



denkwijzer

door René Dijkstra

De schoolklas als broeinest

Hoewel ik het indertijd niet besepte, was op de middelbare school waarop ik zat voortdurend sprake van machtsspelletjes. Tussen de leerlingen onderling wel te verstaan. Maar zoals een vis niet beseft dat hij in water zwemt, zo beseft een jongere van een jaar of 15 niet dat een klas één groot sociaal netwerk van status- en machtsrelaties is. Maar zonder te beseffen waardoor, ondergaat hij of zij wel de gevolgen in emotioneel of sociaal opzicht.

Zo herinner ik me een medeleerling die opviel omdat hij regelmatig spijbelde. Hij was ook de leerling die het vaakst geplaagd of gepest werd. Lange tijd legde ik niet het verband tussen die twee feiten. Het was min of meer bij toeval dat ik erachter kwam. Op een dag waarop hij niet op school was geweest, kwam ik zijn moeder op straat tegen. Ik vroeg haar of hij ziek was. Haar antwoord was 'Ja, ziek van jullie gepest!'

Ik voelde me op slag schuldig en ik denk, zeker weet ik het overigens niet, dat ik niet meer heb meegedaan aan het pesten. Ik herinner me wel dat ik hem als buitenbeentje ben blijven zien. Hij zag er niet aantrekkelijk uit en zonderde zich vaak af. De leerkrachten richtten zich veel minder vaak tot hem dan tot de meeste andere leerlingen. Het leek daardoor typisch zo'n jongen die in aanmerking komt om gepest te worden, die het welhaast over zichzelf afroept.

Inmiddels weet ik maar al te goed dat dit niet alleen een wreed, maar ook een foutief oordeel is. Op de eerste plaats kan het heel goed zijn dat hij zich, juist doordat hij gepest werd, is gaan afzonderen en anders gedragen, inclusief het spijbelen. Uit onderzoek blijkt dat van de jongeren die regelmatig spijbelen, velen dat doen omdat ze gepest zijn of verwachten weer te worden gepest. Op de tweede plaats behoeft het beeld dat veel mensen, ook wetenschappers, hebben van de typische gepeste en de typische pester, bijstel-

ling. Uit recent onderzoek blijkt namelijk dat maar een minderheid van de jongeren die op school gepest worden voldoet aan het 'zielige' beeld van de zich afzonderende, niet zo leuk uitzien-de, passieve, zich niet verdedigende leerling, bungelend onderaan de statushiërarchie in de klas. De meerderheid van de gepesten wordt gevormd door 'gewone' leerlingen die tot de midden-groep qua status in de klas behoren.

Ook de meeste pesters beantwoorden niet aan het klassieke beeld. Dat van de agressieve, onaangepaste, asociale 'bullies' die niemand in de klas echt mag, maar die wel gevreesd en daarom gehoorzaamd worden. De meeste pesters behoren tot de middengroep wat betreft hun status of invloed in de klas. Net als in de samenleving in het algemeen vindt in de middengroep de heftigste rivaliteit en strijd plaats om op te klimmen op de statusladder. Het is daar dat jongens en meisjes de meest gemene roddels, via internet of anderzins, over elkaar kunnen verspreiden. Met als doel om door het neerdrücken van de ander zichzelf verder omhoog te duwen. In de middengroep vindt de meeste agressie plaats, worden de meeste klappen uitgedeeld, de meeste voeten uitgestoken om een val te regelen.

Voor degenen die op willen klimmen, zijn medeleerlingen onderaan de statusladder niet echt interessant als mogelijk slachtoffer. Hun eigen rivalen des te meer. Uit onderzoek blijkt dat hoe hoger een leerling in de hiërarchie stijgt, des te agressiever hij of zij wordt. Totdat de top van de klas wordt bereikt. Dan hoeft het niet meer.

Conclusie: scholen moeten zichzelf en hun leerlingengroepen leren zien als broeinesten van machtspolitiek. Daarom moeten ze het rechtvaardig omgaan met machts- en statusverschillen tot lesstof verklaren. En, o ja: hun 'klassieke' antipestprotocollen gaan herzien.

Oog voor kind

Jonge kinderen die tijdens en na een echtscheiding slechter slapen, het op school minder doen of thuis overdreven zorgzaam en 'ouderlijk' worden. Dit soort signalen wijst er volgens kindercoach Denise van Oosterhout vaak op dat het met een kind niet goed gaat. Ellen de Bruin merkte ze ook op bij haar eigen kinderen en zorgde voor begeleiding. „Hun gevoelens kregen letterlijk een stem.”

door Patricia van der Zalm

Bij haar oudste dochter, destijds ruim zeven jaar, merkte Ellen de Bruin na haar echtscheiding symptomen die erop wezen dat het toch niet zo goed met haar dochter ging. „Ze deed erg haar best ons uit de wind te houden. Ze klaagde over buikpijn en ze was overdreven zorgzaam voor mij en voor haar zusje. Dat lijkt heel lief, maar in feite nam ze de rol van ouder op zich.”

Dat, zo had De Bruin inmiddels begrepen van de kindercoach die haar gezin begeleidde, was een rol die niet bij haar leeftijd paste. „Ik heb geleerd zulke subtiele signalen te zien. En hoe belangrijk het was om haar gerust te stellen: je hoeft niet voor mij te zorgen, ga maar lekker spelen.”

Toen zij (40) eind november 2009 met haar twee dochters (toen zeven en vier) uit huis vertrok, was het huwelijk wat haar betreft definitief voorbij. Ze had ontdekt dat haar man een ernstige seksverslaving had en zich al jarenlang via datingsites op internet exploiteerde. Zijn vreemdgaan, een paar jaar daarvoor, had ze afgedaan als incident. Hij had zijn spijt betuigd en bovendien was ze zwanger van haar jongste kind. „Maar nu bleek dat het sindsdien nog veel verder was gegaan. De maat was meteen vol.”

Na vertrek uit huis waren haar kinderen 'heel emotioneel en in de war'. „Opeens woonden ze niet meer thuis. Ze zaten vol vragen. Ik heb meteen verteld dat het niet meer goed kwam. Maar hoe leg je uit wat er was gebeurd? Dit verhaal valt niet onder het kopje 'seksuele voorlichting'”, zegt De Bruin met gevoel voor understatement. „Ik heb uitgelegd dat ik zo verdrietig was omdat papa mij iets heeft beloofd wat hij niet is nagekomen. En een link gelegd naar hun eigen belevingswereld: stel dat je een vriendje hebt die nog drie andere vriendinnetjes blijkt te hebben, hoe zou je dat vinden?”

Toch slaagde De Bruin er in één ding voor

ogen te houden: de kinderen waren hun gezamenlijke verantwoordelijkheid. „Zij moesten zo ongeschonden mogelijk door de scheiding komen. Hun belang stond voorop. Ik heb geprobeerd een onderscheid te maken tussen mijn man als vader en als echtgenoot. Als vader was hij erg betrokken en heeft hij het tegenover de kinderen nooit laten afweten. Die drie hebben ook recht op elkaar.”

Bij de start van de echtscheiding meldde De Bruin haar dochters ook aan bij kindercoach Denise van Oosterhout. Met tussenpozen van een maand zijn ze er zo'n vijf keer geweest. Binnenkort gaan ze opnieuw. De Bruin: „De jongste van ruim vier maakte natuurlijk van alles mee, maar had daar geen woorden voor. Spelenderwijs leerde ze dat wel, bijvoorbeeld met behulp van gekleurde stippen ('boos', 'verdrietig', 'bang', etc) op de vloer. Daar kon ze op gaan staan als ze zich boos of verdrietig voelde. Of ze nam kaarten met gezichtjes met bepaalde gelaatsuitdrukkingen mee. Als ik haar vroeg hoe haar dag was geweest, liet mijn dochter een 'bange' of 'boze' kaart zien. Daardoor konden we makkelijker praten.”

De Bruin kreeg zelf ook tips. „Bijvoorbeeld dat ik niet steeds moest vragen waarom ze verdrietig of bang waren. Dat was nog te abstract. Beter was om te vragen 'hoe komt het dat je boos bent?' Ik leerde een naam te geven aan hoe ze zich voelden, variërend van kriebels in hun buik tot draaikolkjes in hun hoofd. Die gevoelens konden ze in een speciaal 'kriebelpotje' doen. Hun gevoelens kregen handen en voeten. Dat gaf mijn kinderen letterlijk een stem.”

Waar een 'foute' echtscheiding bij kinderen toe kan leiden, is uit diverse onderzoeken bekend. Verlies van contact met een van de

'Ouders moeten beseffen dat het perspectief van een kind heel anders is dan dat van henzelf'

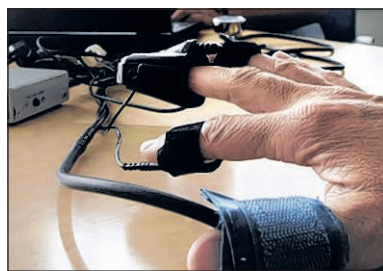
ouders, steeds getuige zijn van hevige ruzies en heen en weer worden geslingerd tussen beide ouders. Het zijn allemaal gebeurtenissen die kunnen zorgen voor slechtere schoolprestaties, psychische en gedragsproblemen. „Ouders moeten beseffen dat het perspectief van een kind heel anders is dan dat van henzelf”, zegt kindercoach Denise van Oosterhout (28). „Een emotionele ouder kan onrust en angst veroorzaken. Een kind wil zijn ouder troosten, maar begrijpt niet waarom dat niet lukt. Je kunt beter zeggen: mama is verdrietig, maar jij hoeft mij



Ziekte van Parkinson tast ook het taalvermogen aan

Mensen met de ziekte van Parkinson krijgen gaandeweg meer moeite correcte zinnen uit te spreken. Zij verliezen het vermogen de zin die ze willen uitspreken, te overzien en raken tijdens het spreken de draad kwijt. Ook kan de patiënt moeilijk van onderwerp veranderen. De patiënt heeft er baat bij als een gesprek verloopt in eenvoudige zinnen.

➔ <http://snipurl.com/20kmok>



Liegen alsof het gedrukt staat, vergt enige oefening

Hoe vaker je liegt, des te gemakkelijker gaat je dat af. De gebruikelijke langere reactietijd bij het geven van een gelogen antwoord, neemt af naarmate je meer gelogen antwoorden na elkaar hebt gegeven, ontdekte een Gentse onderzoeker. Dit heeft gevolgen voor de betrouwbaarheid van leugendetectors die gebruik maken van die langere reactie.

➔ <http://snipurl.com/20krp8>



Pijn vermindert schuldgevoel na een slechte daad

Jezelf (een beetje) pijn doen, vermindert het schuldgevoel over een vervelende daad, blijkt uit Australisch onderzoek. Proefpersonen beschreven een situatie waarin zij een ander hadden benadeeld. Staken zij vervolgens hun hand enige tijd in een bak ijs, dan nam het schuldgevoel af. Aangenaam warm water had dit effect niet.

➔ <http://snipurl.com/20ku5>



Krokodillentranen zijn makkelijk te herkennen

Het verschil tussen oprecht berouw en gespeeld berouw (krokodillentranen) is te herkennen. Bij gespeeld berouw slaat bijvoorbeeld de emotie abrupt om van positief (blij) naar negatief (verdrietig, angstig, boosheid, walging). Bij oprecht berouw verloopt deze omslag niet zo snel, maar via een neutrale tussenfase.

➔ <http://snipurl.com/20kykb>



Boek over prenataal onderzoek en keuzevrijheid

'Echo' van Maarten Slagboom is geen makkelijk boek. Maar het afbreken van een zwangerschap omdat het kind ernstig gehandicapt is, is dat al helemaal niet. Slagboom en zijn vrouw namen na de twintigweken-echo een zware beslissing. In 'Echo' komen artsen, politici, ouders en wetenschappers aan het woord.

➔ Maarten Slagboom – Echo. Uitgeverij Augustus, 19,95 euro.