.5	Wat is de motivatie van de aanpak?	2
1.6	Hoe is de handleiding opgebouwd?	2
2	De aanpak in zijn verschillende hoedanigheden	2
2.1	Een leerling komt melden dat hij/zij gepest wordt.....	2
2.1.1	Wat is een ontschuldigend gesprek tussen pester en gepeste?.....	3
2.1.2	Het tweede (coachend) gesprek	7
2.1.3	Het derde (coachend) gesprek.....	8
2.1.4	Het afrondingsgesprek	8
2.2	Een leerling meldt dat een leerling van de klas gepest wordt	9
2.3	Een leerling (leerlingen) meldt (melden) dat een leerling op de speelplaats gepest wordt.....	10
2.4	Een leerkracht heeft sterk het vermoeden dat een leerling gepest wordt	10
2.5	Een leerkracht interpreteert gedrag van een leerling als zijnde pestgedrag	10
2.6	Is elk grensoverschrijdend gedrag via een ontschuldigend gesprek benaderbaar?	10
3	De kapstok om mee te werken	10
3.1	De procedure.....	10
3.2	De procedure om eerst veiligheid te installeren.....	10
4	Enkele vragen en valkuilen bij de procedure	11
4.1	Moeten er steeds 'die' hoeveelheid van gesprekken gevoerd worden?	11
4.2	Wat als het pesten blijft doorgaan?	11
4.3	Wat als twee klasgroepen tegenover elkaar staan waarbij de ene partij zich het slachtoffer voelt van de andere?	11
4.4	Wat als we te maken hebben met kinderen (zoals kinderen met diagnose ASS ...) waarbij het inlevingsvermogen en de sociale vaardigheden een obstakel kunnen.....	11
4.5	Wat met een gedragsstoornis?	11
4.6	Zijn er geen concrete tips om het 'ontschuldigen' te bevorderen?	11
4.7	Wat met cyberpesten?	12
4.8	Wat is de beste preventie tegen pesten?	12
5	Geraadpleegde bron	12

1 Inleiding

Het is al jaren vijf na twaalf. Het is al jaren dat psychologen, professoren, beleidsmakers, psychiaters, welzijnswerkers, vrijwilligers, sociaal werkers ... met hun analyses en wetenschappelijke geschriften ons inzage willen geven in de psychologische mechanismen van het pestgedrag. De pester en de gepeste hebben reeds hun profiel aangemeten gekregen. De zwijgende middengroep staat erbij en kijkt ernaar. De angst om het eventuele volgende slachtoffer te worden, houdt de zwijgende meerderheid in het midden. De angst om deloyaal te worden met de groep belet jongeren het pesten te melden. Juist omwille van de kwetsbare positie van jongeren – het zijn zij die immers ergens willen bijhoren in hun zoektocht naar zichzelf – blijven ze toekijken aan de rand van dikwijls verschrikkelijke taferelen. Juist zij weten dat melden een nefaste uitwerking kan hebben op zowel de groep als op het gepeste individu, want door de groepsdynamische werkelijkheid van de peergroup voelen zij melden aan als 'klikken'. Vanuit die achtergrond houdt de pester zijn status hoog. Die status is voor hem een constante drijfveer om het pestgedrag te bestendigen. De beste verdediging is de aanval, want in vele gevallen is de pester ooit zelf gepest geweest. De gepeste is onmachtig in zijn 'losing mood' en zijn onvermogen tot weerbaarheid. De pester is machtig in zijn 'winning mood' en zijn onvermogen tot empathie.

1.1 Hoe kunnen scholen daar nu verandering in brengen?

Het aanbod van projecten, preventiecampagnes, films, boeken, theaterstukken ... is helaas niet voldoende. Deze prachtige initiatieven brengen naast een dosis info en emotionele verontwaardiging echter geen werkelijke verandering teweeg in het dagdagelijkse leven van jongeren. Ze krijgen bevestiging in hun reeds frustrerende onmacht en hopen met z'n allen dat het ooit wel eens zal stoppen ...

1.2 Hoe kunnen we jongeren dan wel werkelijk bijstaan?

Door een school te zijn die de noodzakelijke veiligheid kan bieden, zodat jongeren lerend, spelend en samenlevend kunnen groeien. Zoals het onderwijs sterk staat in de kennisoverdracht en specifieke schoolse vaardigheden, zo is het tevens van cruciaal belang sociale vaardigheden bij te brengen die het psychisch welbevinden bevorderen, bestendigen of herstellen. Gezien de droeve statistieken over depressies en zelfmoorden, gezien de vele gevallen van psychisch lijden door pesten, zijn we het aan onze jongeren en onszelf verschuldigd om daadkrachtig in te grijpen.

1.3 Hoe gaan we dan te werk?

Juridisch staat of valt een school met een degelijk onderbouwd schoolreglement. Elke school vermeldt de handleiding 'omgaan met pesten' in het schoolreglement. De veiligheid begint met een duidelijke en strikt omliggende procedure. Elke participant van de school (leerkracht, directie, leerling, ouder, CLB-medewerker ...) is op de hoogte van de procedure.

1.4 Wat zijn de basisvoorwaarden?

Het belangrijkste is **een directie** die wil inzetten op geestelijke gezondheid; die wil investeren in opleiding en aanstelling van leerlingbegeleiders die de noodzakelijke, interactionele interventies zullen waarmaken op de schoolvloer; een directie die het lerarenkorps wil informeren en enthousiasmeren over de aanpak; die een nauwere samenwerking oplegt met medewerkers van het CLB of die een CLB-medewerker kan laten detacheren voor de opvolging, begeleiding of uitwerking van de afgesproken aanpak; een directie die het vrijblijvende karakter van vrijwillige hulp bij psychisch leed kan laten bestaan naast een nieuwe schoolcultuur van geïmplementeerde hulp ...

1.5 Wat is de motivatie van de aanpak?

De aanpak is gebaseerd op de naar verbondenheid hunkerende mens. De gepeste ligt eruit, hoort er niet bij, geraakt geïsoleerd, is pijnlijk uit verbinding. Hij kan die levensnoodzakelijke verbinding niet (meer) zelf bewerkstelligen. Hij lijdt stilletjes, soms zichtbaar, dikwijls onzichtbaar.

De aanpak bestaat erin dat we opnieuw verbinding trachten tot stand te brengen. Niet zomaar een verbinding, maar een verbinding tussen een slachtoffer (de gepeste) en een dader (de pester). Meestal springt er van een groepje pesters één iemand uit die het voortouw neemt in het pestgedrag, de anderen kunnen beschouwd worden als meelopers. Indien nodig kunnen leden van de 'pestgroep' apart in de procedure gehoord worden. De leden van de zwijgende middengroep beschouwen we niet als meelopers, eerder slachtoffers vanuit een zelfbeschermende loyaliteitsreflex.

1.6 Hoe is de handleiding opgebouwd?

De procedure wordt verklaard aan de hand van dagdagelijkse situaties.

De te volgen stappen worden uitvoerig geschetst en geïllustreerd met een voorbeeld uit de praktijk.

Tot slot volgt een korte en duidelijke kapstok (**de procedure**) waarmee gewerkt kan worden.

Ook mogelijke valkuilen in de procedure worden beschreven.

2 De aanpak in zijn verschillende hoedanigheden

2.1 Een leerling komt melden dat hij/zij gepest wordt

Aanpak: een vernieuwde schoolcultuur kan zo geïnstalleerd worden dat je (leerkracht, pedagogische begeleider, directielid ...) als *eerste aanspreekpunt* kan gekozen worden door een gepeste leerling. Die *eerstelijnsontvankelijkheid* kadert in de spontane, sociale verhouding van de dagelijkse, opvoedkundige realiteit. In de context van een 'pestprocedure' is dat eerste aanspreekpunt een 'er zijn', terwijl de procedure 'een handelen naar' inhoudt, die degelijk en juridisch onderbouwd is.

Als je concludeert dat het wel degelijk om pestgedrag gaat, dan laat je de gepeste weten dat je volgens de afgesproken procedure 'die persoon' zal aanspreken over het pesten.

Ook als je twijfelt (over de ernst van de feiten of de waarachtigheid van het verhaal) spreek je 'die persoon' aan. *'Die persoon' is aangewezen door het schoolbestuur om de procedure uit te voeren. Verder in de tekst aangeduid als DP.*

Een leerling die zelf komt melden dat hij gepest wordt, moet **ALTIJD** ernstig genomen worden.

In deze fase worden geen ouders en geen neutrale klasgenoten bij de procedure betrokken. (Wat niet uitsluit natuurlijk dat de gepeste zijn/haar ouders heeft verteld over zijn/haar initiatief.) Maximaal zijn er twee volwassenen betrokken (hij/zij die door de leerling als aanspreekpunt werd uitgekozen, hij/zij die DP is).

Nu komt DP in actie. Hij/zij zal een eerste gesprek aanvragen bij de leerling en hem/haar op de hoogte brengen van zijn/haar aanpak. De nadruk blijft liggen op de vertrouwelijkheid van het gesprek. De feiten worden opnieuw in kaart gebracht, de pester krijgt een naam, er wordt gevraagd naar de mogelijke stappen die de gepeste reeds heeft ondernomen om uit zijn/haar impasse te geraken ... Wanneer de gepeste (in het beste geval) erin toestemt een gesprek aan te gaan met de pester zal DP contact opnemen met de pester. De pester krijgt een datum, plaats en uur van afspraak te horen, waarna de gepeste op de hoogte wordt gebracht van die ontmoeting. DP benadrukt het 'ontschuldiging' karakter van de ontmoeting. Niemand zal gestraft worden, de gepeste (slachtoffer) komt in interactie met de pester (dader) en DP bewaakt de veiligheid, de vertrouwelijkheid en de uitkomst van de ontmoeting. Stel dat de gepeste weigert in de procedure te stappen, dan is het raadzaam deze te overtuigen van het belang van de procedure. Hier kan het nuttig zijn de ouders te contacteren om samen met hen de gepeste leerling te coachen naar het ontschuldigend gesprek.

2.1.1 Wat is een **ontschuldiging gesprek** tussen pester en gepeste?

'Ontschuldigen' betekent *weg* van de schuld gaan, de schuld ontheffen van de beschuldigende intentie, echter zonder de schuld (door het aangedane onrecht) onder de mat te vegen of te negeren.

'Ontschuldigen' (in de interactionele context) betekent dat het aangedane onrecht, door de dader veroorzaakt, een plaats kan krijgen voor het slachtoffer. Dit kan enkel gebeuren door een gesprek tussen dader en slachtoffer, waarbij de dader zijn aandeel in de schuld kan erkennen. Deze erkenning, dit ontvangen van schuld impliceert een belangrijke ontlastende, ontschuldigende beweging die het slachtoffer nodig heeft om op zijn beurt de erkenning van het aangedane onrecht te kunnen ontvangen. Ontschuldigen is meestal een wederzijds gebeuren. Denk maar een ruzie die minder frustrerend afloopt als de verschillende partijen in staat zijn hun eigen aandeel te erkennen en toegevingen te doen in de richting van de andere.

Bij pesten spreken we meestal van een éézijdige ontschuldiging. De gepeste ontvangt van de dader en kan also ontschuldigen. Doch kan men ook spreken van wederzijds ontschuldigen (zie later in de procedure) omdat de gepeste ook gevraagd wordt om naar de leefwereld van de pester te kijken ...

Het ontschuldigend gesprek is het meest cruciale in de procedure. De volgende gesprekken (zie procedure) zijn even belangrijk maar hebben een **coachend**

karakter.

Het ontschuldigend gesprek kan pas slagen als tijd (een interactie van 120 min. is geen uitzondering), plaats (kies een veilige, afgezonderde ruimte) en timing (de tijd tussen aanmelding en gesprek mag niet langer dan 1 week duren) in acht worden genomen. Ook DP moet bedreven zijn in het voeren van deze gesprekken (door opleiding, ervaring, talent ...).

Het ontschuldigen gebeurt dus tijdens de interactie. Uitzonderlijk kan de gepeste (uit angst ...) weigeren om in dezelfde ruimte als de pester te zitten. Probeer toch (zie overtuigende, coachende kracht van DP) het gesprek te laten doorgaan. Je wint er kostbare tijd mee (belangrijk voor het welzijn van alle betrokkenen). Kan je de gepeste toch niet overtuigen, dan zal de procedure in een andere hoedanigheid verdergaan (zie verder bij procedure).

Het ontschuldigend gesprek (met praktijkvoorbeeld)

Het cursieve gedeelte in de tekst is een voorbeeld uit de praktijk, natuurlijk met fictieve namen. Leeftijd van de jongeren: 13 en 14 jaar.

Pester en gepeste zitten op veilige afstand van elkaar. Ook niet te ver want anders is interactie onmogelijk.

DP: Karel, je weet toch waarom je hier bent uitgenodigd?

Karel: Ja, een beetje wel.

DP: Een beetje, ik denk dat dat niet genoeg is (en kijkt richting Tom).

DP: Ik wil toch even de bedoeling van deze ontmoeting schetsen. Om goed te kunnen leren, moeten we ons allemaal goed en veilig in ons vel voelen. Ik stel vast dat dat voor Tom nu niet aan de orde is. Deel je mijn mening daarin Karel?

Karel: Ja, ik denk het wel.

DP: Goed. Ik wil met jullie bespreken hoe we er in de toekomst voor kunnen zorgen dat we, zowel jij Karel als Tom, die veilige omgeving gaan installeren.

Is dat ok voor jullie?

Tom en Karel knikken van Ja.

DP: Hier is voor elk van jullie een blad papier en ik geef jullie de tijd om over enkele zaken na te denken, die je nadien kan opschrijven. Het is geen schoolse opdracht, je kunt er geen punten mee winnen of verliezen ... Het zijn misschien geen gemakkelijke vragen, maar ik zal jullie zeker aanmoedigen en jullie de tijd geven. Weet dat jullie maar met één duidelijke reden hier samen zijn, en die reden is dat ik niet duld (van niemand) dat iemand gepest wordt (en kijkt richting Karel).

Wil ik dan dat jullie de beste maatjes worden? Nee dus. Maar ik wil wel dat jullie op het einde van deze ontmoeting een belangrijke eerste stap hebben gezet in de richting van 'geen beste maatje' naar 'jij mag er zijn'.

Het eerste deel van de ontmoeting is een *schriftelijk* deel (dit om de veiligheid en de zelfreflectie te waarborgen).

Na een korte inleiding (zie praktijkvoorbeeld hierboven) waarbij DP de bedoeling nog even schetst, krijgen zowel gepeste als pester een blad papier (A4) en een balpen. De voorkant is een positieve kant (ze schrijven elk een plusteken bovenaan hun blad). De achterkant is een negatieve kant (ze draaien het blad om en schrijven een minteken bovenaan het blad).

DP vraagt nu aan de pester en de gepeste om na te denken over de talenten/vaardigheden/positieve eigenschappen van de ander. DP nodigt hen daarna uit om drie talenten/vaardigheden/positieve eigenschappen neer te schrijven.

Nadien (neem voldoende tijd) vraagt DP hun blad om te draaien. Nu nodigt DP de pester uit om drie negatieve eigenschappen of ergernissen neer te schrijven. Aan de gepeste wordt gevraagd drie gedragingen van de pester op te schrijven die **onmiddellijk moeten stoppen**.

Dit is een aanzet tot een gesprek over beeldvorming. DP kiest die woorden die aansluiten bij de gevoelswereld van betrokkenen (zo kan er gesproken worden over last hebben met/storend gedrag/uitblinken in iets ...).

Nu volgt het tweede gedeelte (de eigenlijke, ontschuldigende interactie).

*DP: Tom, zou jij aan Karel (ook al weet ik dat het niet simpel is voor jou om dat te doen) de positieve punten willen meedelen. (Dingen waarvan jij vindt dat Karel goed kan.)
Neem rustig de tijd. Karel, ik wil dat jij goed naar Tom luistert want we gaan het daar straks over hebben.*

Tom: Euh ... , Karel is een kei in sport ... hij kan goed voetballen.

DP: Goed zo, zijn er nog andere dingen die hij goed kan?

Tom: Pesten ...

DP: Ja dat zeker, maar daar gaan we straks werk van maken. Probeer eens na te gaan wat hij juist wel kan dat jou helemaal niet lukt.

Tom: Voetballen, maar dat heb ik al gezegd ... Euh ... , misschien dat hij veel aantrek heeft bij de meisjes ...

DP: Zou jij ook die aandacht willen van de meisjes?

Tom: Soms, soms niet ...

DP: Probeer nog een laatste, sterke kant van Karel te benoemen.

Tom: Hij is sterk, ik kan niet tegen hem op ...

DP: Karel, hoe is dat voor jou om door Tom als 'sterk, aantrekkelijk voor de meisjes en goede voetballer' beschouwd te worden ...

Karel: Dat klopt wel (beetje triomferend) ...

DP: Vind je dat fijn om te horen?

Karel: Ja, eigenlijk wel ...

DP: Nu is het aan jou om drie positieve punten naar voren te brengen.

Karel: Hij is goed in wiskunde ... hij kan ... af en toe heel gevat uit de hoek komen en ... hij is snel met de computer ...

DP: Tom, hoe is het om dat te horen ...?

Tom: (Kijkt verbaasd) Vind ik wel cool.

DP: Tom, wil jij nu je blad omdraaien en de drie punten opsommen waarvan je vindt dat Karel er onmiddellijk mee moet ophouden.

Tom: Dat hij me niet meer achterna zit, dat hij me met rust laat en dat hij me geen mietje meer noemt ...

DP: Wat bedoel je met achterna zitten?

Tom: Op de speelplaats zoekt hij me steeds op en begint gekke bekken te trekken, iedereen moet dan natuurlijk hard lachen ... behalve ik ...

DP: Klopt dat wat Tom zegt?

Karel: Ja, maar ik bedoel dat zo niet.

DP: Hoe bedoel je dat dan wel?

Karel: Gewoon, ik wil lol trappen en trek gekke gezichten. Daar is toch niets mis mee.

DP: Vraag het eens aan Tom of daar iets mis mee is.
Karel: ...*(kijkt niet begrijpend naar DP)* ...
DP: Je mag je nu richten tot Tom en de vraag inderdaad aan hem stellen.
Karel:*(kijkt naar Tom)* Ik trek toch maar gewoon gekke ...
DP: We beginnen opnieuw ... Je wil weten of er iets mis mee is ...
Karel: Wat is er mis mee dat we lol trappen?
DP: Opnieuw Karel ...*want er is niets mis mee dat er lol wordt gemaakt.*
Karel: Goed, ik denk dat Tom het niet fijn vindt ...
DP: Wat niet fijn vindt?
Karel: Dat ik hem uitdaag en dat we dan lol maken ...
DP: Zou het kunnen Karel dat Tom het verschrikkelijk erg vindt dat hij belachelijk gemaakt wordt door jou ...?
Karel:*Dat is nooit mijn bedoeling geweest.*
DP: Hoe wil je Tom duidelijk maken dat het nooit je bedoeling was hem belachelijk te maken?
Karel: Misschien door een sorry te zeggen.
DP: Probeer maar.
Karel: Sorry Tom ...
DP: Vind ik knap van je, Karel. Vind je ook niet Tom?
Tom:*(Knikt duidelijk een ja)*
DP: Wat zou je Karel nog willen zeggen over je tweede punt, dat met rust gelaten willen worden?
Tom: Als hij me niet meer belachelijk zou maken, dan zou ik al heel blij zijn.
DP: Gaat dat lukken Karel, wat denk je?
Karel: Zal moeten zeker?
DP: Moeten, moeten ... Het kan alleen werken als jij de kans krijgt om daar aan te werken. Ik denk *(kijkend naar Tom)* dat hij het belangrijk vindt te weten dat het niet je bedoeling was. Stel je maar eens in de plaats van Tom, Karel, hoe zou jij je voelen?
Karel: Ik weet niet ...
DP: Maar nu weet je het wel van Tom en hij vindt het verschrikkelijk ... Kun je je dat inbeelden?
Karel: Ik denk het wel ...
DP: Geef eens een situatie, Karel, waarin jij belachelijk werd gemaakt. Het mag iets zijn van al een tijdje geleden hoor ...
Karel: Op vorige school werd ik dikwijls uitgelachen ... omdat ik niet zo goed kan rekenen ...
DP: Dat moet verschrikkelijk voor je geweest zijn.
Karel: *(Kijkt stilletjes voor zich uit)*

DP laat stilte toe ...

DP: Tom, er staat nog een derde punt op je blad. Wil je het daar nog over hebben?
Tom: Nee, laat maar.
DP: Zou je iets willen toevoegen, Karel.
Karel: Nee ... of ... toch maar nee ...
DP: Ik stel voor dat we de ergernissen van Karel nu niet bespreken. Is dat ok voor jou Tom?
Tom: Ja.
DP: Ok voor jou, Karel?
Karel: Ja.

DP: Dan kunnen we stilletjes afronden. Ik neem alles wat hier verteld werd in vertrouwen mee naar de volgende afspraak. Jullie houden zich ook aan de geheimhouding. Karel, bedankt dat je zo openhartig was over je pestverleden. Tom, nu al bedankt voor je moed en je geduld om Karel de tijd te geven om het pesten te stoppen. Dit spreken we wel af Karel: je probeert je te houden aan de uitdrukkelijke wens van Tom om te stoppen met je pestgedrag ... Je weet best wat dat met je teweegbrengt.

Ik bewaar jullie papieren.

De volgende ontmoeting gaat door op maandag 20 februari, zelfde tijd, zelfde lokaal.

Tot dan.

DP geeft Karel en Tom een hand.

2.1.2 Het tweede (coachend) gesprek

Dit neemt maar een korte tijd in beslag. In de meeste gevallen (zeker in het aangehaalde praktijkvoorbeeld) zal het eerste gesprek een enorme gedragsverandering teweegbrengen. DP vraagt aan de gepeste of de pester zich aan de afspraken kon houden. Verwacht niet altijd een volledige ommekeer. Voor de pester is het juist moeilijk om een overwinningsgevoel op te geven. Het restpestgedrag ... zal langzaam in intentie afnemen. Jongeren groeien en leren door vallen en opstaan. Ook in de pestmaterie verloopt dat zo. De gepeste wordt alvast beloond en zit nu eindelijk in de winning mood.

DP: En Tom, hoe is de week verlopen, is Karel erin geslaagd je tegemoet te komen?

Tom: (zeer blij) Ja, absoluut.

DP: Fijn om dat te horen, Tom.

DP: Hoe was het voor jou, Karel?

Karel: Ging wel ...

DP: Ging wel ... klinkt niet zo enthousiast.

Karel: Nee ... ik heb er echt op gelet ... heb Tom met rust gelaten ... maar ...

DP: Maar ...?

Karel: Ik vond dat hij me begon uit te dagen.

DP: Uitdagen, wat bedoel je precies?

Karel: Ja, we hebben dat dan afgesproken vorige keer ... en nu staat hij daar met een grijns op zijn gezicht ... vind ik echt niet kunnen ...

DP: Tom, klopt het wat Karel hier komt te vertellen?

Tom: Euh ...

Karel: Vooral tijdens de les wiskunde heb ik het er moeilijk mee ...

DP: Tom, weet je nog dat Karel je tijdens ons vorige gesprek prees voor je kennis van wiskunde?

Tom: Ja, dat weet ik.

DP: Kun je erin komen dat dat voor Karel niet altijd gemakkelijk is ...?

Tom: Euh, ja ...

DP: Hoe zou je daar rekening mee kunnen houden?

Tom: Weet ik niet.

DP: Karel, zou je Tom kunnen helpen?

Karel: Och, ik kan die wiskunde niet ... Hoe kan hij me daarbij helpen?

DP: Jij kan toch goed voetballen, niet? Hoe zou jij Tom daarbij kunnen helpen?

Karel: Weet ik niet ... ik kan dat gewoon ... hij niet ...

DP: ... zoals Tom goed wiskunde kan en jij niet ...

DP laat stilte ...

DP: Tom, zou je nog iets willen zeggen tegen Karel?

Tom: Ik wil Karel wel eens helpen met wiskunde ...

DP: Dat vind ik knap, Tom. Wat vind je daarvan, Karel?

Karel: ... Ik kan dat toch niet ...

DP: Een beetje hulp kan natuurlijk nooit kwaad ... Dat kunnen jullie later misschien met elkaar bespreken (kijkt naar Tom en Karel).

Ik ben alvast trots op jullie. Karel, op jou, omdat je goed naar Tom hebt geluisterd en dat je, omdat je zelf beseft wat het is om gepest te worden, dat ook meegedeeld hebt aan Tom.

Tom, op jou ben ik trots omdat je, ondanks je moeilijke periode met Karel, rekening wil houden met de eerlijke (kwetsbare) opstelling van Karel.

We spreken volgende week af op 27 februari, zelfde tijd, zelfde lokaal.

Tot dan.

DP geeft Karel en Tom een hand.

2.1.3 Het derde (coachend) gesprek

Zoals het praktijkvoorbeeld laat zien, komen er onuitgesproken gevoelens aan bod of ergernissen die in het eerste gesprek verzwegen werden.

De coachende gesprekken geven de ruimte verder af te tasten wat er leeft tussen jongeren. DP blijft onpartijdig en zoekt naar een goede balans. Aanmoedigen en positief bekrachtigen zijn hier de sleutelwerkwoorden.

DP: En Karel, hoe is je week verlopen?

Karel: Gaat wel.

DP: Tom, hoe is het voor jou geweest?

Tom: Goed, Karel heeft me mee laten voetballen op de speelplaats.

DP: Wouw ... (steekt duim op naar Karel).

Karel: We zijn toen wel verloren (lacht naar DP).

DP: Och, de winnaar zit nu daar (kijkt knipogend naar Tom).

Goed, de volgende week gaan we ons laatste gesprek voeren.

We spreken af op 6 maart, zelfde uur, zelfde lokaal.

Tot dan.

DP geeft Karel en Tom een hand.

2.1.4 Het afrondingsgesprek

DP leidt het gesprek naar een blijvende (toekomstgerichte), verzoenende finale.

Afronden betekent niet dat pester en gepeste nu aan hun lot worden overgelaten. Naast de kans die ze krijgen om het waar te maken in de dagelijkse realiteit, zal DP benadrukken dat verdere hulp mogelijk blijft. Het is beter snel in te grijpen en te voorkomen dan in de onmacht te blijven hangen.

DP: Welkom Tom en Karel. Dit is ons (voorlopig) laatste gesprek. Wil je nog dingen kwijt, dan is het nu het moment ... (kijkt naar Karel en Tom).

DP: Wil jij nog iets kwijt Tom?

Tom: Nee.

DP: Jij, Karel?

Karel: Nee.

DP: Is het ok voor jullie dat we hier afronden?

Tom en Karel knikken.

DP: Goed. Ik wil jullie bedanken voor jullie medewerking. Heel knap.

Ik bewaar de schriftelijke gedeeltes die jullie gemaakt hebben ... Je weet maar nooit ... misschien komen ze ooit nog van pas ...maar ik denk het niet (overtuigend).

Bedankt Tom, bedankt Karel ...

DP geeft beide een stevige handdruk.

Ontschuldigende gesprekken en coachende gesprekken verlopen altijd anders. Afhankelijk van de interactie zal de toon dan eens zacht en begrijpend zijn, een andere keer hard en zakelijk. Zeker wanneer we te maken hebben met zware fysieke of psychische terreur. Bij fysieke terreur of vernielen van persoonlijke goederen moet er snel en kordaat worden opgetreden (dit vereist trouwens een aparte aanpak in het schoolreglement). **Die zaken (geweld en vernieling) moeten onmiddellijk stoppen, naast minstens twee van de drie punten op het lijstje van de gepeste.**

'Minstens twee van de drie' is een afspraak naar de pester toe (tijdens het eerste gesprek). Zodoende krijgt hij/zij de kans om aan gedragsverandering te doen. Dit is belangrijk in de interactionele context van positieve bekrachtiging. En verandering vraagt tijd. De 'ontschuldiging' komt tijdens het verloop van de gesprekken telkens op een ander niveau. De tijd en de timing (wanneer breng ik wat in de interactie) spelen een belangrijke rol. Het is de bedoeling naar een volledige, pestvrije interactie te evolueren.

Wat als de gepeste zich te onveilig voelt om in dezelfde ruimte als de pester te vertoeven?

Dan volgen we een **andere procedure**. We werken met korte, coachende gesprekken om uiteindelijk de gepeste in **alle veiligheid** naar het 'ontschuldigend' gesprek te loodsen. Het is een arbeidsintensieve procedure (de aparte gesprekken volgen elkaar snel op). Via het gesprek met de gepeste krijgt de pester te horen welke pestgedragingen onmiddellijk moeten stoppen. Wanneer DP de gepeste kan overtuigen (na duidelijke vermindering van pestgedrag) om in interactie te gaan, zal aan de pester de datum en uur van gesprek meegedeeld worden. Dan volgen het 'ontschuldigend gesprek' en het 'afrondingsgesprek' zoals in de procedure beschreven. Hierna kunnen nog (zie eerste en tweede) coachende gesprekken plaatsvinden om de veiligheid te garanderen en/of om 'het ontschuldigend gebeuren' te verstevigen.

Weigert de pester in te gaan op het voorstel van DP, dan zullen de ouders worden ingelicht, verwijzend naar de ondertekening van het schoolreglement waarin de procedure duidelijk vermeld staat.

2.2 Een leerling meldt dat een leerling van de klas gepest wordt

De persoon, die als eerste aanspreekpunt werd uitgekozen, meldt aan DP.

DP heeft een gesprek met de leerling die zou gepest worden. Daarna volgt eventueel de procedure.

2.3 Een leerling (leerlingen) meldt (melden) dat een leerling op de speelplaats gepest wordt

Zelfde actie te ondernemen zoals hierboven beschreven.

2.4 Een leerkracht heeft sterk het vermoeden dat een leerling gepest wordt

Onmiddellijk melden aan DP.

2.5 Een leerkracht interpreteert gedrag van een leerling als zijnde pestgedrag

Leerkracht grijpt in. Hij/zij vraagt aan de leerling (waarvan hij/zij denkt dat die gepest wordt) of zijn/haar vermoedens kloppen.

Bij ja of twijfel, liefst melden aan DP.

DP doet navraag en start eventueel procedure.

2.6 Is elk grensoverschrijdend gedrag via een ontschuldigend gesprek benaderbaar?

Ja, los van de procedure i.v.m pesten kan deze gesprekstechniek steeds worden gebruikt. Zeker bij oudere leerlingen (tweede en derde gr. secundair) kan het gesprek plaatsvinden zonder gebruik te maken van het schriftelijk gedeelte. Hier ligt meer de nadruk op de 'ontschuldiging' en minder op de coaching. Ontschuldiging sluit trouwens **geen kwijtschelding** van straf in (wanneer we te maken hebben met ernstige, grensoverschrijdende gedragingen).

3 De kapstok om mee te werken

3.1 De procedure

1. Aanmelding
2. Gesprek met gepeste
3. Het ontschuldigend gesprek
4. Eerste (coachend) gesprek
5. Tweede (coachend) gesprek
6. Het afrondingsgesprek

3.2 De procedure om eerst veiligheid te installeren

1. Aanmelding
2. Gesprek met gepeste
3. Gesprek met pester
4. Coachend gesprek met gepeste
5. Coachend gesprek met pester
6. Het ontschuldigend gesprek
7. Het afrondingsgesprek

4 Enkele vragen en valkuilen bij de procedure

4.1 Moeten er steeds 'die' hoeveelheid van gesprekken gevoerd worden?

Nee. Afhankelijk van de ernst van de feiten en de vlotte ontschuldiging (éénzijdig of wederzijds) kan overwogen worden minder (of meer) gesprekken te voeren. Het schriftelijk gedeelte is niet altijd een must, sommige leerlingen zijn heel goed in het verbaliseren en willen snel naar de essentie.

4.2 Wat als het pesten blijft doorgaan?

Als de procedure geen soelaas biedt, zullen de ouders van de pester uitgenodigd worden voor een gesprek. Enkele, kordate gesprekken met de pester zullen moeten volstaan. Indien er dan nog geen doorbraak komt, zal met aandrang gevraagd worden aan de ouders om de pester externe hulp te bieden.

4.3 Wat als twee klasgroepen tegenover elkaar staan waarbij de ene partij zich het slachtoffer voelt van de andere?

DP zal een ontschuldigend klasgesprek voeren en zet zich volledig in om dit tot een goed einde te brengen.

4.4 Wat als we te maken hebben met kinderen (zoals kinderen met diagnose ASS ...) waarbij het inlevingsvermogen en de sociale vaardigheden een obstakel kunnen vormen voor het ontschuldigend gesprek?

Dan ligt de nadruk op (*informerend*) **coachen**.

Soms is het nodig extra hulp aan te bieden aan de gepeste, in de vorm van ondersteunende gesprekken met DP of GON-begeleiding ...

4.5 Wat met een gedragsstoornis?

Enkel na diagnose kan hier rekening mee gehouden worden. Een hardnekkige pester kan op aanraden van DP, directie ... doorverwezen worden voor externe hulp en/of diagnose.

4.6 Zijn er geen concrete tips om het 'ontschuldigen' te bevorderen?

Ja, zoals daar voor elke leeftijd boeken op de markt zijn die ter ontschuldiging kunnen gebruikt worden. Empathie kan gevraagd worden, empathie eisen zou haaks staan op de bedoeling van het ontschuldigend gesprek.

Als DP thuis is in rollenspelen, is dit ook een optie. Pester speelt de rol van gepeste, gepeste tracht in de huid te kruipen van pester ...

4.7 Wat met cyberpesten?

Hierbij volgen we dezelfde procedure(s).

Echter bij ernstige feiten is strafrechtelijke vervolging de laatste oplossing (zie aanbevelingen van het VVKSO over cyberpesten).

4.8 Wat is de beste preventie tegen pesten?

Veiligheid bieden is snel en kordaat handelen met een ontschuldigend karakter. Het verschil tussen een ordinair opstootje en een opstootje in de context van een pestverhaal kan je onderzoeken door enkele, gerichte vragen te stellen aan de betrokkenen (Is dit de eerste keer?/Is dit al lang aan de gang tussen jullie?/Wat doet je zo fel uithalen?/Wat is de echte reden van je gedrag? ...). Met de antwoorden en lichaamstaal van de jongeren kan je dan verder actie ondernemen. De meeste pestverhalen spelen zich helaas af uit het zicht van de opvoeders. De lange lijdensweg van de gepeste kan stoppen wanneer de gepeste of een medeleerling de moed vindt dit stilzwijgen te doorbreken. Wij kunnen alvast de alertheid bewaren om de juiste stappen te ondernemen.

Als opvoeden (een moeilijke maar een dankbare, boeiende job) 'voorkomen' betekent, dan is de procedure tegen pesten een mogelijke 'genezing'.

5 Geraadpleegde bron

De term 'ontschuldiging' komt uit de contextuele therapie van de Hongaarse psychiater Ivan Boszormenyi-Nagy.

Boeiend om lezen is het boek: *Leren over leven in loyaliteit*; M. Michielsen, W. Van Mulligen, L. Hermkens (red.); Acco 1998

Jan Jacquemyn
Leerkracht L.O./Psychotherapeut

Info te verkrijgen bij: janjacquemyn@skynet.be

Opgemaakt te Ekeren, 20 december 2012