

Pesten

Wat moeten we doen om het pesten op scholen de kop in te drukken? Het is bij kinderen niet veel anders dan bij dieren: de zwakste kip in de kippenren wordt aangevallen en gepikt tot die bezwijkt. Het plan om de kinderen die pesten empathie bij te brengen is nobel, maar zal onvoldoende helpen.

Helaas is het gepeste kind tevens zelf de aanleiding, en daar moet dan ook in de eerste plaats de oplossing gezocht worden. Wie zich zwak en kwetsbaar opstelt, wordt te grazen genomen. Dat is niet alleen het geval bij kinderen, onder volwassenen geldt hetzelfde. Zwakheid roept onwillekeurig sadisme op. De masochist vindt altijd een sadist op zijn pad.

Het menselijk sadisme is onuitroeibaar. Kwelen, martelen, oorlog voeren en moorden is voor volwassenen een opwindende bezigheid. En zo is pesten dat voor kinderen. Het is goed om ze op hun geweten en hun verantwoordelijkheid aan te spreken, maar dat is niet genoeg. Lees er *Lord of the flies* op na, een roman van William Golding, over een groepje jongens dat op een onbewoond eiland moet zien te overleven. Het onbeholpen jongetje met de bril wordt het slachtoffer van pesterijen tot hij het loodje legt.

Wat is de meest effectieve aanpak om pesten te bestrijden? Het ter verantwoording roepen van de pestkoppen helpt weinig en alleen tijdelijk. Weerbaarheidstraining voor de gepeste kinderen vergt helaas meer tijd en vaardigheid, maar is ook effectiever. Zorg dat de zorgenkindjes zich meer bewust worden van hun houding. Zorg dat ze zich realiseren wat hun onzekerheid in de ander teweegbrengt. Leer ze om de slachtofferrol te vermijden en zich weerbaarder op te stellen.

Iki Freud, psycholoog-psychotherapeut, Amsterdam