

# PRETTIG SAMENLEVEN

6-7

8-10

11-13

14-16

foto: Dorien van Wessel

*Op een prettige manier samenleven staat of valt bij de gratie van afspraken. Of dit nou geschreven of ongeschreven wetten zijn; tussen de deelnemers onderling moet duidelijk zijn wat gewenst gedrag is en wanneer je uit de toon valt of over de schreef gaat. Geregeld komt dit thema in de samenleving ter sprake. Niet alleen in Kiosk maar ook op scholen, in de politiek en bijvoorbeeld thuis. Iedereen kent de gesprekken of aanvaringen tussen ouders en kinderen waarin weer eventjes duidelijkheid wordt geschapen over de spelregels, de normen en waarden waaraan wij ons moeten en willen houden. En ook op de club zal dat af en toe voorkomen. Ja, samenleven is een kunst! Deze keer in Clubwerk wat achtergrondinformatie over pesten en spelregels. Deze rubriek sluit aan bij het programma op pagina 3 van deze Kiosk.*

## **Pesten, hoe ga je ermee om?**

Pesten komt helaas overal voor. Dat dienen we onder ogen te zien en serieus aan te pakken. Daar zijn wel enkele voorwaarden aan verbonden:

- Pesten moet als probleem worden gezien door alle direct betrokken partijen: door de gepeste kinderen, pesters en de zwijgende meerderheid, door de groepsleiders en de ouders. Doel is om pestproblemen te voorkomen. Daartoe moet het onderwerp pesten met de kinderen bespreekbaar worden gemaakt, waarna met hen regels worden vastgesteld. Los van het feit of pesten aan de orde is of niet!

- Als pesten optreedt, moeten clubleiders (in samenwerking met de ouders) dat kunnen signaleren en duidelijk stelling nemen.
- En wanneer pesten ondanks allé inspanningen toch weer de kop opsteekt, moet het jeugdwerk beschikken over een directe aanpak.

## **Het probleem dat pesten heet**

De piek van pestgedrag ligt tussen 10 en 14 jaar, maar ook op jongere en oudere leeftijden wordt gepest. (Op internet vond ik bijvoorbeeld ook een pestprotocol voor volwassenen in hun werkkring!). Ook als er geen acuut pestprobleem is, is het goed om het onderwerp

regelmatig aan de orde te laten komen, zodat het ook preventief kan werken.

Denk bijvoorbeeld aan gespreksonderwerpen als sporten, veiligheid, omgaan met elkaar, rolverdeling en soorten rollen in een groep, aanpak van ruzies, oorlog en vrede. Dit zijn allemaal onderwerpen waar respect voor elkaar automatisch onderdeel van uit maakt.

Misschien onnodig om te zeggen, maar het voorbeeld van de clubleiding (en thuis de ouders) is van groot belang. Er zal minder gepest worden in een klimaat waar duidelijkheid heerst over de omgang met elkaar, waar verschillen worden geaccepteerd, en waar ruzies niet met geweld worden opgelost maar met (uit)praten. Een effectieve methode om pesten te stoppen of binnen de perken te houden, is het afspreken van regels voor de kinderen op de club. En de clubleiding heeft misschien ook iets aan het volgende rijtje aandachtspunten:

- Wees duidelijk en vriendelijk.
- Bereid je goed voor op je programma.
- Wees positief en optimistisch.
- Pak ongewenst gedrag snel en vastberaden aan.
- Wees voorspelbaar in je aanpak.

## **Stappenplan bij ruzie of pesten**

*Stap 1.* Er eerst zelf (en samen) uit proberen te komen.  
*Stap 2.* Op het moment dat een van de kinderen er niet uitkomt (in feite het onderspit delft en verliezer of zondebok wordt) heeft deze het recht en

de plicht het probleem aan de clubleiding voor te leggen. *Stap 3.* De clubleiding brengt de partijen bij elkaar voor een verhelderingsgesprek en probeert samen met hen de ruzie of pesterijen op te lossen en (nieuwe) afspraken te maken.

Heb je als clubleider het idee dat er sprake is van onderhuids pesten, stel het dan als algemeen onderwerp aan de orde –zonder namen te noemen– om langs die weg bij het probleem in de groep te komen.

Zie je (of krijg je te horen) dat iemand gepest wordt en wordt het niet opgelost door bovenstaand stappenplan, neem dan duidelijk stelling in. De clubleiding biedt altijd hulp aan de gepeste en begeleidt de pester, indien nodig in overleg met de ouders.

#### **Begeleiding van het gepeste kind**

- Toon medeleven en luister en vraag: hoe en door wie wordt er gepest.
- Ga na welke oplossing het kind zelf wil.

- Ga na hoe het kind zelf reageert, wat doet hij/zij voor tijdens en na het pesten? Huilen of heel boos worden is juist vaak een reactie die een pester wil uitlokken. Laat het kind inzien dat je op een andere manier kunt reageren. Zoek samen naar (en oefen) een andere reactie.
- Probeer samen te ontdekken waarom die ander pest.
- Benadruk de sterke kanten van het gepeste kind.

#### **Begeleiding van de pester**

- Praten; zoek naar de reden van het ruzie maken/pesten (baas willen zijn, jaloezie, verveling, buitengesloten voelen?)
- Laten inzien wat het effect van zijn/haar gedrag is voor de gepeste.
- Excuses aan laten bieden.
- Laten zien welke sterke (leuke) kanten de gepeste heeft.
- Op zoek gaan naar leuke kanten van de pester zelf.

*Marijke Katsburg*

#### **Aanbod Youth for Christ : meespeeltheater 'Survivors'**

Switch, onderdeel van Youth for Christ Nederland, is dit schooljaar gestart met het nieuwe theaterproject 'Survivors', waarin middelbare scholieren sociale vaardigheden aanleren rond het thema pesten. Jongeren krijgen niet alleen informatie over pesten, maar leren ook hoe je pest-situaties tegen kunt gaan. "Op een gegeven moment merkten we dat leerlingen de theorie wel doorhadden, maar niet wisten hoe ze concreet met pestvoorvallen om konden gaan. Daarom hebben we dit programma ontwikkeld", vertelt Egbert Oppenhuizen, teamleider Switch Onderwijsprojecten.

#### **Naspelen pestsituaties**

Eén van de onderdelen van het project is de spelles. Hierin laat één van de Switch-acteurs de leerlingen voelen hoe het is om gepest te worden. Er wordt bijvoorbeeld nagespeeld hoe het voelt om genegeerd te worden. Daarna gaan de leerlingen concreet oefenen met nee-zeggen en leren ze sterk te staan in confrontaties met pesters. Ook oefenen de leerlingen door middel van rollenspellen hoe je hulp kunt bieden in pestsituaties.

#### **Nazorg via e-mail**

Lessen als deze roepen vaak veel emoties op bij leerlingen. Niet altijd durven ze zich in de nabespreking te laten horen. Daarom is nazorg voor het Switch-team heel belangrijk. Na elke voorstelling krijgen de leerlingen kaarten mee met 'www.switchweb.nl' erop en een uitnodiging om via internet te reageren op de voorstelling. Leerlingen bestoken de acteurs per e-mail met vragen en reacties over het behandelde onderwerp. Het afgelopen jaar waren er 2000 eerste mailcontacten via de website. Met veel van deze leerlingen wordt intensief mailcontact onderhouden.

Voor meer info: [www.yfc.nl](http://www.yfc.nl)

## **MATERIAAL**

### **Effe Dimme!! Tieners en geweld**

Moet je niet missen! Effe dimme!! is afgeprijsd. Effe dimme!! is prachtig materiaal voor onderwijs en jeugdwerk. Grijp nu je kans en bestel er een paar. Geef de cd-rom aan de school van je tienerkinderen, of als cadeautje voor een jeugdwerker of sporttrainer. Effe dimme!! is een interactieve cd-rom over dagelijkse situaties waarin (non)verbaal geweld een rol speelt. Bij elk thema bv. ruzie, pesten, sport en geweld, seksuele intimidatie kan achtergrondinformatie opgeroepen worden. Er zijn weblinks, gedichten en krantenartikelen te vinden die als Word-bestand kunnen worden geprint om uit te delen aan de groep. Te spelen met een groep van 4 tot maximaal 8 jongeren.

De cd-rom is gemaakt door K2 (voorheen Brabants Steunpunt Jongeren) en het jeugdwerk van de Protestantse Kerk in Nederland (voorheen Samen op Weg Jeugdwerk), in samenwerking met 40 jongeren. De jongeren hebben de thema's aangedragen en de rollen gespeeld in aansprekende, zeer herkenbare filmpjes op deze cd-rom. Een must voor elke jonge tienergroep. Prijs: € 5,00. Bestellen via [brochureverkoop@pkn.nl](mailto:brochureverkoop@pkn.nl) of (030) 880 17 24.

### **Anti-Geweldscode**

Via [jeugdwerk@pkn.nl](mailto:jeugdwerk@pkn.nl) of telefoon (030) 880 15 03 is gratis het mini-boekje Anti-Geweldscode te bestellen met veel meer werkvormen rond dit onderwerp, voor alle leeftijdsgroepen.