

# Pestpreventie: maak impact in de klas met deze tips

Pesten blijft een actueel probleem, zo blijkt uit cijfers van de landelijke veiligheidsmonitor. Ook bij Stichting School & Veiligheid staat dit thema hoog op de agenda. In samenwerking met het Nederlands Jeugdinstituut, de wetenschap en praktijk ontwikkelt dit expertisecentrum nu vijf tips -vijf wetenschappelijk onderbouwde concrete handvatten- waar je als leerkracht morgen mee aan de slag kunt. In dit artikel delen we nu al twee van deze tips, ook geschikt om in te zetten tijdens de eerste weken na de kerstvakantie: in de zilveren weken.

Tekst: Wiesette Haverkamp

Marijke van der Zalm is adviseur sociale veiligheid bij School & Veiligheid. Haar expertise ligt op het gebied van pesten. "Uit de vele vragen vanuit scholen blijkt de behoefte aan informatie over pesten en de preventie ervan nog altijd groot." Pesten in de klas is een complex probleem. Oorzaken kunnen heel divers zijn. "Een leerling die pest kan allerlei redenen hebben. Het kan een manier zijn om status te verwerven. Of misschien is hij/zij zelf gepest en wil de leerling dat hem/haar dat niet opnieuw overkomt. Misschien reageert het kind zich af door een situatie thuis. "Iemand die pest staat nooit alleen. Pesten is een groepsprobleem. Wat doen de andere leerlingen? Doen ze mee met pesten of doen ze niet mee, maar lachen ze er wel om? Zijn er kinderen die ingrijpen of niet? Groepsprocessen spelen een grote rol bij het in stand houden of mogelijk stoppen van pestgedrag."

School & Veiligheid heeft met wetenschappers om tafel gezeten om concrete, onderbouwde en direct toepasbare tips te ontwikkelen. Met vijf wetenschappers die onderzoek naar pesten doen, is besproken wat wel en niet werkt als het gaat om pestpreventie. Tevens is de praktijk geraadpleegd: zijn de tips ook geschikt voor toepassing in de klas en hoe doe je dat dan? Marijke: "We leggen de laatste hand aan de publicatie van vijf tips waarmee de leraar impact kan maken. Twee van deze tips willen we al graag delen."

## Tip 1:

### Creëer een warme band met je leerlingen

Marijke: "Dit houdt in dat leerlingen zich gezien en gesteund voelen en het idee hebben dat je als leerkracht oprechte interesse hebt. Een warme relatie is cruciaal voor het gevoel van veiligheid van je leerlingen en voor de sfeer in de klas. Dus toon je betrokkenheid bij hun leefwereld binnen en buiten school. Weet wat hen bezighoudt. Dat kan al door iedereen even te begroeten 's ochtends. Vraag even naar die belangrijke wedstrijd, of check even bij een leerling of het allemaal goed gaat. Eén van de voorbeelden die ik heb gezien is een juf die een brievenbus in de klas had hangen, bedoeld voor leerlingen die het spannend vonden iets te vertellen. En ze deed dan ook echt iets met die post, waardoor ze aan de vertrouwensband werkte."

Een open, positieve communicatie is belangrijk. Marijke: "Onderzoeken laten zien dat een warme band met leerlingen zorgt voor een veiliger gevoel en dat heeft invloed op het gedrag. De kinderen vertonen vaak meer hulpvaardig gedrag en zijn vriendelijker voor elkaar. Als dit de norm is, grijpen kinderen vaker zelf in bij pestgedrag. Dat je als leerkracht het goede voorbeeld laat zien, is heel belangrijk, want leerlingen observeren nauw het gedrag dat je voor de klas laat zien en nemen dat over."

“EEN WARME BAND MET LEERLINGEN ZORGT VOOR  
EEN VEILIGER GEVOEL EN DAT HEEFT INVLOED OP HET GEDRAG”

Ivan Laninga, leraar groep 8: "Mijn ervaring in het onderwijs heeft mij geleerd dat het creëren van een warme band voornamelijk berust op authenticiteit. Op scholen wordt soms een algemene afspraak gemaakt om iedereen iedere ochtend een hand of high five te geven. Wanneer dit niet bij je past, draagt dit ook niet bij aan de opbouw van je band met leerlingen. Ook vinden niet alle kinderen dat prettig. Soms is een knipoog genoeg."

## Tip 2:

### Stel normen en bewaak deze

Centraal staat de vraag welk gedrag wel en niet geaccepteerd wordt in de klas. Het begin van het schooljaar is een belangrijk moment om de norm goed neer te zetten. Wordt pesten getolereerd: dan gaan kinderen zich daarnaar gedragen, zeker als ze daarmee status verwerven. Het is beter om ervoor te zorgen dat vriendelijkheid en hulpvaardigheid bijdragen aan de statusverwerving.

Marijke legt uit: "Je zet dit goed neer door samen met leerlingen afspraken te maken, dat werkt beter dan de norm op te leggen. Als iedereen betrokken is bij het maken van de afspraken, worden ze beter gedragen. Vragen die je kunt gebruiken zijn: 'Hoe willen we met elkaar omgaan? Wat vinden jullie daarin belangrijk, wat vind ik daarin belangrijk, welke afspraken maken we daarover? Hoe gaan we ervoor zorgen dat iedereen een fijn schooljaar heeft?'. Je kunt ook vragen: 'Hoe ziet de ideale

klas eruit, waarin het heel fijn is?'. Wanneer de norm is gesteld, vraagt dat om onderhoud. Dat kun je doen door regelmatig vragen te stellen als 'hoe vinden we dat het gaat, wat vinden we nog lastig, wat moeten we eventueel bijstellen?'. Hier is de voorbeeldrol van de leraar weer belangrijk. Leerlingen nemen jouw gedrag over, dus leef het hen voor. Dat houdt ook in dat je de norm bewaakt: wanneer afspraken overtreden worden, grijp je in en wanneer het goed gaat prijs je dat. Hiermee stimuleer je de leerlingen om zich aan de afspraken te houden."

De periode van de zilveren weken in januari is een goed evaluatiemoment om terug te kijken op de eerste helft van het schooljaar: wat ging goed en wat minder? Wat vinden we belangrijk voor het komende half jaar en welke afspraken maken we? ▶



Wil je alle tips ontvangen zodra de publicatie klaar is en ben je geïnteresseerd in het gratis webinar op woensdag 10 januari 2024? Meld je dan aan via [schoolveiligheid.nl](https://schoolveiligheid.nl).