

Basta!

Tot hier en niet verder

Pesten, als je iets in je groep wilt voorkomen dan is het dát wel. Pedagogisch medewerkers Nicole Augustin en Judith Wintjens bedachten hoe je op de buitenschoolse opvang effectief een einde kunt maken aan pestgedrag en wonnen er een prijs mee. 'Kinderen horen onbezorgd in het leven te staan. Dat we ze daarmee kunnen helpen, is voor mij een opluchting.'

Met pesten viel het op hun eigen bso New Kidz in Landgraaf wel mee. Toch maakten pedagogisch medewerkers Judith Wintjens en haar collega Nicole Augustin zich zorgen over signalen die ze wel eens opvingen, bijvoorbeeld als de kinderen sportteams moesten samenstellen en er tegen zwaardere kinderen kwetsende opmerkingen werden gemaakt als: 'Jou kies ik straks, want je zit hier nog wel even.'

'Pesten vind ik een van de grootste allergieën op ons werk', vertelt Judith. 'Kinderen overzien vaak niet wat ze met een opmerking aanrichten. Wat soms als een grapje begint, kan ervoor zorgen dat een kind zich op den duur niet meer veilig voelt in de groep.' En dat kan zo uit de hand lopen dat het consequenties heeft voor iemands verdere leven. 'Ik heb het vaak genoeg gezien, ook vroeger toen ik nog op school zat. Kinderen die veel worden gepest, kunnen worden belemmerd in hun ontwikkeling. Ze zijn bang om zich te uiten en om op te vallen, ze cijferen zichzelf weg. Terwijl kinderen juist onbezorgd in het leven horen te staan. Dat we ze daar voortaan bij kunnen helpen, is voor mij een opluchting.'

Dagelijks kringgesprek

Met Nicole dacht Judith na over een manier om pestgedrag te voorkomen. 'In de groepsruimte

hingen al wel posters waarop stond hoe ze zich weerbaar konden opstellen als ze werden gepest, maar die posters hadden blijkbaar geen effect als we er niets mee deden.' Ze ontwikkelden 'Basta en de vijf vergeet-me-nietjes', een aanpak tegen pesten die begon met een dagelijks kringgesprek. 'Een week lang praatten we elke middag met de groep over pesten en wat het met je doet als je wordt gepest. We deden dat in een gezellige sfeer, gingen er uitgebreid voor zitten en dronken er wat bij. Na een week ontdekten we dat elk kind wel eens was gepest of zich alleen had gevoeld. Die gesprekken waren voor ons ook een openbaring. Pesten zat soms in heel kleine dingen. Wat de een bedreigend vond, was voor de ander soms maar een opmerking.'

Emoties

Het waren intieme gesprekken waarbij de emoties soms hoog opliepen. 'Wat er gebeurde was zo mooi. Sommige kinderen boden vanzelf hun excuses aan voor hun pestgedrag. En toen we "Basta en de vijf vergeet-me-nietjes" presenteerden, klonk er applaus. Dat was voor mij het teken dat ze dit echt nodig hebben.'

Basta is een stopwoord dat de kinderen kunnen gebruiken als ze worden gepest en de pester niet



wil ophouden. 'Basta, ieder kind weet nu wat het betekent, het staat voor: stop. Tot hier en niet verder', vertelt Judith. 'Gebruikt een kind het, dan geeft hij aan dat de ander over zijn grens gaat en dat hij wil dat hij ermee ophoudt.' Een prettig hulpmiddel, denkt ze. 'Het is vervelend voor een kind als hij hulp moet vragen omdat hij wordt gepest. Dit geeft hem de mogelijkheid om het pesten zelf te stoppen.' Het heeft bovendien nog een ander effect: ook anderen horen het als iemand 'Basta!' roept. 'De andere kinderen en wij kunnen de gepeste op die manier helpen.'

De oude posters zijn inmiddels vervangen. "Kom voor jezelf op en zeg 'Basta!'" luidt de tekst. En: "Hoor je iemand 'Basta!' roepen, kijk of je kunt helpen." Judith: 'Alle kinderen hebben die afspraken ondertekend. Iedereen weet waar hij aan toe is en loopt het toch uit de hand, dan kunnen we kinderen erop wijzen dat we een afspraak hebben. En afspraak is afspraak.'

Vijf plastic bloemen

Het tv-programma *Spangas* was voor Judith en Nicole een inspiratiebron bij het bedenken van de Basta-methode. In de jeugdserie, die zich afspeelt op een middelbare school, is 'basta' ook het stopwoord tegen pesten. Helpt Basta niet, dan kunnen ►

'Ik hoop dat Basta overal gebruikt gaat worden'

Inge Schmit (10) is een van de kinderen van bso New Kidz waar 'Basta en de vijf vergeet-me-nietjes' wordt gebruikt om pestgedrag te voorkomen en tegen te gaan. 'Ik vind het heel belangrijk dat het er is. Voordat Basta er was werd er wel eens gepest en gingen kinderen ermee door. Toen Judith had uitgelegd hoe Basta werkt, hield het meteen op. Ik vond het een opluchting om met zijn allen over pesten te praten, er viel een last van mijn schouders. Ik vind pesten echt erg. Ik heb wel eens gehoord dat zelfs sommige volwassenen elkaar kunnen pesten. Dat vind ik een schok. Zelf ben ik nooit echt gepest, wel eens getreiterd. Ik voelde me daar niet goed bij. Dat andere bso's ook Basta gaan gebruiken vind ik goed. Misschien kunnen kinderen er ook op school over vertellen, zodat het in het hele land gebruikt gaat worden.'

‘Met een stopwoord geeft een kind zijn grens aan: tot hier en niet verder’

leerlingen een van de Basta-vlinders pakken, waarmee ze aangeven dat ze een groepsgesprek willen.

Bij New Kidz gebruiken ze daar vijf kunstbloemen voor: de vergeet-me-nietjes. ‘Ik wil dat kinderen het gevoel hebben dat we er voor ze zijn.’ De bloemen, die kinderen in hun eigen postvak kunnen doen als ze behoefte hebben aan een gesprek, helpen daarbij. ‘Zien we dat er een bloem weg is, dan kijken we in wiens postvak hij ligt. Vervolgens heeft een van ons met dat kind een gesprek, zonder de andere kinderen. Ieder kind heeft behoefte aan een luisterend oor, ook als hij niet wordt gepest.’

Wekelijks worden er vergeet-me-nietjes uit de vaasjes gepakt, en volgens Judith zijn het vaak relatief onschuldige onderwerpen waarover kinderen willen praten. ‘Maar wat voor de één een klein probleem is, is voor de ander juist groot. Het belangrijkste is dat iedereen erover kan praten als hij dat wil.’

Beste idee

Inmiddels werken Judith en Nicole bijna vier maanden met ‘Basta en de vijf vergeet-me-nietjes’. Ze wonnen er op de Ideeëndag van Kinderopvang Humanitas, waar bso New Kidz bij hoort, de prijs voor het beste idee mee. Tijdens dat evenement presenteren medewerkers ideeën die het werken in de kinderopvang ten goede komen. Het is de bedoeling dat ‘Basta en de vijf vergeet-me-nietjes’ op alle locaties van Humanitas wordt ingevoerd.

Wordt er nu nooit meer gepest? ‘Natuurlijk wordt er nog wel eens geplaagd en gedold’, zegt Judith. ‘Maar niemand laat het meer toe dat hij wordt gepest.’ Ook de ouders zijn enthousiast. ‘Vooraf hebben we ze geïnformeerd over wat we van plan waren, zodat ze ervan zouden weten als kinderen met verhalen thuiskwamen. Dat we ermee aan de slag zijn gegaan waarderen ze. Samen met hun kinderen zijn ze opgelucht dat er nu zoiets als Basta is.’ ◀

‘Stopwoord is een geslaagde methode’

Hoe vaak pestgedrag voorkomt in de kinderopvang is onbekend, maar dat kinderen er regelmatig de dupe van zijn staat vast. Dat zegt pestdeskundige Theo Klungers van bureau Posicom. Klungers verzorgt anti-pesttrainingen voor het onderwijs en de kinderopvang en is parttime leerkracht op een basisschool. ‘Kinderen die op school worden gepest, hebben een grote kans om ook op de buitenschoolse opvang het slachtoffer te zijn’, vertelt Theo. Vaak zijn het weinig weerbare kinderen die worden gepest. Of kinderen die op plagerijen fel of heel boos reageren. ‘Maar dat geeft natuurlijk niemand het recht om te pesten.’ De beste formule om pestgedrag te voorkomen is volgens Theo om ervoor te zorgen dat er in de groep sprake is van een goede sfeer. ‘Een sfeer waarin het principe geldt dat iedereen gelijk is. Als jij dat voorleef, bereik je dat kinderen zich gaan inleven in een ander.’

Het werken met een stopwoord zoals basta vindt Theo een geslaagde methode. ‘Met een stopwoord geeft een kind aan waar voor hem de grens ligt. Wel moet je hem leren om het pesten eerst op een andere manier te laten stoppen, namelijk door aan te geven dat hij het niet prettig vindt. En leer een kind wat hij moet doen, als iemand toch niet stopt. Dat hij dan hulp vraagt aan andere kinderen of de begeleider. Wat dat betreft is een stopwoord ook om die reden effectief: kinderen alarmeren er hun omgeving mee.’

Plagen of pesten?

Iemand plagen of pesten, wat is eigenlijk het verschil? Pestdeskundige Theo Klungers: ‘Pesten heeft de bedoeling om iemand te kwetsen. Maar plagen vindt ook de ander leuk. Plagen is als je tegen iemand die naar de kapper is geweest zegt: “Hé, heb je met je vingers in het stopcontact gezeten?” Daar schuilt een vrolijkheid in en de ander kan terugplagen. Waar pesten vaak gebeurt als er een slechte sfeer heerst in een groep, kan plagen juist plaatsvinden als de sfeer goed is.’

Wat te doen tegen cyberpesten?

Digitaal pesten op social media zoals Facebook en Hyves gaat volgens pestdeskundige Theo Klungers vaak samen met pesten in de echte wereld. Kinderen doen er volgens hem verstandig aan niet te reageren op het cyberpesten en om erover te praten met hun ouders en, als het door kinderen van de buitenschoolse opvang gebeurt, met de begeleiders. Judith van BSO New Kidz en haar collega’s hebben cyberpesten bewust bespreekbaar gemaakt in de groep. ‘Als begeleider hebben we een voorlichtende en coördinerende rol. We zullen nooit zomaar iets niet toestaan, maar vooral met de kinderen in gesprek gaan over waarom iets niet mag en wat de gevolgen kunnen zijn. Bij ons is de ‘Facebook-moord’ daarom bespreekbaar gemaakt. Dit is een heftige vorm van pesten, maar het is wel gebeurd via social media.’

Bovendien hebben alle kinderen van New Kidz en hun ouders een internetcontract getekend met daarin de afspraken over internetgebruik op de opvang. ‘Daar kunnen we op terugvallen mocht iemand zich niet aan de regels houden. Ook staat de computer bij ons in een open hoek met het beeldscherm de groepsruimte in. Met één blik kunnen we over de schouder van de kinderen meekijken. Je wilt ze het vertrouwen en privacy geven, maar ze wel kunnen controleren.’