



## Kinderkopje 8: Pesten aanpakken

Pesten is gedrag dat volledig uit de hand is gelopen, volgens Marc Dullaert, de kinderombudsman. Hij pleit daarom voor methoden, die 'bewezen effectief' zijn. En scholen die een andere weg kiezen, begrijpt hij niet. Ik begrijp dat hij dat denkt want hij heeft geen kennis van menselijke processen. Hij trapt nog in de valkuil van veel wetenschappers, die denken dat een bepaalde methode het beoogde effect geeft op gedragsverandering bij kinderen en volwassenen. Helaas is dat niet het geval.

Uit allerlei onderzoek blijkt dat slechts 15 % van de verandering in gedrag verandert dankzij de methode. De échte verandering blijkt in het kind zelf plaats te vinden, met hulp van andere mensen om hem of haar heen, die het kind met respect en warmte benaderen. De leerkracht heeft daar een cruciale taak in: zij of hij dient voortdurend te demonstreren (in woord en daad) hoe mensen liefdevol met elkaar kunnen omgaan. Dat vraagt vaardigheid in communicatie, kennis van interne processen, respectvolle attitude naar jezelf en anderen en de menskwaliteit om het gelukkig-zijn voort te leven. Leren leerkrachten dit op de PABO? Nog niet. Gelukkig kunnen leerkrachten die hun mogelijkheden willen uitbreiden dat doen door zich bij te scholen als Happy Coach.

Waar gaat het om in de verandering bij leerkrachten en kinderen? Er zijn vijf begrippen van belang om met kinderen en leerkrachten om te zetten naar interne verandering: *eerlijkheid*, *empathie*, *verdraagzaamheid*, *vredelievendheid* en *moreel besef*. Elk begrip vraagt om een toelichting om misverstanden te voorkomen. Eerlijkheid, is het eigenaar durven zijn van wat je hebt gezegd of gedaan. 'Eigenaarschap' van zorg naar elkaar. Empathie, is het in-, door- en na- kunnen

voelen van wat de ander beweegt. Daarvoor dien je ook veel kennis te hebben van emoties en gevoelens. 'Psycho-educatie' op alle emoties en begrippen (pesten, plagen, ruzie, boos, machteloos, frustratie etc.) is daarmee een belangrijk onderdeel van het lesplan. Verdraagzaamheid, is het vermogen de ander de ruimte te geven om 'gek' of 'anders' te doen. 'Verdragen van gevoelens' is het moeilijkste dat er is.

Zodra wij iets onaangenaams ervaren hebben we (allemaal) de neiging om er iets 'op' te gooien. We worden bijvoorbeeld boos, zodat we het onaangename gevoel niet hoeven te ervaren. Daardoor is 'verdraagzaamheid' vooral iets dat betrekking heeft op ons eigen gevoel. Kunnen leerkrachten hun eigen gevoel van machteloosheid en hulpeloosheid verdragen? Daarmee hoort 'verdragen van gevoelens' tot een geïntegreerd onderdeel van de lesdag te zijn. Vredelievendheid, is de bereidheid om voortdurend met elkaar in contact te treden. 'Effectieve en liefdevolle communicatie' dient de hele dag gedemonstreerd te worden door de leerkracht, zodat het een gewoonte wordt in de klas om oprecht nieuwsgierig te zijn naar de ander.

Moreel besef, houdt in dat je verder kunt kijken dan 'eerlijk/niet eerlijk' waarin veel volwassenen en kinderen blijven steken. Moreel besef is het hogere doel ontdekken van bepaalde handelingen en het inzicht dat ieder mens een reden heeft om te doen zoals het doet. Moreel besef gaat verder waar normen/waarden zijn blijven steken. Een belangrijke grondhouding daarbij is de 'gun-factor': wat gun jij de ander en jezelf zodat jullie beiden op een hoger plan komen? Vorige week werd mij het volgende dilemma voorgelegd. "Op mijn school mogen de kinderen niet met de fiets over het plein fietsen naar het fietsenhok, omdat dat gevaarlijk is voor de andere kinderen. Sommige collega's zijn er heel streng op dat die regel wordt nageleefd en anderen niet. Wat moet ik doen?" In dit voorbeeld past de 'gun-factor'. Stel dat de fietsers de taak hebben om de andere kinderen te *gunnen* dat ze veilig kunnen spelen. De fietsers kunnen er dan voor kiezen om langzaam te fietsen en tegelijkertijd te bellen als signaal dat ze er aan komen of de fietsers kiezen ervoor om lopend verder te gaan met de fiets aan de hand.

Stel dat de andere kinderen de fietsers *gunnen* dat ze niet hoeven af te stappen. Dan zouden de 'spelers' een bepaald speelstuk als 'hun' gebied kunnen markeren dat gerespecteerd wordt door de fietsers. En ze kunnen er ook een spel van maken om de fietsers te vermijden. De gun-factor verbindt kinderen met elkaar. Regels en straf verwijdert kinderen van elkaar.