



Samen maken we er een fijne school van!

Op Cbs de Triangel maken we gebruik van het KiVa anti-pestprogramma. Hieronder kunt u lezen wat dit programma inhoudt.

KiVa is een schoolbreed, preventief antipestprogramma. KiVa is ontwikkeld aan de [Universiteit van Turku](#), Finland. Het programma is gebaseerd op [jaren van onderzoek](#) en werd voor het eerst getest in Finland in het schooljaar 2007-2008. KiVa won in 2009 de [European Crime Prevention Award](#). In Nederland is KiVa onderzocht van 2012-2014 en ook in Nederland is KiVa effectief bevonden. Pesten nam op KiVa-scholen met meer dan de helft af!

KiVa is een Fins woord en betekent leuk of fijn.

Het is ook een afkorting voor de Finse zin: Leuke school zonder pesten.

KiVa is vanaf 2012 in Nederland onderzocht in de bovenbouw van het regulier basisonderwijs. Inmiddels is KiVa een schoolbreed programma. Dat betekent dat KiVa materiaal heeft voor de groepen 1 t/m 8.

KiVa ieder kind een veilige schooltijd

Bij KiVa vinden we dat ieder kind recht heeft op een fijne schooltijd. KiVa wil hier samen met scholen aan werken. Daarvoor biedt KiVa een schoolbreed programma, gericht op positieve groepsvorming en het verbeteren van de sociale veiligheid. Binnen KiVa ligt de nadruk op de groep als geheel, en dus niet op individuen zoals pesters, slachtoffers, populaire kinderen of kinderen die weinig vriendjes en vriendinnetjes hebben. Vandaar ons motto: samen maken we er een fijne school van!

KiVa is het eerste en enige programma in Nederland op het gebied van sociale veiligheid en pesten waarvan wetenschappelijk is bewezen dat het werkt! Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat KiVa:

- het school- en leerklimaat sterk verbetert;
- de leeropbrengsten verhoogt en leerprestaties verbetert;
- het welbevinden van de leerlingen verhoogt;
- effectief is in het tegengaan van pesten (preventief) en het oplossen daarvan (curatief);
- depressieve gevoelens bij leerlingen voorkomt en vermindert;
- leerkrachten vaardigheden aanleert om groepsproblemen te voorkomen en te verhelpen.

Pesten

Pesten is op veel Nederlandse (basis)scholen een probleem. Het is belangrijk om het verschil te maken tussen pesten en plagen. Dit verschil is soms moeilijk aan te geven. Toch zijn er bepaalde factoren die pesten van plagen onderscheiden. Belangrijke verschillen zijn:

- 1) pesten gebeurt met opzet, plagen niet
- 2) pesten gebeurt telkens opnieuw tegen dezelfde persoon, plagen gebeurt af en toe en tussen verschillende personen
- 3) bij pesten is er sprake van machtsongelijkheid, bij plagen zijn kinderen ongeveer even sterk.

Gemiddeld worden drie leerlingen per klas gepest. Over pesten en de gevolgen daarvan maken veel kinderen, ouders en leerkrachten zich terecht zorgen. Niet alleen de gepeste leerling ondervindt hier zijn hele leven gevolgen van. Ook pesters blijken meer problemen te ervaren in hun latere leven bijvoorbeeld op het gebied van schoolloopbaan, werk, relaties, criminaliteit en geestelijke gezondheid.

De hele groep

Pesten gebeurt met opzet en meer dan één keer. Pesten gebeurt vaak niet alleen tussen pesters en slachtoffers; meestal zijn er meer kinderen bij betrokken. Zo worden pesters aangemoedigd en geholpen door meelopers waardoor ze zich in hun gedrag gesterkt voelen. Ook houden veel kinderen zich afzijdig. Ze zien soms wel dat er gepest wordt, maar grijpen niet in. Gelukkig zijn er ook kinderen die wél de moed hebben om in te grijpen en de gepeste kinderen helpen. Met KiVa worden kinderen zich bewust gemaakt van hun rol bij het pesten en de mogelijkheden die zij hebben om in te grijpen.

Pesten signaleren, hoe doe ik dat?

Om **pesten** op te lossen is het belangrijk dat pesten goed wordt gesignaleerd. Alleen als we weten dat er gepest wordt, kunnen we er iets aan doen. Maar hoe doe je dat? Wanneer weet je dat er gepest wordt?

Het is **niet altijd gemakkelijk om pesten te signaleren**. Daar zijn meerdere redenen voor:

Pesten is een **complex groepsproces**, waarin leerlingen meerdere rollen hebben. Pesters worden ondersteund door meelopers, versterkers en assistenten. Slachtoffers worden soms verdedigd door klasgenoten maar er zijn ook buitenstaanders die wel weten dat er gepest wordt, maar niet ingrijpen. Iedereen heeft een rol in het groepsproces. De rollen van kinderen kunnen ook wisselen.

- Er zijn vaak **strategische pesters**; pesters die pesten om hun status te verhogen en op die momenten pesten dat degene die het niet mogen zien (leerkrachten, volwassenen) het niet zien, terwijl degenen die het wel moeten zien (klasgenoten) het wel zien.
- Er zijn **vele vormen van pesten**. Sommige vormen zijn gemakkelijk te signaleren, zoals fysiek (schoppen, slaan), materieel (spullen afpakken) en verbaal (uitschelden, beledigen) pesten. Andere vormen zijn veel lastiger te signaleren. Voorbeelden zijn relationeel (roddelen, buitensluiten) en digitaal (online op internet of via de mobiele telefoon) pesten. Bij zulke verborgen vormen van pesten is het lastig om erachter te komen wie de pester is.

Er zijn veel **signalen die erop kunnen duiden dat een kind wordt gepest**. Deze signalen kunnen duiden op pesten, maar dat hoeft niet. Belangrijk is dat het gaat om **verandering van het gedrag van een kind**. Praat erover met een kind om te weten wat er op school veranderd is. Het is belangrijk om daarbij ook de ouders van het kind te betrekken, zij maken hun kind ook thuis mee en kunnen vertellen of hun kind zich anders gedraagt.

Om het pesten in de klas goed in beeld te brengen is een monitoringsinstrument een onderdeel van KiVa. Kinderen vullen daarbij zelf vragenlijsten in met vragen over pesten, maar ook over hun welbevinden, de mate waarin ze school leuk vinden, hoe zij zelf vinden dat het gaat op school etc. Deze monitor kan de leerkracht aanzienlijk helpen om beter op de klas in te spelen en het pesten beter aan te pakken.

De basis: 10 thema's om pesten te voorkomen

KiVa traint leerkrachten in het geven van de KiVa-lessen aan de eigen klas. De leerkracht is immers dagelijks met de klas bezig en daarom de aangewezen persoon om ook het pesten in de klas te voorkomen en op te lossen. Op KiVa-scholen geven leerkrachten KiVa-lessen over thema's zoals groepsdruk, communicatie, respect en (het herkennen, oplossen en voorkomen van) pesten. In de lessen wordt gewerkt aan de kennis, vaardigheden en houding van leerlingen ten aanzien van pesten. In totaal zijn er 10 thema's waarover per thema meerdere lessen gegeven kunnen worden.

De lessen zijn gericht op het preventief werken aan groepsvorming en het bieden van een veilige leeromgeving. Leerlingen en leerkrachten wordt inzicht gegeven in de rol van de groep bij het in stand houden van pesten en andere groepsproblemen. De lessen zijn goed opgebouwd en hebben aantrekkelijke werkvormen, zoals oefeningen, discussies, groepswork en rollenspellen. Elk thema wordt afgesloten met een KiVa-regel. Samen vormen de tien KiVa-regels het KiVa-contract. In de onderbouw wordt gewerkt met zes regels.

Tijdens de trainingsdagen gaan we op de eerste dag uitgebreid in op het geven van de KiVa-lessen in de klas. De leerkrachten van de onder- en bovenbouw gaan daarbij aan de slag met hun eigen materiaal. De kennis en vaardigheden uit de KiVa-lessen worden door de leerlingen geoefend en toegepast in een interactief computerspel: het KiVa-spel. Leerlingen kunnen dit spel zelfstandig (thuis of op school) spelen.

Blijvende nadruk op training, ontmoeting en monitoring

De KiVa-lessen zijn een middel om pesten tegen te gaan en niet een doel op zichzelf. Pesten is een complex probleem met oorzaken op zowel leerling-, klas- als schoolniveau. Vandaar dat KiVa een schoolbrede aanpak is met talrijke componenten waarmee leerkrachten complexe pestproblemen beter kunnen aanpakken.

Leerkrachten en ander schoolpersoneel krijgen gerichte training, coaching en nascholing door ervaren schoolbegeleiders zodat ze kunnen fungeren als een daadkrachtig rolmodel voor leerlingen. Dit betekent dat er altijd wordt gestart met een tweedaagse training. Tijdens de eerste trainingsdag wordt vooral aandacht besteed aan het geven van de lessen binnen de eerder genoemde 10 thema's. Onder- en bovenbouw leerkrachten gaan tijdens de eerste dag met hun eigen materialen aan de slag. Tijdens de tweede trainingsdag ligt de nadruk op de steungroepaanpak en de borging van KiVa binnen de school. Tevens worden er ervaringsbijeenkomsten georganiseerd waarin KiVa-teams van verschillende scholen ervaringen uitwisselen en bijdragen aan het verbeteren van het KiVa-programma.

Bij de start van het schooljaar worden KiVa-posters in de school opgehangen en gaan pauzesurveillanten opvallende KiVa-hesjes dragen. Deze verbeteren de zichtbaarheid en doen iedereen herinneren aan de KiVa-normen.

Door twee keer per schooljaar de monitor af te nemen bij leerlingen wordt onderzocht of pestgedrag op school verandert en hoe het ervoor staat met het sociale klimaat. Er wordt ook inzicht verkregen in het welbevinden van de leerlingen. Scholen krijgen terugkoppeling over deze gegevens zodat zij nog beter weten hoe de situatie in de klas is. Zo kunnen leerkrachten nog gericht bezig gaan met het aanpakken van pesten.

En als er toch wordt gepest

Naast de preventieve aanpak voor alle leerlingen zijn er concrete maatregelen om pestincidenten op te lossen als het zich toch voordoet: de steungroepaanpak. Dit gebeurt door het *KiVa-team* van de school of door de eigen leerkracht. Het KiVa-team bestaat uit minstens drie volwassenen die zijn getraind om pesten aan te pakken. Dit zijn vaak leerkrachten en interne begeleiders. Het is aan de school zelf om een KiVa-team samen te stellen. Wij adviseren om in ieder geval een IB-er in het KiVa-team op te nemen en de directeur juist niet in het KiVa-team op te nemen.

Als er een geval van pesten is en het gaat niet om een ruzie of om plagen, dan wordt geprobeerd om het pesten in de groep bespreekbaar te maken en in de groep een oplossing te zoeken. Als dit niet mogelijk is, bijvoorbeeld omdat de sfeer in de groep niet veilig genoeg is, dan wordt een steungroep samengesteld. De steungroep is er voor de leerling die gepest wordt of niet goed in de groep ligt.

Aan die steungroep nemen zowel pesters als vrienden en neutrale klasgenoten (buitenstaanders) van het slachtoffer deel. De pester moet in de steungroep worden opgenomen. Aan de steungroep wordt uitgelegd dat een bepaalde leerling op school zich niet fijn voelt. De steungroep wordt gevraagd om de komende week iets concreets voor de betreffende leerling te doen, bijvoorbeeld helpen bij het maken van rekensommen of samen fietsen van en naar school. Na ongeveer één week wordt er met de gepeste leerling geëvalueerd of de situatie is verbeterd. De uitkomst van dit gesprek vormt de input voor de evaluatie met de steungroep. In de steungroep ligt de nadruk op vooruit kijken en niet op terug kijken. Van alle leerlingen wordt een concrete positieve bijdrage gevraagd.