



Stichting Veilig
Onderwijs



st.
veiligonderwijs



Stichting Veilig
Onderwijs



VeiligOnderwijs



Sociaal Veilig Onderwijs

Thema:
**Een Veilig
Schoolklimaat**



***Aan ieder
verhaal komt
ook een eind***

Veilig[®] online, sterk offline

www.stichtingveiligonderwijs.nl



Colofon

Het SVO-magazine verschijnt elk kwartaal en is een uitgave van Stichting Veilig Onderwijs

Tel. 085 - 0047947



Redactie:

Elly Amiraal

Chtis Reinders

Natasja Huisman

Inhoud magazine 2025-4

- 3. Voorwoord
- 4. Aan ieder verhaal komt ook een eind
- 5. Van regels naar relaties
- 6-7. De psychologische gevolgen van een onveilig sociaal schoolklimaat: waarom het welzijn van leerlingen en leraren meer is dan een randvoorwaarde
- 13-19. Groepsprocessen op school
- 20. Veilig online, sterk offline
- 21. Wie verdient de People Help the People Award 2025?
- 23-24. Ultima Verba #3



10-11.

De stelling



22-23.

**Gevolgen voor
het slachtoffer
en de dader
van ongewenst
gedrag**

12.

**Wensboomactie Stichting
Veilig Onderwijs**



8-9.

Column Wim Overgaauw:

Je school, je lust en je leven



DNB GROEP
SOCIALE EN MAATSCHAPPELIJKE PUBLICATIES

UITGEVER:
DNB GROEP B.V.
RECEPTIE@DNBGROEP.NL
WWW.DNBGROEP.NL

DE UITGEVER EN STICHTING VEILIG ONDERWIJS ZIJN NIET VERANTWOORDELIJK VOOR DE INHOUD VAN DE ADVERTENTIES. NIETS UIT DE ADVERTENTIES MAG WORDEN GEKOPIEERD EN/OF VERSPREID ZONDER SCHRIFTELIJKE TOESTEMMING VAN DE UITGEVER.

Voorwoord



Met dit magazine richten wij de aandacht op het belang van een sociaal veilig schoolklimaat. Als directeur van onze stichting, die zich al jaren inzet voor sociale veiligheid binnen het onderwijs, weet ik uit ervaring hoe groot de impact is van de sfeer en cultuur op school. Het gaat niet alleen om leren lezen, rekenen of schrijven; het gaat vooral om hoe kinderen en jongeren zich voelen tijdens hun schooltijd. Voelen zij zich gezien, gehoord en geaccepteerd? Of overheersen gevoelens van angst, uitsluiting en onzekerheid?

Deze vragen raken de kern van ons werk en de missie die wij samen met scholen en partners uitdragen.

Wij weten uit onderzoek én uit de verhalen die wij dagelijks horen dat een onveilige sfeer langdurige gevolgen kan hebben: van verminderde schoolprestaties tot psychische klachten die ver voorbij de schooljaren reiken. Het raakt niet alleen leerlingen, maar ook leraren en ouders. Daarom kunnen we dit thema nooit beschouwen als een 'extraatje'. Het is de basisvoorwaarde voor ieder kind om zich optimaal te ontwikkelen.

In dit magazine vindt u verhalen, inzichten en handvatten die u kunnen inspireren en ondersteunen in de praktijk. We delen kennis uit de psychologie, praktijkervaringen van scholen, maar ook persoonlijke verhalen. Samen laten ze zien hoe groot de kracht van een veilige omgeving is. En hoe belangrijk het is dat we niet weggijken van problemen, maar de moed tonen om ze bespreekbaar te maken.

Ik ben mij ervan bewust dat sociale veiligheid in de praktijk soms ingewikkeld kan zijn.

Pestgedrag, discriminatie of subtiele vormen van uitsluiting zijn niet altijd makkelijk te signaleren of op te lossen. Toch is mijn overtuiging dat iedere stap telt. Een leraar die tijd maakt voor een leerling die zich buitengesloten voelt, een team dat met elkaar reflecteert op het pedagogisch handelen, een schoolleider die veiligheid expliciet op de agenda zet.

Sociale veiligheid is niet de verantwoordelijkheid van een enkeling, maar van de gehele gemeenschap: leerlingen, leraren, schoolleiding, ouders en partners in de wijk. Alleen samen kunnen we bouwen aan een cultuur waarin iedereen zich veilig weet en waar ruimte is voor verschillen. Ik nodig u van harte uit om dit magazine niet alleen te lezen, maar het ook te gebruiken als gespreksstarter binnen uw eigen school of organisatie. Welke inzichten raken u? Wat kunt u morgen al in de praktijk brengen? En welke stap kunnen we samen zetten om scholen veiliger te maken?

Natasja Huisman
Directeur
Stichting Veilig Onderwijs





Aan ieder verhaal komt ook een eind

In 2007 begon ik aan een reis die mijn leven zou veranderen, maar belangrijker nog, het leven van velen die te maken hebben met het onderwijs. De oprichting van Stichting Veilig Onderwijs was geboren door een observatie van mij van mensen die op en met scholen vastliepen op alle vlakken en zeker op sociale vlakken. Ze stonden bekneeld en gevangen in een systeem dat hen niet altijd die steun bood die ze nodig hadden.

Ik heb het op mijn manier gedaan.

Niet voor mij, maar voor jou

...als leerling, leerkracht, docent, bestuurder, ouder en elke andere betrokkene die zich ooit verloren voelde in de chaos van het onderwijslandschap. Voor mij was het een roeping en een missie om te zorgen voor een -sociaal- veilige omgeving op scholen waar iedereen kon excelleren.

Niet voor mij, maar voor jou

...die conflicthantering of mediation nodig had zodat er weer samengewerkt kon worden met iedereen op school en conflicten niet langer een barrière meer vormden voor groei en vooruitgang van de leerlingen maar ook voor leerkrachten en schoolpersoneel. Mediation was en is in mijn ogen niet zomaar een dienst maar een sterke brug met een wederzijds begrip en samenwerking.

Niet voor mij, maar voor jou

...die op school een coach nodig had. Een coach die jou een duwtje in de rug kon geven om verder te kunnen gaan met de situatie en het leven. Coaching is de sleutel tot persoonlijke ontwikkeling, tot het ontsluiten van potentieel dat anders ongezien zou blijven.

Niet voor mij, maar voor jou

...die een externe vertrouwenspersoon nodig had. Iemand die een luisterend oor kon bieden, een schouder om op te leunen wanneer de druk op jou te groot werd. Vertrouwenspersonen zijn de reddingsboeien in een stormachtige zee, altijd beschikbaar om te luisteren en te ondersteunen.

Niet voor mij, maar voor jou

...die een sociaal veiligheidsbeleid wilde laten schrijven voor de school zodat alles voor iedereen zichtbaar werd welke persoon waar te vinden is en hoe werken we op de juiste wijze met elkaar samen? Het beleid is een uitvoerbaar en levende document voor een veilige en inclusieve omgeving, waar iedereen weet waar hij of zij aan toe is en dat scholen kunnen voldoen aan wet- en regelgeving.

Hiervoor werkte ik 18 jaar samen met mijn collega's waar ik trots op ben en met mijn partner die mij altijd bijstond in mindere tijden zoals de coronaperiode. Onze dank is groot. Alles was in balans, en we genoten van de resultaten. Niet voor ons, maar voor de werkende mensen in het onderwijs, leerlingen en het onderwijs in het algemeen.

Het was voor ons een teaminspanning en een collectieve inzet voor het groter goed.

Van de goede resultaten was ik blij. Het was een beloning op zichzelf. Dus nee, niet voor mij, maar voor jou en jouw school die mij en mijn collega's hebben geraadpleegd waarmee jullie steun en vertrouwen de drijvende krachten waren achter ons succes.

Aan ieder verhaal komt ook een eind en in dit geval een eind van de Stichting Veilig Onderwijs. Maar het einde van dit verhaal is slechts het begin van een nieuw verhaal. Het werk van Stichting Veilig Onderwijs gaat door, gedragen door diegenen die dezelfde passie en toewijding delen. Voor velen van jullie hebben deze mensen zich al ingezet, niet voor henzelf, maar voor jullie.

Het is een erfenis van liefde en zorg, en ik en mijn partner zijn dankbaar dat we deel mochten uitmaken van deze reis, zodat ik nu rustig met pensioen kan gaan.

Dank aan iedereen die dit mogelijk hebben gemaakt. Jullie zijn de echte hoofdrolspelers van dit verhaal. Niet voor mij, maar voor jou, voor ons allemaal. Blijf samenwerken aan een veiliger, inclusiever onderwijs waar iedereen zich gehoord en gezien voelt. Immers, samenwerking is de brug naar een sociaal veilig onderwijs.

Els Hendrikse
Peter van Duijl

Van regels naar relaties

Op veel scholen vormen gedragsregels het fundament voor sociale veiligheid: duidelijke afspraken over wat mag en wat niet. Maar steeds meer onderwijsprofessionals ontdekken dat de sleutel niet ligt in nóg meer regels, maar in het bouwen van sterke, respectvolle relaties. Want waar vertrouwen groeit, krimpt de behoefte aan controle.

Waarom regels alleen niet genoeg zijn

Regels geven houvast, maar creëren zelden intrinsieke motivatie. In een omgeving waar leerlingen zich alleen “veilig” voelen zolang er toezicht is, kan spanning sluimeren. Pas als relaties sterk genoeg zijn, durven leerlingen zich uit te spreken en conflicten bespreekbaar te maken.

Onderzoek van de Universiteit van Amsterdam (2023) laat zien dat scholen die investeren in relationeel leiderschap tot 40% minder incidenten van pesten rapporteren.

Relationeel leiderschap in de praktijk

Relationeel leiderschap betekent dat de docent zowel autoriteit als nabijheid heeft. Niet door macht, maar door verbinding.

- **Luisteren vóór je oordeelt**
- **Elk contactmoment benutten** – ook de kleine gesprekken op het schoolplein.

- **Fouten mogen maken** – voor zowel leerling als docent.

Voorbeeld: Een school in Amersfoort

De school in Amersfoort schrapte in 2021 een groot deel van hun “regels op papier” en verving ze door kernwaarden: respect, verantwoordelijkheid en zorg. Incidenten op het schoolplein daalden binnen een jaar met 35%.

“We ontdekten dat leerlingen veel beter onthouden wat we willen zien, in plaats van wat verboden is.”

Schoolleider Marianne

Praktische stappen voor teams

1. **Start met kernwaarden** – formuleer samen met leerlingen en ouders wat jullie belangrijk vinden.
2. **Investeer in mentoruren** – focus op relatieopbouw in plaats van alleen studiebegeleiding.
3. **Zorg voor aanwezigheid** – zichtbaar aanwezig zijn in pauzes, op gangen en bij inloop.
4. **Reflecteer als team** – bespreek maandelijks hoe de relatie met leerlingen zich ontwikkelt.

Tot slot

Van regels naar relaties gaan is geen quick fix. Het vraagt geduld, reflectie en het lef om controle deels los te laten. Maar het resultaat is een schoolklimaat waarin sociale veiligheid geen plicht is, maar een vanzelfsprekendheid.

Vijf signalen dat jullie klaar zijn voor de omslag naar relationeel leiderschap:

-  Regels worden vaak herhaald, maar gedrag verandert niet.
-  Leerlingen delen problemen pas laat of helemaal niet.
-  Conflicten escaleren snel.
-  Er is veel “wij-zij”-denken tussen team en leerlingen.
-  Het schoolklimaat voelt strak gereguleerd, maar niet ontspannen.



De psychologische gevolgen van een onveilig sociaal schoolklimaat: waarom het welzijn van leerlingen en leraren meer is dan een randvoorwaarde

Op scholen draait het niet alleen om cijfers, methodes en leerdoelen. De basis waarop al het leren rust, is het sociaal-emotionele klimaat. Een veilige omgeving stimuleert ontwikkeling, motivatie en zelfvertrouwen. Een onveilig sociaal schoolklimaat daarentegen kan diepe psychologische sporen nalaten bij zowel leerlingen als leraren. Het is dan ook een urgent thema dat meer aandacht verdient binnen het onderwijs.

Wat verstaan we onder een onveilig sociaal schoolklimaat? Een schoolklimaat omvat de sfeer, omgangsvormen, sociale dynamiek en gedragsnormen binnen een school. Het gaat om hoe leerlingen, leraren en ouders met elkaar omgaan en welke waarden en verwachtingen centraal staan. Wanneer er sprake is van veel pesterijen, buitensluiting, discriminatie, machtsongelijkheid of een cultuur van angst en wantrouwen, spreken we van een onveilig sociaal schoolklimaat.

Het probleem beperkt zich niet tot openlijk pestgedrag. Ook subtielere vormen, zoals roddelen, systematisch negeren of het ontbreken van steun bij conflicten, kunnen het gevoel van veiligheid ernstig aantasten. Daarnaast speelt de rol van volwassenen – leraren en schoolleiders – een grote factor: hun houding, reacties en voorbeeldgedrag bepalen in belangrijke mate de norm.

PSYCHOLOGISCHE IMPACT OP LEERLINGEN

Angst en stress

Leerlingen die zich niet veilig voelen, ervaren vaak verhoogde niveaus van angst en stress. Het lichaam verkeert in een voortdurende staat van paraatheid, wat niet alleen psychisch maar ook fysiek belastend is. Chronische stress kan leiden tot slaapproblemen, verminderde concentratie en een lager energieniveau.

Belemmering van cognitieve ontwikkeling

Vanuit psychologisch onderzoek weten we dat leren het beste plaatsvindt in een staat van relatieve

ontspanning. Een leerling die voortdurend alert moet zijn op mogelijke afwijzing of vernedering, heeft minder mentale ruimte voor complexe taken. Het werkgeheugen wordt belast door zorgen, waardoor leerprestaties dalen.

Negatief zelfbeeld en zelfvertrouwen Een onveilig sociaal klimaat tast vaak de kern van iemands zelfbeeld aan. Leerlingen die herhaaldelijk buitengesloten of gepest worden, kunnen de boodschap internaliseren dat zij 'niet goed genoeg' zijn. Dit vergroot de kans op faalangst, depressieve gevoelens en sociale terugtrekking.

Sociale isolatie en hechtingsproblemen

Omdat de school een belangrijke context is voor sociale ontwikkeling, kan een negatieve ervaring blijvende gevolgen hebben. Leerlingen die structureel onveiligheid ervaren, kunnen moeite ontwikkelen om anderen te vertrouwen. Dit bemoeilijkt het aangaan van gezonde relaties, ook buiten de school.

PSYCHOLOGISCHE IMPACT OP LERAREN

Vaak ligt de focus op leerlingen, maar ook leraren ondervinden ernstige gevolgen van een onveilig schoolklimaat.

Werkstress en burn-out

Wanneer leraren zich onvoldoende gesteund voelen door collega's of schoolleiding, kan dit leiden tot werkdruk, gevoelens van machteloosheid en uiteindelijk burn-out. Dit geldt vooral als leraren herhaaldelijk geconfronteerd worden met pestgedrag of conflicten waarvoor geen effectieve aanpak beschikbaar lijkt.

Verminderd pedagogisch functioneren

Een leraar die zelf onder spanning staat, kan minder sensitief reageren op signalen van leerlingen. Psychologisch gezien ontstaat er een vicieuze cirkel: minder adequaat handelen versterkt het gevoel van onveiligheid bij leerlingen, wat op zijn beurt de leraar opnieuw belast.

Identiteitscrisis in de rol als opvoeder en begeleider

Voor veel leraren maakt het zorgen voor een veilige leeromgeving deel uit van hun professionele identiteit. Wanneer dit niet lukt, kan dat leiden tot gevoelens van falen en verminderde motivatie. Op de lange termijn kan dit zelfs leiden tot uitstroom uit het beroep.

LANGETERMIJNGEVOLGEN

De psychologische effecten van een onveilig schoolklimaat reiken vaak verder dan de schooltijd zelf. Leerlingen die langdurig blootgesteld worden aan pesten of sociale onveiligheid, hebben een verhoogde kans op angststoornissen, depressie en laag zelfvertrouwen op volwassen leeftijd.

Ook de maatschappelijke impact is aanzienlijk: verminderde arbeidskansen, hogere zorgkosten en een grotere kans op sociale problemen.

Voor leraren kan een structureel onveilig klimaat leiden tot langdurige uitval, verlies van passie voor het vak en een negatieve invloed op de professionele cultuur binnen het team. Daarmee wordt de cyclus van onveiligheid in stand gehouden.

DE PSYCHOLOGISCHE MECHANISMEN ACHTER ONVEILIGHEID

Sociale vergelijking

Volgens de sociale vergelijkingstheorie spiegelen mensen zich voortdurend aan anderen. In een onveilig klimaat wordt deze vergelijking vaak negatief beleefd: leerlingen zien zichzelf als minderwaardig of 'anders', wat zelftwijfel versterkt.

Leren door observatie (modelleren)

Kinderen leren gedrag door het observeren van rolmodellen. Wanneer zij zien dat pestgedrag ongestraft blijft of dat volwassenen conflicten vermijden, wordt onveilig gedrag genormaliseerd.

Groepsdynamiek en behoefte aan erbij horen

De mens is van nature een sociaal wezen. Het gevoel ergens bij te horen is een psychologische basisbehoefte. In een onveilig klimaat kan deze behoefte leiden tot conformisme: leerlingen sluiten zich aan bij de groep die pest om zelf niet slachtoffer te worden. Zo ontstaat een cultuur waarin onveiligheid zichzelf versterkt.

WAT KUNNEN SCHOLEN DOEN?

Bewustwording en scholing

Zowel leraren als schoolleiders hebben baat bij training in groepsdynamiek, signalering van pestgedrag en het bespreekbaar maken van gevoelens van onveiligheid. Psychologische kennis over stress, trauma en sociale interactie helpt om signalen tijdig te herkennen.

Veilige relaties stimuleren

Het actief bouwen aan relaties is cruciaal. Dit betekent niet alleen aandacht voor de klas als geheel, maar ook voor individuele gesprekken. Een leraar die beschikbaar is, oogcontact maakt en consistent reageert, geeft leerlingen een gevoel van voorspelbaarheid en steun.

Duidelijke normen en grenzen

Een positief schoolklimaat ontstaat niet vanzelf. Het vereist duidelijke afspraken over omgangsvormen, consequent optreden bij overtredingen en het uitdragen van kernwaarden zoals respect en inclusiviteit.

Ruimte voor herstel en veerkracht

Conflicten en incidenten zijn onvermijdelijk. Het verschil wordt gemaakt door hoe ermee wordt omgegaan. Herstelgerichte gesprekken, het betrekken van leerlingen bij oplossingen en het versterken van veerkracht bieden een psychologische buffer tegen de schadelijke effecten.

Ondersteuning voor leraren

Een team dat elkaar steunt en moeilijke situaties samen analyseert, vermindert de kans op uitval en vergroot de effectiviteit. Intervisie, coaching en ruimte voor emoties zijn hierbij essentieel.

CONCLUSIE

Een onveilig sociaal schoolklimaat is geen bijkomstigheid, maar een fundamentele bedreiging voor de psychologische ontwikkeling en het welzijn van leerlingen én leraren. De gevolgen zijn diepgaand, van verhoogde stress en leerachterstanden tot blijvende psychische klachten en professionele uitval. Tegelijkertijd biedt een psychologische benadering ook hoop: door inzicht te krijgen in de mechanismen achter onveiligheid en bewust te werken aan een cultuur van veiligheid, verbondenheid en respect, kan het tij worden gekeerd. Veiligheid is geen luxe, maar de basis. Een school die hierin investeert, investeert niet alleen in beter leren, maar ook in het levenslange welzijn van de mensen die er dagelijks samenkomen.

Je school, je lust en je leven



Waarom al dat gepest?

Het is niet te begrijpen dat er nog zo veel kinderen, maar ook volwassen, gepest worden. Waarom slagen we er niet in dat pestgedrag te stoppen, of nog beter te voorkomen. Eén op de drie kinderen heeft te maken met deze vervelende situatie. En het maakt niet uit of het jongens of meisjes zijn, als we het even toespitsen op het onderwijs. Ook leerkrachten worden gepest, met als gevolg dat ze het onderwijs verlaten. De angst heeft zo veel invloed op het welzijn van de leerkrachten, dat ze er volledig onderdoor zouden gaan. Tijdens de opleiding maken ze eigenlijk niet mee wat pesten is in de praktijk. De praktijk is dan een harde leerweg.

Bij pesten hebben we te maken met drie groepen:

- de pester.
- de meelopers van de pester.
- de gepeste.

Vraag:

Kunnen we pestgedrag voorkomen?

Zijn we in staat de pester voor te zijn, voordat die toeslaat als pester?

Antwoord:

*Simpel en kortweg.
NEE.*

Ik schreef al dat we te maken hebben met drie groepen. Alleen de pester aanspreken of aanpakken met straf, schorsing of verwijdering van school heeft geen zin. Zo eenvoudig los je het niet op.

Wie wel een positieve invloed kan hebben op de pester binnen de groep is de LEERKRACHT! (lees hij = zij) Heeft hij een goede band met de groep, dan is hij de vertrouwenspersoon.

De pester, de meeloper en de gepeste moeten bij die leerkracht te recht kunnen met zijn probleem. Ja, alle drie hebben een probleem. Een probleem dat hem deelgenoot maakt van het pestgedrag.

En wel waarom pest hij, waarom doet hij mee met dat gepest, en waarom wordt hij gepest. Wat is de achterliggende reden van al die problemen?

Streng aanpak, straffen, schorsing of verwijdering van school is niet de oplossing. Dat is alleen verplaatsen van of een ander opzadelen met het probleem.

We moeten teruggaan naar het oorzaak van het pestgedrag. En dat is niet eenvoudig, teruggaan in de tijd wat de aanleiding is tot het pestgedrag door de pester, van deelnemer te zijn en het slagoffer te zijn. Als we ons alleen beperken tot een van de drie betrokkenen. Helaas, dat heeft geen zin om daar druk om te maken. Zo lossen we het probleem niet op.

Vaak heb ik gehoord dat een leerkracht de pester 'dwingt' tot sorry te zeggen. Deze actie heeft geen zin en lost niets op. De pester reageert averechts op dit gedwongen excuus. Het is een tijdelijke oplossing. De pester wil zo snel mogelijk af van die belerende leerkracht.

De pester

Allereerst moeten we inzien dat de pester een probleem heeft. En dat probleem ligt niet zozeer bij de pester zelf. Wat heeft ertoe geleid dat de pester pester is geworden?

Dit is de tweeëntwintigste column in de serie *Je school, je lust en je leven*.





De pester heeft in zijn leven te maken gehad met diverse leefomgevingen: thuis, familie, voorschoolse opvang, de buurt en mogelijk een sportvereniging. Op een gegeven moment is er een situatie geweest, die frustrerend heeft gewerkt op zijn persoonsontwikkeling. Die frustrerende situatie is niet verwerkt, niet uitgesproken of gedeeld met een vertrouwd persoon. Dus de pester wil nog steeds erkenning, gezien worden of vergelding. En zolang dit probleem niet is opgelost, blijft de pester pester.

De meeloper

De meeloper doet mee, omdat hij bang is de volgend gepeste te worden. En zolang hij zich maar aansluit bij de pester, heeft hij niks te vrezen. Maar juist die aanhang van de pester versterkt het pestgedrag. De pester voelt zich gezien, kan laten zien dat hij lef heeft. Zie mij wat ik kan en durf!

De gepeste

Wie eenmaal de gepeste is, komt daar bijna niet meer onderuit. In korte tijd weten velen wie vaak of regelmatig

gepest kan worden. En door wie. De gepeste heeft een probleem. Hij is in een situatie terecht gekomen, waaruit niet zomaar te ontsnappen valt. Het merkwaardige is dat de ene leerling wel gepest wordt en de ander niet. Hoe komt dat? De pester heeft schijnbaar een 'bepaald zintuig' dat feilloos aangeeft wie gepest kan worden. En met succes. Het succes wordt bovendien nog versterkt door die meelopers!

Uit ervaring weet ik dat ouders ten einde raad hun kind, dat maar gepest werd, overgeplaatst hebben naar een ander school. Ver uit de buurt van de school waar het eerst op zat. Helaas zonder succes. Ook op de nieuwe school ging het pesten door. Waar ligt dat aan? Ik denk dat de gepeste een bepaalde uitstraling heeft, die opgepikt wordt door de pester. Succes, weer een nieuw slachtoffer.

Een ander voorbeeld van gepest worden, had ik toen een jongen na de pauze naar me toekwam in wanhoop. Ik word weer gepest. Ik gaf de gepeste de gelegenheid zijn frustratie te uiten. In dikke

tranen vertelde hij hoe hij het vond dat hij gepest werd. De groep luisterde in stilte naar zijn verhaal. We hebben geen oordeel uitgesproken naar de pester en meelopers. Het verhaal op zich deed genoeg. Aan het eind van zijn verhaal kwam de opluchtende opmerking. Eindelijk iemand, die naar me luistert.

Moeten we, als leerkrachten, nu snel allemaal een cursus gaan volgen voor het herkennen en oplossen van pestgedrag. Nee, zeker niet. Gebruik je verstand, je ervaring, je professionaliteit en inlevingsvermogen. Vaak worden cursussen de school binnengedragen ter voorkoming van pesten. En nog steeds bestaat het pestgedrag. In mijn ogen zinloos en zonde van de leertijd. Observatie binnen je groep is van belang om tijdig signalen op te vangen, die leiden tot pesten. Wat zeker van belang is, dat je je leerlingen kent, en dat ze jou kennen en vertrouwen.

Alle drie de groepen hebben een probleem, dat aandacht verdient.

Geef die aandacht!

De stelling

In iedere editie van het magazine nodigen we de experts verbonden aan Stichting Veilig Onderwijs uit om te reageren op een stelling. Die is dit keer overgenomen uit een artikel in *de Volkskrant* van woensdag 9 juli 2025 van Gijs Korenblik, docent geschiedenis en maatschappijleer. De reacties zijn van Ellenor Spreeuw, Petra Ackermans, en ...

STELLING:

‘Als samenleving zouden we meer focus moeten leggen op de rol van omstanders van een pestsituatie (...). Er zou een campagne vanuit de overheid kunnen komen, om mensen alert te maken op pesten, en handvatten zou geven aan omstanders (...).’

Reactie Ellenor Spreeuw:

‘Ik denk zeker dat als er sprake is van pesten er naast aandacht voor de slachtoffers en daders ook de omstanders betrokken moeten worden in het proces. Dat kan afhankelijk van de situatie afzonderlijk dan wel

indien mogelijk in combinatie plaatsvinden. De reden dat men wegkijkt komt doorgaans voort uit angst. Maar soms is men zich ook niet bewust van de gevolgen van eigen gedrag in deze situaties.’

‘Ik ben werkzaam als trainer/trainingsacteur en ook extern vertrouwenspersoon en ik hoor regelmatig van situaties bij organisaties waar collega's twifelen over wel of niet mee bemoeien. Bij het trainen van teams waarbij een deelnemer aangeeft dat ze zich niet zo snel geïntimideerd voelt of “wel wat gewend is” ga ik met de groep de discussie aan dat je ook verantwoordelijk bent voor collega's in je team. Dus als je als individu de grens steeds opschuift of wegkijkt wordt dat de nieuwe norm. Vaak is men zich daar niet van bewust.’

‘Voorbeeld: Een nieuwe collega in het team is vaak het mikpunt bij “grapjes” van een andere collega die al heel lang op de school werkt. Zijn opmerkingen zijn vaak op het randje of erger. Er heerst een sfeer van “tja dat is B. “ Niemand zegt er wat van. De nieuwe docente raakt aardig van slag hiervan en spreekt met haar duo-collega hierover. Die haalt haar schouders op en zegt “zo doet ie altijd, probeer het maar te negeren”. Hier ontstaat dus de situatie dat het door de één gedoogd wordt en de ander daarvan de dupe wordt.’

‘Iedereen dient zich veilig te voelen dus erover praten met elkaar is belangrijk. Een campagne om de bewustwording onder de aandacht te brengen zou wellicht kunnen helpen. Maar dan ook zeker handvatten bieden wat je kunt doen. Als men zich meer bewust wordt maar uit angst toch niet in actie komt ontstaat namelijk schuldgevoel.’

Ellenor Spreeuw (foto) is trainer, trainingsacteur, coach en vertrouwenspersoon.
www.act4you.nl



Reactie Petra Ackermans:

‘Als mediator zet ik mij dagelijks in voor veilig onderwijs. En met veilig bedoel ik méér dan een goed schoolgebouw, lesmateriaal of de juiste leerkracht. Een kind kan pas echt leren als het zich veilig voelt, in zijn hoofd én in de groep.’

‘Daarom is het zo belangrijk dat we niet alleen kijken naar het kind dat gepest wordt, maar

juist ook naar de **omstanders**. Die groep is vaak groot. Veel kinderen zien het gebeuren, willen helpen, maar weten niet hoe. En daar ligt een kans.'

Een landelijke campagne: geef omstanders kracht

'Ik steun de stelling hierboven van harte. We moeten als samenleving omstanders serieus nemen. Een landelijke campagne van de overheid kan daarbij helpen. Door mensen – jong en oud – bewust te maken van pestgedrag en vooral van hun rol erin. En door ze duidelijke handvatten te geven om veilig en effectief in te grijpen. Want juist die stille meerderheid kan het verschil maken.'

Wat een mediator kan betekenen

'Als mediator begeleid ik gesprekken tussen leerlingen, ouders en leerkrachten. Ik help bij het herstellen van vertrouwen en het maken van duidelijke afspraken. Maar ook preventief, door trainingen over sociale veiligheid en communicatie. Geen beschuldigingen, maar luisteren, begrijpen en samen oplossingen vinden. Dat geeft rust, en ruimte om te leren.'

Gemeenten en scholen: werk samen aan sociale veiligheid

'Pestgedrag stopt niet vanzelf. Gemeenten en scholen moeten samenwerken om een sociaal veilige omgeving te creëren. Een omgeving waarin kinderen niet bang zijn, maar zich gezien en gehoord voelen. Dat vraagt om inzet, training, maar ook om creatieve manieren van versterken.'

Sport als middel tegen pesten

'Sport is zo'n krachtig middel. Denk aan boksen of andere vechtsporten. Niet om te leren vechten, maar juist om kinderen sterker te maken. Sport leert ze:



omgaan met spanning en verlies,



respectvol grenzen aangeven,



en bouwen aan zelfvertrouwen en discipline.

Kinderen die weerbaar zijn, worden minder vaak slachtoffer – en minder vaak dader. En kinderen die zich sterk voelen, durven ook eerder op te staan tegen onrecht. Dáár zit de kracht van sport.'

Samen maken we onderwijs veilig

'Veilig onderwijs vraagt meer dan muren en methodes. Het vraagt samenwerking tussen ouders, leerkrachten, gemeenten, sportclubs – en mediators. Want veiligheid is niet vanzelfsprekend. Maar met aandacht, kennis en betrokkenheid kunnen we wél zorgen dat elk kind zich veilig voelt. En dát is de basis om te kunnen leren, groeien en gelukkig te zijn.'

**Petra Ackermans (foto) –
Mediator bij Ackermans
Mediation**



***“Een kind leert
pas echt als het
zich veilig voelt”***

Ook reageren? Dat kan via chrisreinders@hetnet.nl in een mailtje van omstreeks 200 woorden.

Wensboomactie Stichting Veilig Onderwijs ^(deel 2)

In ons vorige magazine heeft u al kunnen lezen over onze wensboom actie. Daarin hebben wij u meegenomen naar een aantal scholen, waar we mooie wensen in vervulling hebben kunnen laten gaan. Echter door wat omstandigheden is één van de wensen wat later in vervulling gegaan. Echter is deze wens zo bijzonder dat we jullie die niet wilde onthouden.

De week voor de kerst van 2024 hebben we een (kerst) wensboom geplaatst op de basisschool de Prinsenhof in Pijnacker. Alle kinderen werden gevraagd om een mooie wens te doen. Er was een wens met een bijzonder verhaal en daarom hebben Gerard en Ingrid van Beelen en Natasja Huisman alles op alles gezet om deze wens in vervulling te laten gaan. De directeur van de Prinsenhof vertelt de achtergrond van de wens:



Vanuit Prinsenhof waren we blij verrast met de vraag of de kinderen op onze school een wens wilden doen afgelopen december. Deze wens was bedoeld om een gebaar te maken naar een ander. We hebben vele wensen binnengekregen, waarvan we er eentje heel speciaal vonden. Deze is gelukkig ook uitgekozen samen met de stichting. Een klasgenootje wenste een nieuwe bril voor Jaymond. Jaymond moet vaak naar de oogarts, waarbij zeker een keer per jaar zijn sterkte veranderd. Het vanuit thuis niet altijd mogelijk om dan meteen een nieuwe bril of glazen voor hem te regelen. Daarbij houdt Jaymond van stoeien en voetballen, waardoor zijn bril regelmatig stuk ging. We zijn dan ook erg dankbaar dat Jaymond nu een bijna onverwoestbare bril heeft, met de juiste sterkte!

We vinden de wensen van Stichting Veilig Onderwijs echt een mooi gebaar zo in de kerstperiode. Dankjewel voor dit mooie initiatief!- Sabine van der Kleij, Directeur Prinsenhof

Onze speciale dank gaat uit naar Maarten van Trompper Optiek, Delft. Hij heeft na het horen van het verhaal van Jaymond de speciale brillenglazen gedoneerd en samen met Jaymond een mooie bril uitgekozen.



Tekst: Els Hendrikse



Groepsprocessen op school

Nu ik afscheid ga nemen van mijn werk, wil ik nog eens graag de groepsprocessen onder de aandacht brengen en daarmee hoop ik dat dit jullie zal helpen om jullie klas/groep een gezonde groep/klas te laten zijn.

Ongewenst gedrag, in welke vorm dan ook, heeft grote gevolgen voor het gepeste kind, maar ook voor de pester zelf. Iedere leraar/docent moet de intentie hebben dat alle kinderen en jongeren op school, zowel op het schoolplein, op het internet en in de klas, veilig zijn.

Daarom is het noodzaak om te weten hoe de mens, zeker in kindertijd, in elkaar zit.

Een kind leert de eerste levensjaren de moedertaal spreken en vele andere vaardigheden zoals zich leren gedragen tussen mensen. Het kind behoort dit alles te leren in een veilige omgeving, vooral

van zijn ouders. Helaas zijn er ouders die deze taak niet op zich wil of kunnen nemen.

Sommige ouders doen hun kinderen, tegen alle natuur in, kort na de geboorte naar een kinderdagverblijf en dan leert het kind gedrag, ongewenst en gewenst, van zijn of haar leeftijdgenootjes op het kinderdagverblijf en van de leidster. De volwassen mens behoren het kind te belonen en te corrigeren als het nodig is. Van nature leert het kind mede sociale gebruiken en normen van huis uit kennen. Als ouders veel werken en het kind daardoor vaak op de opvang is, zal het kind dit leerproces buiten hun om leren kennen. Ieder gedrag strekt zich steeds verder uit naar buiten: op familiebezoek, buiten op straat en op school. Het leert tevens dat normen en waarden elders kunnen verschillen met die van thuis of het kinderdagverblijf. Dat is niet erg, integendeel, als

het kind zich maar veilig weet en iedereen handelt vanuit de gezamenlijke hoofdnorm dat je elkaar respecteert als mens.

Dus, iedereen heeft recht op een respectvolle behandeling, maar iedereen is ook medeverantwoordelijk voor het welzijn van de ander.

Elk mens heeft goede en minder goede eigenschappen. Het is de kunst om beide soorten een zodanige plek te geven dat er evenwicht ontstaat. Het omgaan met elkaar in een groep is dan ook een leerproces in dat verband. Zo nu en dan een ruzie of een conflict horen daarbij. Een kind traint op deze manier zijn sociale vaardigheden. Zwemmen leer je door te doen, maar sociale vaardigheden, leer je door de omgang met elkaar. Hoe je problemen oplost, leer je door het zelf te doen (met als adviseurs op de achtergrond ouders/leidsters, familie, vrienden, andere kinderen en onderwijzenden).

Kinderen die in een nieuwe groep komen zullen elkaar uitproberen om zo de hiërarchie vast te stellen. Wie is de leider? Wie volgt? Wie gaat met wie om? Wie gaat zijn of haar eigen gang? Wie is waar goed in? Wie is rustig? Wie is driftig? Wie is vriendelijk? Wie is leuk? enz.

Iedere leraar heeft ook een rol in en is verantwoordelijk voor de veiligheid van alle kinderen in de klas, maar ook in de gang en op het schoolplein. Dit betekent dat de leraar een goed zelfbeeld moet hebben waardoor deze zijn of haar rol zelf kan bezien en mede daardoor op een goede en verantwoordelijke manier kan omgaan met alle kinderen in de klas en op school.

Als een leraar geen goed zelfbeeld heeft en zijn of haar eigen rol niet voldoende inziet in de klas en in het team, kan deze ook niet goed interpreteren wat er in de groep gebeurt. Een leraar die zich bewust is welke wetmatigheden de klas als groep leven, heeft meer mogelijkheden om de sfeer in de klas positief te beïnvloeden. En dat kan het leerproces, ook sociaal, van de individuele leerlingen ten goede komen.

Ieder kind is uniek

Dit kan uiterlijk zijn: dunne kinderen, forse kinderen, kleine kinderen, grote kinderen, witte kinderen, donkere kinderen. Innerlijk is het net zo: er zijn verlegen, vrolijke, angstige,

driftige kinderen en ga zo maar door. Kinderen zien en ervaren dat van elkaar. Mensen, dus ook kinderen, worden door anderen beoordeeld en soms afgerekend op hun uiterlijk of op hun gedrag. Het is dan ook de kunst om dit laatste in een groep te voorkomen.

Behoeften van de mens

Om iets over pesten te weten te komen moet je iets over de mens, in dit geval een klein mensje, het kind, weten. Het kind voor wie jij als groepsleerkracht verantwoordelijk bent!

Een basisbehoefte van ieder kind is dat het zich veilig moet voelen op school. Ieder kind wil bij de groep horen. Het wil niet afgaan maar geaccepteerd en gerespecteerd worden. Als een kind weet, hoe het hier veilig mee kan omgaan, komt de behoefte om invloed uit te oefenen aan bod. Dan zal het ook zijn of haar mening zeggen en uitdragen. Verder zijn persoonlijke contacten erg belangrijk. Met iemand iets delen en aandacht krijgen horen daar ook bij.

Basisbehoeften worden op verschillende manieren beleefd. Het ene kind wil opgaan in de groep en invloed op de groep hebben, terwijl het andere kind tevreden is met een losse band met iemand of met oppervlakkige contacten. Het is dan ook een natuurlijk gegeven dat deze individuele behoeften de groep beïnvloeden.

Groepsbewustheid

Een kind is een groot deel van de dag op school en leeft dan tussen andere kinderen.

Kinderen beginnen zich vanaf ongeveer 7 jaar bewust te worden van het leven in de groep. In een kleuterklas is er nog geen groepsbewustheid. *Toch kan er wel worden gepest!*

Groepsproces

Er zijn gemakkelijke groepen en moeilijke. In een gemakkelijke groep is de sfeer positief, hebben de kinderen een goede band met elkaar en zijn bereid om met elkaar samen te werken.

In een moeilijke groep heerst een negatieve sfeer en de groep wordt geen hechte eenheid. De kinderen overtreden vaak de regels en concurreren met elkaar. In zo'n groep wordt meestal *gepest en is er ongewenst gedrag en daardoor is het niet veilig!*

Een groep, dus ook een klas, is een maatschappij in het klein. Om positief te functioneren zijn er regels en enkele functies nodig. Tijdens het groepsproces worden die functies met of zonder strijd verdeeld. Er zijn altijd leiders. Dat kan er één zijn, maar ook twee of meer. Als de kinderen niet direct onder de leiding van een volwassene staan, zie je dat er in de groep gezagsverhoudingen en taakverdelingen ontstaan. In

een dergelijk groepsproces zijn fases te onderscheiden. Die moet je als leraar onderkennen om bijvoorbeeld tijdig te ontdekken of er ongewenst gedrag is, er gepest wordt en hoe de gezagsverhoudingen in de groep liggen. Daar ben je verantwoordelijk voor. Daarom is het belangrijk om in het begin van het nieuwe schooljaar tot een positieve sfeer in de klas te komen. Juist daarom moet de leraar inzicht hebben in de basisbehoeften van het kind om deze vijf fases van een groepsproces te leren kennen.

Fase 1: Forming

Kinderen willen graag bij de groep horen. Ze hebben de behoefte om veiligheid binnen de groep te zoeken. Veelal stellen kinderen in deze eerste fase zich afwachtend op. Ze gebruiken deze fase om te verkennen. Ze doen dit om te zien hoe andere kinderen zijn, wat ze kunnen doen in de groep en hoe andere kinderen over hen denken. Dit is een gewenningsfase en deze duurt één á twee weken.

Fase 2: Storming

Na de eerste fase weten de kinderen ongeveer wat ze aan elkaar hebben. Dus wat de klasgenoten, maar ook de leraar van ze verwachten. De meesten kennen inmiddels de grenzen van hun veiligheid. Vanaf nu gaan ze zich meer profileren. Eerst aftastend,

maar gaandeweg duidelijker. Ieder naar zijn of haar eigen behoefte. Ze gaan zoeken naar invloed. Dit leidt tot botsingen en confrontaties tussen de kinderen. Er is in feite een strijd om de macht. In deze fase worden de posities vastgelegd. Er wordt bepaald wie de leiders en volgers worden. Er kan zelfs een zondebok/slachtoffer worden aangewezen.

In deze fase wordt duidelijk hoe de groep zich ontwikkelt en welke positie ieder kind krijgt. In sommige groepen verloopt dit proces rustig en is het nauwelijks waarneembaar. Er zijn echter ook groepen waarin zelfs fysiek geweld voorkomt.

Fase 3: Norming

In deze fase wordt bepaald hoe de groepsleden met elkaar omgaan. Welke normen en waarden er in de groep heersen. Dit wordt soms door de leiders van de groep bepaald. Vaak zijn het positieve normen: kinderen komen voor elkaar op en willen graag samenwerken. Het kan ook zijn dat de normen negatief zijn. Dan geldt het recht van de sterkste. De leiders bepalen hoe de andere groepsleden zich moeten gedragen. Wie zich hier niet aan houdt, wordt uitgelachen of buiten de groep geplaatst.

Fase 4: Performing

De groep is samengesteld en functioneert. Dit wordt ook wel

de productieve fase genoemd. Afhankelijk van de voorgaande fasen is er een positieve groep of een moeilijke (negatieve) groep ontstaan.

Fase 5: Termination

Dit is de fase waarin de groep verkeert als de leerlingen aan het einde van het schooljaar uit elkaar gaan. Vooral in groep 8 wordt dit door de kinderen heel bewust beleefd. De sfeer in de groep bepaalt of de kinderen het jammer vinden dat de groep uit elkaar valt of dat ze opgelucht zijn. Er kunnen dus positieve groepen ontstaan, maar ook negatieve.

Positieve groep

De leden van een positieve groep voelen zich medeverantwoordelijk voor de eigen groep en hebben enig respect voor elkaars mening en karakter. Ze zijn bereid om met elkaar samen te werken. Deze kenmerken liggen vast in de ongeschreven concrete groepsregels: hoe gaan we met elkaar om? Hoe sterker het groepsbewustzijn is, hoe beter de groepsfuncties uit de verf komen.

Het **hoogste gezag (de leider)** ligt niet bij diegene die het hoogste woord heeft en organiseert, maar bij iemand die vaak wat op de achtergrond blijft, maar van wie wel zijn of haar woord door iedereen wordt opgepakt en gehoord. De functie van een leider is dat

zijn of haar wil wet is, zolang deze niet tegen de gezamenlijke opvattingen binnen de groep ingaat. In feite bewaakt deze het doel van de groep, zoals samenwerken.

Naast de gezagdrager staat de **sociaal werker**. Deze heeft ook veel invloed, maar interesseert zich vooral voor de medemens en de relaties. Hij/zij treedt op als er in de groep onenigheid dreigt. Dan draagt hij compromissen aan om de harmonie te herstellen. Ook informeert hij regelmatig naar het welzijn van de groepsleden. Het is de ziel van de groep.

De **organisator** verdeelt de taken en houdt met zorg de hiërarchie in stand. Deze hiërarchie is niet beklemmend. Zo beheert de organisator als machthebber een reeks 'ondergeschikten'. Die worden weer verdeeld in **verkenners** en **volgers**.

Verkenners zijn vaak groepsleden die snel initiatieven nemen. Zij vragen wat voor de ander te doen. Zij hebben invloed zolang ze de machtspositie van de organisator niet aantasten. Meestal staat een van hen klaar om de positie van de ander over te nemen als die ander wegvalt of fouten maakt. De rest van de groep zijn **volgers**. Ze doen gewoon wat van ze gevraagd wordt.

De **appellant** staat op de laatste plaats. Deze is mentaal of fysiek zwak. In een positieve groep kan hij een beroep doen op de

rest van de groep. De zorg voor hem verhoogt de onderlinge samenhang.

In een positieve groep zien we tenslotte vaak de **grapjas**, ook wel **joker** genoemd. Hij lapt de regels aan zijn laars en iedereen lacht hem uit. Toch onmaskert hij of zij door grappen misstanden en relateert hij of zij de gezagsverhoudingen. Dit werkt optimaal in een positieve groep.



Negatieve groep

In een negatieve groep is er voortdurend strijd. Er is daarom geen gezagsdrager en ook geen sociaal werker. Daarom moet de organisator zonder enige steun van gezag, de saamhorigheid tot stand brengen. Deze

organisator noemen we een **dictator of negatieve leider**. Vaak probeert deze een negatief doel op te leggen en de groep bijeen te houden door een vijand van buitenaf te creëren. Dat kan een medeklasgenoot zijn, of iemand anders van de school, maar zelfs ook de leraar.

Intussen is ondergronds in de groep een voortdurende strijd gaande om een hogere plaats in de hiërarchie. De verkenners

proberen de dictator onderuit te halen en hun aanhang onder de volgers te vergroten. De laagst geplaatste in de negatieve groep is vrijwel altijd **de zondebok het slachtoffer**.

Het voorgaande vat ik samen in het volgend overzicht:

Groepsfuncties	Positieve groep	Negatieve groep
Doel	Eensgezind, gemotiveerd	Strijd over doel
Leidinggevende: • Gezagdrager • Sociaal werker • Organisator	Erkend gezag • Doelbewaker • Bewaakt groepsklimaat • Uitvoerder/taakverdeler	Afgedwongen gezag • Niet aanwezig • Niet aanwezig • Dictator
Groepsleden • Verkenner • Volgers • Appellant • Joker	Hiërarchie • Initiatieven • Helpers • Groepsverantwoordelijkheid • relativeert	Machtsstrijd • Intriganten • Meelopers • Zondebok/slachtoffer wordt gepest • Geen joker aanwezig

Een zieke groep

Een negatieve groep noemen we ook wel een **zieke groep**. In zo'n groep wordt gepest en dat is heel erg voor een kind. Ook als een kind niet wordt aanvaard in een groep, is dit een vorm van pesten. Dit is duidelijk wat anders dan plagen. Helaas zien sommige leraren het onderscheid niet. Daarom geef ik hier graag het verschil weer.

Plagen is als er een geintje wordt gemaakt *zonder dat men de ander pijn doet*:

- Het is niet gemeen: je kunt er samen om lachen
- Er is geen winnaar of verliezer
- Beide partijen zijn in staat om zich te verdedigen
- Niemand loopt (blijvende) schade op
- Het gebeurt bij iedereen

Pesten=ongewenst gedrag: is *doelbewust en systematisch iemand pijn doen*. Dit kan op vele manieren:

- Schelden
- Schoppen
- Slaan
- Roddelen (lelijke dingen over een ander zeggen)
- Iemand negeren en buitensluiten (net doen of hij of zij niet bestaat)
- Bedreigingen uiten
- Spullen van de ander vernielen
- Diefstal of verstoppen van spullen die eigendom zijn van een ander.
- Iemand anoniem bedreigen per sms of msn.

Het is dan ook van belang om pesten in en buiten de school zeer serieus te nemen. Wat je als leraar zeker moet weten is dat sommige kinderen

die gepest worden, genoeg nemen met de negatieve vorm van “erbij horen”. Dit om isolement te voorkomen. Als een kind te lang wordt gepest wordt het beschadigd en verliest het zijn of haar sociale vaardigheden. Het wordt dusdanig beschadigd, wat vaak wordt weggezet als “sociaal onhandig” terwijl dit een enorme beschadiging is door ongewenst en pestgedrag van de dader. Aldus is een vicieuze cirkel ontstaan en de groep is ziek.

Een leraar kan de sfeer in de groep op een positieve manier beïnvloeden door de norming-fase zoveel mogelijk vóór de storming-fase te laten plaatsvinden. Er zijn op dat moment nog geen duidelijke leiders in de groep die de groep voorschrijven hoe zich te gedragen. Hierdoor kan de leraar de omgangsvormen positief beïnvloeden door samen met de hele groep afspraken te maken hoe er met elkaar wordt omgegaan.

van kinderen en samenwerkingsvormen in de klas te stimuleren. Daar lenen bepaalde vakken, zoals gym, geen burgerschap, zich erg goed voor.

Bij groepen die “ziek” dreigen te worden, kan extra en vooral positieve aandacht worden besteed aan de begeleiding van het buitenspelen en door gymlessen. Soms is het nodig om extra aandacht te geven aan de ontwikkeling van de werkhouding van kinderen.



Wat kan de leraar doen?

Allereerst is het belangrijk dat een leraar zich bewust is van zijn of haar eigen rol. Hij of zij moet een goed zelfbeeld hebben om een groep positief te kunnen begeleiden. Als dit zelfbeeld onvoldoende aanwezig is, kun je beter alsnog een ander beroep kiezen. Een leraar is immers verantwoordelijk voor de kinderen, dan wel de toekomst van kinderen.

Voor het begin van een schooljaar is belangrijk.

Er kan op verschillende manieren aan regels, normen en waarden in de groep worden gewerkt. Het voorbeeldgedrag van de leraar is natuurlijk het belangrijkste, maar daarnaast is het erg belangrijk dat de regels en normen **samen** met de kinderen worden opgesteld. Kinderen houden zich vooral aan afspraken als ze er zelf daadwerkelijk achterstaan. Het is de taak van de leraar deze regels en normen stimulerend te beïnvloeden. Ook kan de leraar veel doen door aandacht te geven aan sociale vaardigheden

Inzicht in de groep

Om inzicht in de groep te krijgen is het maken van een **sociogram** gewenst. Sociometrie is een oude en nog steeds een verhelderende techniek die inzicht geeft in de relaties tussen groepsleden. Een sociogram wordt samengesteld op grond van antwoorden of reacties van kinderen op vragen die de leraar stelt.

Het zal duidelijk zijn dat de vragen gekoppeld zijn van wat men te weten wil komen.

Het maakt verschil of je wilt weten wie aardig gevonden wordt, of dat het gaat om samenwerkingsmogelijkheden in de groep. Bij het samenstellen van groepjes voor een samenwerkingssituatie horen vragen die daarmee een relatie hebben. Voor het uitnodigen van kinderen voor een leuk feestje ligt dat weer anders. Hier stel je bijvoorbeeld de vraag: Welke drie kinderen uit deze groep zou je op je verjaardag vragen?

Een sociogram maakt duidelijk:

- Hoe vaak iemand wordt gekozen
- Wie het meest en wie nooit worden gekozen
- Welke subgroepjes er zijn

Een sociogram maak je door het stellen van **positieve**, sociaal-emotionele of taakgerichte vragen.

Taakgerichte vragen zijn niet bedreigend (bijvoorbeeld: met wie zou je het liefst willen samenwerken? of bij kleuters: met wie zou je het liefst willen spelen?) Je stelt die vragen **schriftelijk** en **anoniem** (dit laatste is heel erg belangrijk). Je zorgt er voor dat kinderen niet van elkaar weten wat ze hebben geantwoord, omdat ze niet behoeven te weten wat ze van elkaar vinden.

Van de antwoorden maak je een grafische weergave in de vorm van een tabel of een cirkelsociogram, bijvoorbeeld:

	Pieter	Helma	Harry	Maartje	totaal
Pieter	x	-	-	+	1
Helma	+	x	+	+	3
Harry	-	+	x	+	2
Maartje	+	-	-	x	1
totaal	2	1	1	3	

In dit overzicht van antwoorden van de kinderen zien we wie met wie omgaat:

Pieter gaat met Maartje om, dus met 1 kind.

Helma gaat met Pieter, Harry en Maartje om, dus met 3 kinderen.

Harry gaat met Helma en Maartje om, dus met 2 kinderen.

Maartje gaat met Peter om, dus met 1 kind.

Er bestaat duidelijk verschil in vragen die voor de verschillende leeftijdsgroepen geschikt zijn.

Voorbeelden van vragen voor kinderen in de basisschool-leeftijd zijn:

- Met welk kind kun je goed samenwerken?
- Met welk kind kun je helemaal niet samenwerken?
- Hoe hard werk jij in vergelijking met de andere kinderen in de groep? (harder dan anderen / ongeveer even hard / minder hard).
- Hoe vaak zijn de kinderen in deze groep aardig tegen elkaar? (meestal /

soms / soms wel, soms niet / meestal niet).

- Welk kind in deze groep vind jij het aardigst?
- Welk kind uit deze groep vind jij het minst aardig?
- Hoeveel kinderen in deze groep vind jij aardig? (meer dan de helft / evenveel wel als niet / minder dan de helft).
- Wie kan van de andere kinderen gemakkelijk iets gedaan krijgen?
- Voor welk kind doen de jongens graag iets?
- Voor welk kind doen de meisjes graag iets?

Twee vragen staan bij voorbaat vast, namelijk:

- Wie doet meestal wat de meester of de juf zegt?
- Wie doet meestal niet wat de meester of de juf zegt?

Vragen die misverstanden kunnen oproepen, moet je vermijden, bijvoorbeeld: wie kiest wie?

Heel veel succes.

Els Hendrikse
Sociaal veiligheidsdeskundige



Veilig online, sterk offline

De grens tussen offline en online schoolleven is vervaagd. Groepsappgesprekken lopen door tot laat in de avond, foto's en filmpjes gaan razendsnel rond, en één ondoordachte opmerking kan binnen minuten de hele school bereiken. Hoe kunnen scholen zorgen dat leerlingen zich ook online veilig voelen?

Uit onderzoek van Kennisnet (2024) blijkt dat 1 op de 5 leerlingen in het VO in het afgelopen jaar te maken had met online pesten. Daarbij gaat het niet alleen om schelden of roddelen, maar ook om uitsluiting in groepsapps, verspreiden van foto's zonder toestemming en "shaming" op sociale media.

Van regels naar digitale vaardigheden

Veel scholen hebben een ICT-protocol, maar dat richt zich vooral op verboden gedrag. Effectiever is het trainen van digitale weerbaarheid: leerlingen leren signaleren, begrenzen en hulp zoeken.

Digitale weerbaarheid bestaat uit:

-  Kritisch denken: niet alles geloven wat je ziet.
-  Privacybewustzijn: weten wat je deelt en met wie.



Sociale moed: online opkomen voor jezelf en anderen.

Kan de school iets doen?



Integreer mediawijsheid in het curriculum (niet als los project).



Oefen gesprekken: rollenspellen over online conflicten.



Betrek ouders: organiseer thema-avonden over digitale opvoeding.

“Leerlingen luisteren sneller naar leeftijds-genoten. Dat maakt het gesprek gelijkwaardiger.”

Coördinator Mediawijsheid



Vier signalen dat online onveiligheid speelt:

1. Leerlingen verlaten plots groepsapps.
2. Toename van “ziekmeldingen” op dagen na online incidenten.
3. Geroddel of spanning in de klas zonder duidelijke aanleiding.
4. Leerlingen vermijden hun telefoon tijdens pauzes (uit schaamte of angst).

Sociale veiligheid stopt niet bij het schoolhek. Door digitale vaardigheden net zo serieus te nemen als rekenen en taal, leren we leerlingen om zich online én offline sterk te voelen.



Wie verdient de People Help the People Award 2025?

In een wereld waarin sociale veiligheid een steeds belangrijker onderwerp wordt, is er behoefte aan helden die zich inzetten voor een veilige leeromgeving voor iedereen. The People Help the People award erkent en beloont individuen, teams en scholen die opmerkelijke inspanningen leveren om een cultuur van respect, acceptatie en empathie te bevorderen.

Oorsprong

De People Help the People-Award is vernoemd naar de song van de Engelse singer/songwriter Birdy. Haar hit uit 2011 werd grijsgedraaid door Livia van Beelen. In maart 2012 maakte Livia na voortdurende pesterijen op dertienjarige leeftijd een einde aan haar leven.

In de afscheidsbrief aan haar ouders schreef zij: "Mij hebben jullie niet kunnen helpen, maar help alsjeblieft andere kinderen." De boodschap die zij achterliet, is gebaseerd op de song People help the People van Birdy. Die is bestemd voor iedereen en voor de hele wereld.

Stichting Veilig Onderwijs heeft in overleg met de ouders de People Help the People-Award in het leven geroepen.



Een onderscheiding die we willen uitreiken aan personen, teams, scholen die zich in het bijzonder verdienstelijk hebben gemaakt bij het streven naar sociale veiligheid op school.

Nomineer nu uw helden voor de People Help the People Award 2025 en help ons om hun buitengewone inzet te erkennen en te vieren. Samen kunnen we een wereld creëren waarin elk kind veilig en met vertrouwen naar school kan gaan.

Samen Bouwen aan een Veilige Toekomst

Als we naar de toekomst van het onderwijs kijken, is het duidelijk dat onze collectieve

inspanningen om sociale veiligheid te bevorderen van vitaal belang zijn. Door samen te werken en elkaar te steunen, kunnen we een omgeving creëren waarin elk individu wordt gewaardeerd, gerespecteerd en geliefd.

Laten we samen de kracht van compassie en medeleven uitdragen en inspireren tot positieve verandering in het onderwijs. Samen kunnen we de wereld een veiligere plek maken voor alle kinderen.

Wie verdient volgens jou de People Help the People Award 2025? Nomineer ze vandaag nog en laat hun verhaal van hoop en moed schitteren voor de wereld!

Kijk voor meer informatie op www.stichtingveiligonderwijs.nl
Stuur je nominatie naar contact@stichtingveiligonderwijs.nl



Gevolgen voor het slachtoffer en de dader van ongewenst gedrag

Pesten heeft grote gevolgen voor het kind dat gepest wordt. Als het pesten te lang doorgaat, kunnen de gevolgen zelfs levenslang voortduren.

Gevolgen voor het **gepeste/slachtoffer** kind kunnen zijn:

- Faalangst
- Onzekerheid
- Zich angstig voelen
- Nachtmerries
- Eenzaamheid

Bij sommigen kunnen gevolgen van pesten zelfs tot zelfdoding leiden!



Bij de **dader/pester** kunnen de gevolgen leiden tot:

- Crimineel gedrag (Een groot gedeelte van daders/pesters belandt in de criminaliteit!)
- Gewelddadig gedrag

Voor beiden is het van groot belang dat zij goed begeleid worden. In de meeste gevallen is het zo dat juist de dader/pester (dus de negatieve leider) positief begeleid wordt. Met een positieve begeleiding kan zijn verkeerde gedrag worden omgebogen. Straks is dat jouw verantwoordelijkheid!

Schoolteam en ouders

Jij werkt in een schoolteam en als de sfeer binnen dat team goed is, werkt dat door in alle groepen en uiteindelijk in de hele school. Het is voor ouders en de kinderen erg belangrijk dat iedere onderwijzende dezelfde regels en afspraken kent en hanteert. En die regels en afspraken kunnen dat kan veel problemen voorkomen.

Als leerlingen het slachtoffer zijn van pesten op school, weten ze vaak niet wat hen overkomt.

De meeste leerlingen durven het niet te melden. Niet thuis en niet op school. Hierdoor kunnen zij er soms heel lang alleen mee blijven rondlopen. In veel gevallen merken de ouders wel aan hun kind dat het met een probleem rondloopt. Ook zien zij dat het gedrag van hun kind verandert. Vaak zien ouders hun kind veranderen in een angstig en zenuwachtig kind, terwijl het voorheen juist vrolijk

en onbezorgd was. Kortom: het kind heeft dagelijks last van spanningen door pesten op school en als dit te lang duurt, loopt het door het pesten een trauma op. Het is voor ouders dan ook een enorme teleurstelling als zij ontdekken dat hun kind doelwit van pesterijen is op school. En nog erger: zij ontdekken dat hun kind niet meer veilig is op school.

Openheid, eerlijkheid en duidelijkheid zijn super belangrijk!

Als leraar moet je openstaan voor ouders als er problemen zijn met hun kind(eren). Als ouders hiermee naar de school komen, en dus straks bij jou als leraar, en je neemt ze onvoldoende serieus dan kan dit tot een strijd tegen pesten worden die zich ook tegen jou kan keren. Wat van belang is dat iedere ouder een serieuze partner is om mee in gesprek te gaan als het over hun kind gaat.

Ons advies is om je in te leven hoe jouw leerling zich voelt en het pesten ervaart. Beschuldig nooit een gepeste leerling of zijn/haar ouders van het feit dat het gepest wordt. Het is immers het gedrag van de pester dat niet deugt. Zorg dat er een **verslag-schrift** komt waarin leerling en ouders kunnen melden wat er die dag of week is gebeurd.

Als jij dit leest, reageer dan in dit schrift terug wat je eraan hebt gedaan. Hierdoor blijft het vertrouwen bestaan en biedt het schrift een overzicht van wat er in de klas en school gebeurt en de genomen maatregelen. Zorg dat er geen strijd ontstaat tussen jouw leerling en zijn/haar ouders, want dan maak je jezelf schuldig aan spanningen bij je leerling thuis. Begeleid vooral de pester in zijn/haar foute gedrag. Ga na waarom dit kind pest en als je de reden weet, handel daarin positief. Laat het verschil tussen positief en negatief (pest) gedrag zien. Ook een pester heeft complimenten nodig. Leg sancties op en als de pester toch doorgaat met zijn/haar gedrag en voer deze sancties dan ook uit! Praat met de ouders van deze leerling en leg het waarom van de sancties uit. Wees ook naar die ouders consequent.

Tenslotte wil ik echt benadrukken: verwijder nooit het slachtoffer van de dader(s)/pester(s) van school! Daarmee beloon je de dader/pester en zijn uitvoerders en meelopers voor zijn of haar ongewenste gedrag en kan hij/zij eventueel nieuwe slachtoffers maken. Ik hoop echt dat jij ongewenst gedrag waaronder pesten weet te voorkomen of tijdig weet te ontdekken, zodat jij straks daarin de juiste maatregelen kunt nemen.

Hiermee wens ik je veel succes.

Els

Ultima Verba #3

Terzijdes over sociale veiligheid in het onderwijs #3: na songteksten, liedjes en gedichten over pesten in de vorige afleveringen van Ultima Verba, nu in deze rubriek aandacht voor enkele romans met het thema.

In *Tegenlicht* (uitgever Anthos/Amsterdam, 2012) vertelt Ester Verhoef het verhaal van Vera. Zij kent een lastige thuissituatie en werd ook nog eens gepest op school. De littekens die zij daarmee opliep, blijven haar tot ver in haar volwassen leven achtervolgen. „Dit spannende en meeslepende verhaal werd in 2012 genomineerd voor de NS Publieksprijs en hoort dus ook zeker thuis in de lijst van beste boeken over pesten,” aldus de website besteboekentips.nl/ pesten.

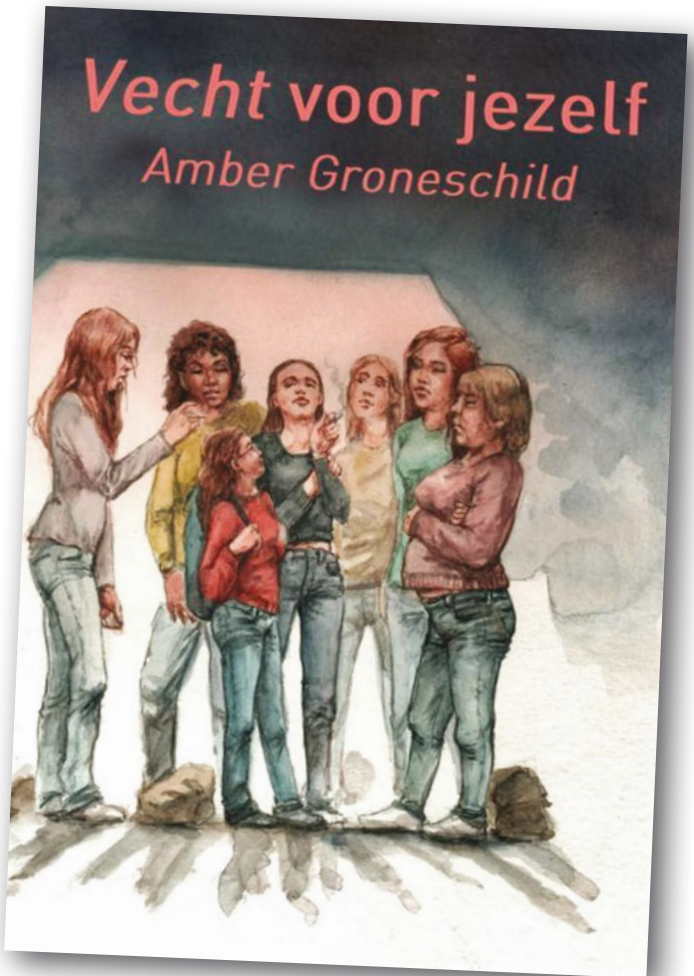


'Je wist nooit precies wanneer de sfeer omsloeg, wanneer de ogen van je klasgenoten kwaadaardig zouden beginnen te flikkeren (...). Na school was er geen toezicht. Na school was je op jezelf aangewezen. Na school was het oorlog. Het waren steeds dezelfde gezichten die tijdens de les rondloerden (...). Hun ogen lichtten op bij de zwakkelingen, de bangerikken, de buitenbeentjes, de studieballen (...). Mijn jas hangt er niet meer. Jolanda kijkt naar me vanuit de eerste uitgang. Haar ogen twinkelen, ze lacht zo breed dat je haar korte tandjes kan zien (...).'

Bron: *Tegenlicht*, uitgeverij Anthos/Amsterdam 2012.

Op besteboekentips.nl/pesten wordt de roman **Vecht voor jezelf** van Amber Groneschild (uitgever Brave New Books, maart 2016) gepromoot als één van de toppers in het lijstje met boeken over pesten die er op dit moment zijn. De site geeft een uitgebreide argumentatie bij haar mening over het boek.

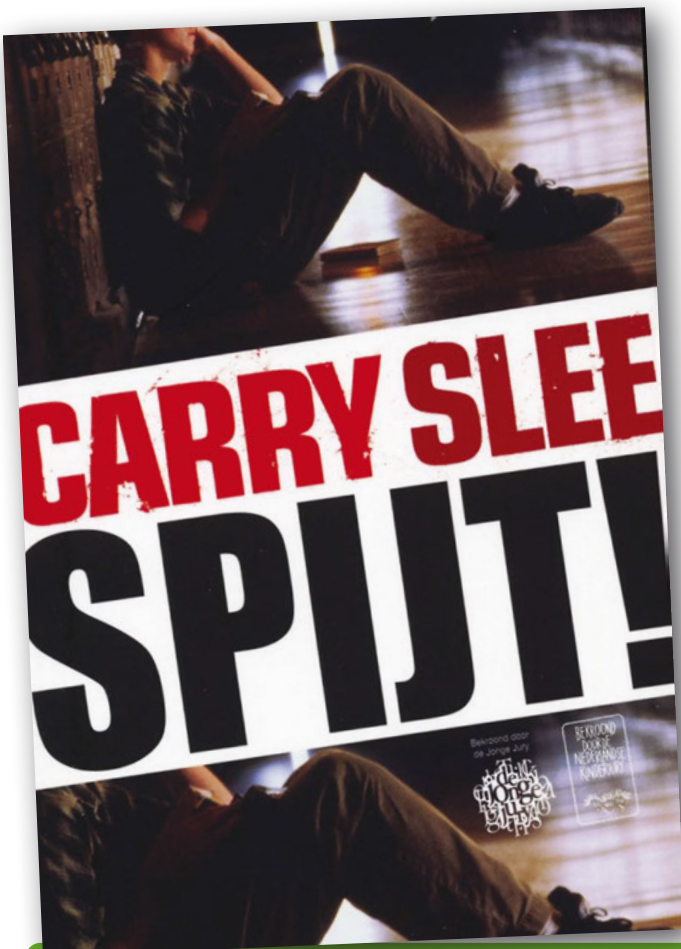
'Amber Groneschild's schrijfstijl is meeslepend, emotioneel en toch toegankelijk. Ze weet de complexiteit van het onderwerp te vatten in heldere taal, zonder af te doen aan de diepgang van de boodschap. Haar vermogen om emoties op te roepen en lezers te laten meevoelen met de personages is bewonderenswaardig. Ze creëert een band tussen de lezer en de personages, waardoor de impact van pesten des te krachtiger naar voren komt. Al met al is dit boek een must-read voor iedereen die geïnteresseerd is in het begrijpen van de schadelijke gevolgen van pesten en het vinden van manieren om het aan te pakken'.



Spijt (oorspronkelijke uitgave in 1996, verschenen bij Van Holkema & Warendorf) van Carry Slee is welhaast een klassieker te noemen in de reeks romans die pesten als voornaamste thematiek hebben.

'Jochem voelt zich niet erg gelukkig in de tweede klas. Hij is het mikpunt van getreiter. David doet er niet aan mee, maar hij durft er niets van te zeggen. De klassenleraar die gymnastiek geeft, grijpt ook niet in. (...) Jochem lijkt zich niets aan te trekken van de pesterijen, die elke dag erger worden (...) Op een ochtend krijgen ze van de rector te horen dat Jochem na de klassenavond niet is thuisgekomen. David voelt zich schuldig. Waarom heeft hij zijn mond ook nooit open gedaan (...) Samen met een vriendin gaat hij Jochem zoeken om te zeggen dat het hem spijt (...)'

Bron: achterflap op uitgave van Uitgeverij Dyslexion.



Nog meer poëzie, liedjes en songs en romans met thema pesten?
Ik verneem graag titels en schrijvers/zangers/bands via chrisreinders@hetnet.nl