

Alles over pesten: weerbaarheid, macht en groepsdruk

Tekst door Gast, fotografie door Foto van de auteur | © November 2014

Onderwerp: Ontwikkeling, Onderwijs | Soort: Informatief

Er is veel geschreven over pesten, maar vaak vanuit een heel exclusief perspectief, zoals [pesten op school](#), cyberpesten, een specifiek anti-pestprogramma of de vraag in hoeverre pesten dierlijk gedrag is (en dus natuurlijk en onvermijdelijk).

Wat ik miste was de verbinding tussen de theorie en de ervaring. De ervaring van gepeste kinderen en hun ouders, en die van volwassenen die in hun jeugd gepest zijn en daar nu nog de gevolgen van ondervinden. Of van volwassenen die nu op hun werk of in een instelling gepest worden. En ik miste vooral het antwoord op de vraag: wat is pesten nu echt: is pesten echt onvermijdelijk, hoort het nu eenmaal bij kinderen, bij het opgroeien, bij groepen? Word je er echt sterk en weerbaar van?

Voor mijn boek [Alles over Pesten](#) ging ik op zoek naar antwoorden op die vragen. Ik vond ze, en nog veel meer. Het boek legt een brug tussen verklaringen uit de theorie en ervaringen van mensen zelf. Elk hoofdstuk bevat een samenvatting en veel concrete tips voor ouders, leerkrachten en iedereen die met pesten te maken heeft of had.

Pesten als verstoord groepsproces

Het blijkt dat pesten een probleem is van samenleven in groepen, dus ook groepen volwassenen en ouderen. En dat we in onze huidige samenleving, meer dan vroeger, in heel veel verschillende groepen tegelijk verkeren, maakt de zaak nog lastiger. Dat betekent echter niet dat pesten onvermijdelijk is: het wil zeggen dat pesten een signaal is dat de groepsprocessen niet goed verlopen. Ik ga hieronder in op pesten in groepen kinderen en op school.

Ontkenning en beschuldiging

Als je vertelt dat er gepest wordt zijn er twee soorten reacties die je vaak tegenkomt: die van ontkenning en die van beschuldiging. De ontkenning krijgt meestal vorm als: 'dit is geen pesten, je maakt ook van elk onschuldig plagerijtje een probleem', of: 'op onze school wordt helemaal niet gepest.' Daarop volgt meestal meteen de beschuldiging: het kind zou niet weerbaar zijn, zich anders gedragen, of te snel huilen.

Het klopt dat kinderen die al een tijd gepest worden vaak gevoeliger reageren op plagerijtjes, óók als die niet negatief bedoeld zijn. Dat is overigens het belangrijkste verschil tussen plagen en pesten: de intentie. Pesten is ook bedoeld als pesten. Daarnaast is er bij pesten het verschil in macht bij pesten heeft het slachtoffer langdurig een ondergeschikte positie, veel minder macht. Bij plagen is de intentie anders, goedmoedig en de relatie gelijkwaardig (de plagerijtjes zijn wederkerig).

Pesten is een signaal dat de groepsprocessen niet goed verlopen

Pesten kan bestaan uit fysiek pesten (schoppen, slaan, haren trekken, spullen kapotmaken), verbaal pesten (uitschelden, onaangename bijnaam geven) of buitensluiten. Vooral die laatste vorm van pesten is heel venijnig: je kunt er vaak de vinger niet opleggen, maar ondertussen richt het veel schade aan. Bijvoorbeeld als iemand structureel niet mag meedoen, of als de anderen weglopen of zich wegdraaien zodra die persoon erbij komt zitten. Ook zie je soms dat kinderen in de klas de rol van zondebok krijgen: alles wat hij of zij doet wordt in negatieve termen uitgelegd. 'Hij is agressief', 'zij huilt altijd', 'hij bederft het altijd voor de rest', 'zij is onsportief en een zeurkous'.

Iemand buitensluiten en hem of haar daar zelf de schuld van geven. Juist die laatste vorm van pesten is niet makkelijk bloot te leggen. Het is immers 'logisch' dat andere kinderen niet met dat kind willen spelen? Hij heeft het er toch zelf naar gemaakt? Het tragische is (en dat duidt inderdaad op pesten) dat het kind geen kans krijgt: het kind krijgt wel veel kritiek, maar elk gedrag wordt negatief gelabeld (hij wil er zo nodig bij horen met zijn merkkleren, hij is een na-aper) én het kind krijgt niet de kans om zich onzichtbaar te maken.

Pesten in al deze vormen is enorm beschadigend voor een kind (of volwassene!). Sociale uitsluiting is enorm pijnlijk, we zijn immers sociale dieren. Uitsluiting is behalve pijnlijk ook een aantasting van je zelfvertrouwen en je psychische gezondheid. Maar ook je fysieke gezondheid lijdt onder de voortdurende stress. En vanuit die stress en beschadiging reageert iemand steeds heftiger, feller of juist gekwetster. Vergelijk het met een blauwe plek, als je daarin knijpt doet het extra zeer, juist omdat je al beschadigd bent.

Wat meestal niet gezien wordt is dat het vreemde gedrag van het pestslachtoffer vaak juist het gevolg is van langdurig pesten, maar vervolgens gezien wordt als oorzaak (en soms zelfs rechtvaardiging) van het nieuwe pesten. De cirkel van ontkenning en

beschuldiging is rond.

Reacties van leerkrachten en schoolleiding

De reacties van ontkenning en beschuldiging zie je niet alleen in de groep zelf, maar soms ook bij leerkrachten en schoolleiding. Voor een deel komt dat voort uit onwetendheid (ze zien niet wat er voor hun ogen gebeurt) of ze zien de pesterij als incident en niet als onderdeel van een structurele misstand waarbij iemand langdurig en op verschillende manieren de klos is. Mogelijk is er ook sprake van machteloosheid, ze weten niet wat ze tegen de voortdurende problemen moeten doen of denken dat het nu eenmaal bij kinderen, jongeren ('moeilijke leeftijd') of groepen hoort.

Maar bekend is ook dat leerkrachten zelf ook wel eens meegaan in de negatieve beeldvorming van het gepeste kind. Een kind met lage status in de klas kan vaak op minder sympathie van de docent rekenen. Of de halfslachtige of onhandige pogingen van de leerkracht om het gepeste kind te beschermen hebben een averechts effect: na schooltijd wordt het kind dubbel gepakt.

Het zijn de reacties van ontkenning en beschuldiging, die het aanpakken van pesten door het gepeste kind zelf (of gepeste volwassene) of diens ouders zo moeilijk maken. Op zijn best probeert de school met gesprekken de zaak op te lossen, maar: al te vaak levert dat niet echt iets op zodat verzucht wordt dat het slachtoffer maar weerbaarder moet worden of, dat de school "er echt alles aan heeft gedaan". Niet zelden gaat het gepeste kind van school en blijven de pestkoppen zitten. Die kiezen vervolgens een volgend slachtoffer, want pesten is een probleem van de groep, niet van het slachtoffer.

Pesten als probleem van (groeps)leiderschap

Kenmerken van een groep zijn: een vorm van hiërarchie, ongeschreven regels, tradities, gewoonten en opvattingen. Mensen leven in verschillende groepen. Sommige groepen zijn door hun samenstelling extra kwetsbaar voor pesten, bijvoorbeeld doordat kinderen met alleen leeftijdgenoten de hele dag moeten doorbrengen op school. De groep is dan horizontaal samengesteld, maar hiërarchie veronderstelt toch een zekere mate van verticaliteit. Die wordt dan kunstmatig aangebracht, desnoods teruggevoerd op de beste schoenveters of duurste tas, en maar al te vaak via het 'recht van de sterkste', of dat nu verbaal of fysiek is. Bij gebrek aan positief leiderschap slaat zo'n groep op drift. Een slecht geleide groep staat onder spanning, en die spanning zoekt een uitweg in pesten, in het zoeken naar een zondebok: een groepslid dat dienst doet als bliksemafleider.

Horizontale groepen zijn kwetsbaarder voor pesten

Bij kinderen komt daar dan nog bij dat kinderen nog volop bezig zijn sociaal te leren: hoe

leef je goed met elkaar samen? Dat leer je alleen van oudere kinderen of volwassenen, maar de groep als geheel komt daar door de horizontale samenstelling niet mee in aanraking. In verticale groepen zie je dat er meer vanzelfsprekende hiërarchie is, waarin je ook vanzelf opschuift: van jongste naar oudste. De kennis van het samenleven wordt dan binnen de groep doorgegeven. Hiermee pleit ik niet meteen voor het afschaffen van jaargroepen, maar in ieder geval voor bewustzijn van de invloed van zo'n klassensysteem op de aard van de groep, en de verantwoordelijkheid van de leerkrachten als groepsleiders daarin. Pesten is grotendeels hun verantwoordelijkheid.

Pesten is een leiderschapsprobleem. En dat verklaart meteen ook waarom scholen zo afhoudend kunnen zijn in hun reacties: ze geven niet graag toe dat ze tekortschieten (in, wat gezegd moet worden, een helse taak: honderden kinderen in één gebouw...). Het laat zien dat je de groepsprocessen niet aan de kinderen kan en mag overlaten.

De echte grotemensenwereld

Vaak wordt gezegd: 'ja maar, in de echte grotemensenwereld gaat het ook zo, laat kinderen er maar aan wennen.' Dat zeggen meestal de mensen die zelf niet gepest zijn, of waarvan de kinderen niet worden gepest. Pesten richt namelijk grote schade aan. En we zeggen toch ook niet: ja, maar in de echte grotemensenwereld is ook oorlog, dus ik mag jou nu best overhoopschieten, wen er maar aan?

Wat we, op scholen maar ook in bedrijven en instellingen, nodig hebben is een sfeer van respect en veiligheid, niet een sfeer van onveiligheid en geweld. Uiteindelijk functioneert iedereen in de echte grotemensenwereld beter bij ruimte, respect en verbondenheid. Wie wil dat nou niet?

Mieke van Stigt | [Alles over pesten](#) | ISBN 9789089532510

Mieke van Stigt is socioloog en pedagoog, schrijfster, columniste en blogster en poogt de waan van de dag te overstijgen door actuele onderwerpen in een historische en sociologische context te plaatsen. Elke maand schrijft ze een column voor [Sociale Vraagstukken](#) en vaak ook nog een bericht op [haar blog](#).