



Een schoolbrede aanpak tegen pesten: Kanjertraining

Lilian Vlieg

is psycholoog en promovenda. E-mail: lilian@kanjertraining.nl

De staatssecretaris van Onderwijs wil dat scholen een effectieve aanpak tegen pesten gaan gebruiken. De Kanjertraining is de grootste training op sociaal emotioneel gebied op scholen. Naast het oefenen in de klas geeft de Kanjertraining schoolleiders een helder stappenplan om pesten te stoppen. Onderzoek wijst uit dat de Kanjertraining de sfeer in de klas verbetert en agressie en depressie vermindert.

Op 4 april 2013 ontvingen scholen en schoolbesturen in het primair en voortgezet onderwijs een brief. Hierin was te lezen dat de staatssecretaris van Onderwijs Sander Dekker een voorstel heeft ingediend voor een wet waarin scholen een bewezen effectieve methode moeten gaan gebruiken tegen pesten:

‘Daarom is het de bedoeling op termijn een schoolbrede en structurele pestaanpak verplicht te stellen op alle scholen in het primair en voortgezet onderwijs.’ en “Er wordt onderzoek gedaan naar de effectiviteit van verschillende methodes. Zodat u in de nabije toekomst een aanpak kunt kiezen op basis van bewezen kwaliteit en doeltreffendheid.’

De Kanjertraining is een schoolbrede aanpak die wordt toegepast op ruim 1500 scholen en is gericht op groep 1 t/m 8 en klas 1 en 2 van het voortgezet onderwijs. De Kanjertraining is hiermee de grootste training op sociaal emotioneel gebied. Veel scholen en schoolbesturen vragen zich af of de Kanjertraining ‘voldoet’. In dit artikel wordt uitleg gegeven over de Kanjertraining en wordt de effectiviteit van de training toegelicht.

Kanjertraining in het kort

De Kanjertraining is gericht op het creëren van een sociaal veilig schoolklimaat waarin kinderen zichzelf kunnen zijn. Onderdeel van de training is het omgaan met pesten. De training werkt hierin preventief en curatief en betreft actief klasgenoten, ouders, leerkrachten, en het schoolbeleid. De Kanjertraining geeft schoolleiders een helder stappenplan om pesten te stoppen. Bij de Kanjertraining hoort het digitale Kanjervol- en adviessysteem waarmee de school onderlinge relaties kan monitoren met het sociogram en kinderen kan signaleren die zich ongelukkig voelen, zich misdragen of zich willen misdragen. De Kanjervragenlijst

is onlangs positief beoordeeld door de COTAN (Commissie Test Aangelegenheden Nederland). Met de Kanjertraining heeft de school tools in handen om een positieve sfeer in de klas neer te zetten en pesten terug te dringen. De Kanjertraining lijkt zich te onderscheiden van andere sociale vaardigheidstrainingen door confronterende situaties uit te spelen, het gebruik van de petten die handvatten geven buiten de lessen, en het aanspreken van kinderen op hun intrinsieke motivatie en verantwoordelijkheid en het betrekken van de context (ouders, schoolbeleid). Het Nederlands Jeugdinstituut heeft een databank op internet met Effectieve Jeugdinterventies. Hierin is de Kanjertraining opgenomen als ‘Theoretisch goed onderbouwd’. Binnenkort verwacht de Kanjertraining erkend te worden met het predicaat ‘goede aanwijzingen voor effectiviteit’, omdat er drie onderzoeken zijn uitgevoerd naar de effectiviteit van de Kanjertraining met positieve resultaten (zie kadertekst).

De Kanjertraining geeft schoolleiders een helder stappenplan om pesten te stoppen

Reactieve aanpak: de rol van de schoolleider

Is bovenstaande werkwijze altijd voldoende? Nee, in dat geval moet de schoolleiding, eventueel in samenwerking met het bevoegd gezag, ingrijpen. Een duidelijk onderscheid moet worden gemaakt in kinderen die zich willen misdragen en kinderen die niet weten hoe zij zich moeten gedragen door bijv. een gebrekkige impulscontrole. Er wordt dan een onderscheid gemaakt in onwil en onmacht.

In de praktijk blijkt het volgende:
a. Kinderen die handelen uit onvermogen, zijn goed te corrigeren als hun ouders goed samenwer- ➤

Preventieve aanpak

a. Het rollenspel

Kanjertraining richt zich op meer dan pesten alleen. Kinderen leren om te gaan met vervelend gedrag van een ander en kinderen die zich misdragen worden aangesproken op hun verlangen en verantwoordelijkheid.

De meeste kinderen bedoelen het goed, maar ‘het kan er behoorlijk brutaal uitkomen.’ Daarin wijkt een kind niet af van veel volwassenen. Als zoiets zich voordoet dan is het goed dat zo’n kind wordt gecorrigeerd. Omdat leerkrachten (en ouders) niet alles zien, is het van belang dat kinderen zelf ook enige zelfredzaamheid vertonen. Kinderen kunnen best aan elkaar vertellen dat ze last hebben van bepaald gedrag. Omdat kinderen, op een enkeling na, niet vervelend willen doen, zijn op dit niveau de meeste problemen op te lossen.

Vandaar dat in de Kanjertraining met behulp van petjes expliciet wordt geoefend in rollenspelen hoe je kunt reageren op vervelend gedrag. Kinderen leren rechtop te staan, de ander aan te kijken en te zeggen: ‘Ik vind dit vervelend. Wil je ermee stoppen?’ Vervolgens lopen ze naar een andere leerling die ze kunnen vertrouwen (een ‘maatje’). Daar gaan ze niet zeuren maar samen iets anders doen. Als ze het niet weten op te lossen dan lopen ze samen naar de juf of meester. Tijdens dit rollenspel hebben medeklasgenoten de neiging om te giechelen om het grensoverschrijdend gedrag van de uitdager. Aan deze leerlingen wordt duidelijk gemaakt dat dit giechelgedrag het pestgedrag van de uitdager versterkt. Ze geven als het ware ‘benzine’ aan een vervelend lopend ‘motor-tje’. De leerlingen leren geen voeding (‘benzine’) meer te geven aan vervelend gedrag. Zo oefent niet alleen de gepeste maar ook de omstander.

b. Gedragstips voor ouders

Een extra moeilijkheid doet zich voor als ouders van de ‘niet-pester’ van mening zijn dat hun kinderen slachtoffer zijn van de ‘dader’. Ouders uiten hun ongenoegen op facebook, op het schoolplein enz. over de dader en eisen dat de school de vermeende slechterik van school verwijderd. Het vergt uitzonderlijk veel talent van de school in de communicatie met ouders om deze vorm van samenspanning te pareren. Het vergt een zeer specifieke aanpak. We volstaan in dit kader met de verwijzing naar de website waar gedragstips voor ouders worden gegeven (zie <http://kanjertraining.nl/informatie-voor-ouders/pesten>).

ken met de leerkrachten;
b. Kinderen die handelen uit onvermogen zijn moeilijk te corrigeren als hun ouders dat onvermogen als excuus voor vertoond wangedrag gebruiken;
c. Kinderen die zich willen misdragen zijn snel te corrigeren (omdat er geen onvermogen meespeelt) als ouders op dezelfde lijn zitten als de school;
d. Kinderen die zich willen misdragen, zijn niet te corrigeren als ouders het een probleem van de school vinden. 'Val ons er niet mee lastig, ons kind mag zijn zoals het is.'

Het blijkt dat kinderen die onmachtig zijn goed gedrag te laten zien, goed zijn te corrigeren, als zij aangeven zich te willen verbeteren. Dat gebeurt (wat de Kanjertraining betreft) in nauwe samenwerking met de ouders van het kind. Het onvermogen van het kind mag door de ouders niet worden gebruikt als excuus voor vertoond wangedrag. Voor het betreffende kind is het een lange weg die ook veel mededogen van de klasgenoten en hun ouders vraagt. Het vraagt een goede communicatie tussen school en ouders. In het geval van onvermogen geeft de Kanjertraining duidelijke adviezen. De school kan, als ze niet weten hoe te handelen daarvoor contact opnemen met het Instituut voor Kan-

jertrainingen. De adviezen zijn dan heel specifiek, afhankelijk van de aard van het onvermogen van het betreffende kind.

Als er sprake is van niet corrigeerbaar pestgedrag moet er, wat de Kanjertraining betreft, een verwijderingsprocedure in gang worden gezet. Het blijkt echter in de praktijk uitzonderlijk moeilijk voor een school een leerling te verwijderen. De leerkracht krijgt dan tal van instanties op zijn/haar dak die de leerkracht zal verwijten er niet genoeg aan te hebben gedaan. De Kanjertraining heeft hier ondertussen een weg in weten te vinden. Hieronder volgt in het kort een stappenplan bij herhaald grensoverschrijdend gedrag van een leerling, zoals weergegeven in het hoofdstuk 'Conflictmanagement' in de handleiding van de Kanjertraining.

Stappenplan bij herhaald grensoverschrijdend gedrag

Het staat voorop dat een school duidelijke grenzen stelt en er niet op uit is leerlingen van school te sturen. Naarmate een school duidelijker is, zullen kinderen en ouders zich eerder aan fatsoensregels houden en komt het niet tot een schorsing.

1. Ga met het kind in gesprek. Vraag niet naar het waarom maar naar de toekomst: 'Was het jouw

bedoeling om de ander te kwetsen/pijn te doen? Hoe ga je het de volgende keer doen? Hoe herstel je de schade? Kunnen we op deze manier weer verder met elkaar?'

Het doet zich een enkele keer voor dat een leerling zich wenst te misdragen of vindt het recht te hebben dit te doen: 'Ik zit er niet mee. Het is niet mijn probleem! Nou en, moet ik weten.'

2. In dat geval wordt ter plekke contact opgenomen met de ouder. Zolang de ouder niet is te bereiken en/of niet op school is verschenen wordt deze leerling uit de groep geplaatst. De groep wordt beschermd tegen deze leerling. Het gesprek met de ouder wordt oplossingsgericht gevoerd en met respect voor alle partijen. De meeste ouders zullen schrikken van hun kind. Een enkele ouder is van mening dat het kind zich mag misdragen (bij deze invaller, want die kan geen lesgeven, de ander daagde hem uit, enz.).

3. Dit is reden om in een extreem geval, het kind te schorsen tot vijf dagen. In deze dagen wordt overwogen of het kind kan worden teruggeplaatst in de eigen klas. *Willen* ouders en kind zich fatsoenlijk gedragen?

4. Als een kind zich niet meer wenst te misdragen dan wordt een begeleidingsplan voor gedrag uitgewerkt waaraan de ouders meewerken.

5. Als een kind niet kan worden teruggeplaatst, dan wordt de leerling minimaal 2 groepen hoger geplaatst. Een leerling uit groep 5 komt bijvoorbeeld in groep 7 of 8 terecht. Hier krijgen de leerlingen de instructie om het kind alleen aandacht te geven wanneer het zich positief opstelt. De leerling wordt zo geholpen om zich aan normale gedragsregels te houden.

6. Een andere mogelijkheid is dat de leerling een nieuwe kans krijgt op een dependance of op een school binnen de vereniging/bestuur.

Effecten Kanjertraining

Hieronder worden in het kort de onderzoeksresultaten beschreven. Vlieg en Orobio de Castro (2010) vonden in 11 problematische klassen getraind door een psycholoog positieve effecten vergeleken met 11 controleklassen op welbevinden, agressie, depressie, relatie met de leerkracht en sociaal aanvaard voelen door klasgenoten. Effectgroottes waren klein tot middelgroot. In een uitgebreidere studie met dezelfde opzet (Vlieg, Overbeek, & Orobio de Castro, in voorbereiding) waarin 14 klassen werden vergeleken met 14 controleklassen waren de effecten zelfs klein tot zeer groot: tussen .20 en 1.55. De grootste effecten werden bereikt op klasniveau: sociaal aanvaard voelen, relatie met de leerkracht, en verstoring gedrag volgens de leerkracht. In een derde studie (Vlieg, Overbeek, & Orobio de Castro, in review) bleek de Kanjertraining effectief te zijn op psychologen praktijken. De 185 kinderen die met hun ouders zijn getraind op psychologen praktijken werden vergeleken met 39 wachtlijst kinderen (allen tussen 8-11 jaar). Na tien lessen rapporteerden ouders een significante afname van zowel externaliserend als internaliserend gedrag bij hun kind. Zowel agressie, teruggetrokken-depressief gedrag en sociale problemen namen af met effectgroottes tussen .33 en .46 (middelgroot). Aandachtsproblemen, angstig depressief en somatische klachten namen eveneens af, zij het minder sterk in vergelijking met de controlegroep (met effectgroottes tussen .26 en .30). Er zullen nog meer onderzoeken volgen die samen zullen uitmonden in een promotie aan de Universiteit Utrecht (zie: www.kanjertraining.nl/wetenschappelijk).

Help de leerkracht het pesten te signaleren

Negatief gedrag zoals intimidatie en pesterijen spelen zich bij voorkeur af achter de rug van degene die in staat is in te grijpen. Dat betekent dat leerkrachten meestal het pesten niet zullen zien. Het is daarom van groot belang als school om leerlingen die zich willen misdragen en leerlingen die in de knel zitten te signaleren. Dit kan met het Kanjer volg- en adviesstelsel (KANVAS). Scholen die met de Kanjertraining werken kunnen hier gratis gebruik van maken. De vragenlijst meet of kinderen zich willen misdragen, zich somber, ongelukkig voelen, of ze verstorend gedrag laten zien en in hoeverre ze hulpvaardig sociaal gedrag laten zien. Tevens worden concrete adviezen en tips gegeven om mee aan de slag te gaan in de klas. Het systeem bevat tevens een leerkrachtlijst die ook door ouders is in te vullen en een sociogram waarin onderlinge relaties helder worden.

Voorkomen en verminderen van pesten

Farrington & Ttofi (2009) hebben in kaart gebracht welke programma elementen belangrijk zijn voor het effectief voorkomen of verminderen van pesten. De Kan-

jertraining gebruikt veel van deze elementen: schoolbeleid tegen pesten, klassikale regels tegen pesten, opleiding voor leerkrachten, klassikale aanpak waarbij veel aandacht is voor de meelopers, het stellen van duidelijke grenzen, en het actief betrekken van ouders. Uit onderzoek blijkt tevens dat er grote winst is te behalen wanneer op school een sfeer gecreëerd wordt waarin harmonie en respect centraal staan en pesten en ander agressief gedrag niet getolereerd worden (Lyznicki, McCaffree & Robinowitz, 2004). Uit een aantal studies blijkt dat ook het verbeteren van onderlinge relaties tussen leraren en leerlingen en tussen leerlingen onderling een positieve invloed kan hebben op het aantal leerlingen dat gepest wordt (Smith et al., 2003). Naast de reactieve aanpak via het stappenplan zijn er dus voor de schoolleider ook in de preventieve sfeer nog een aantal aandachtsgedebieden. Scholen doen er goed aan een gedegeen aanpak tegen pesten te implementeren. De Kanjertraining blijkt effectief de sfeer in de klas te verbeteren en agressie en depressie te verminderen. Het is aannemelijk dat hierdoor het pesten ook kan worden voorkomen of verminderd.

Literatuur

Farrington DP, & Ttofi MM. (2009). School-based programs to reduce bullying and victimization. *Campbell Systematic Reviews*, 6 (First published: 15 December 2009; Last updated: 8 March 2010)

Lyznicki, J.M., McCaffree, M.A., Robinowitz, C.B. (2004). Childhood bullying: implications for physicians. *American Family Physician*, 70 (9), 1723-1728.

Smith, P.K., Ananiadou, K., Cowie, H. (2003). Interventions to reduce school bullying. *Canadian Journal of Psychiatry*, 48 (9), 591-599.

Vliek, L., & Orobio de Castro, B. (2010). Stimulating positive social interaction: What can we learn from TIGER ("Kanjertaining")? In B. Doll, J. Baker, B. Pfohl & J. Yoon (Eds.), *Handbook of youth prevention science* (pp. 286-306). New York: Routledge.

Vliek, L., Overbeek, G., & Orobio de Castro, B. (in review). 'I want to behave prosocially and I can choose to do so': Effectiveness of the TIGER training in 8 to 11 year-olds.

Vliek, L., Overbeek, G., & Orobio de Castro, B. (in voorbereiding). *Improving Classroom Climate: Effectiveness of TIGER Training in Elementary School Classes.*