

‘Alle aapjes kijken, je begint erop te lijken ...’

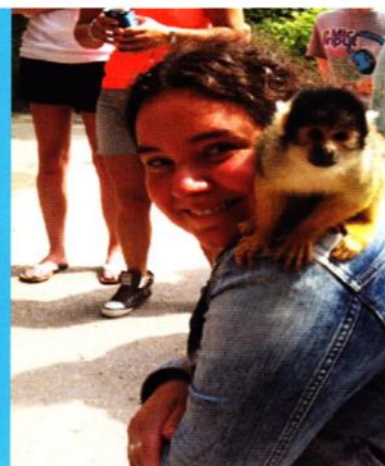
– Traditioneel pestrijmpje –



# Pesten, bij de beesten af!

Menig leerkracht zal wel eens tegen de klas hebben geroepen: ‘Wat een stel apenkoppen zijn jullie toch!’ Sinds ik de workshop ‘Pestkop - Apenkop’ heb gevolgd, realiseer ik me dat er meer waarheid schuilt in deze woorden dan ik ooit kon bedenken. Zeker nu ik weet dat we als mens in DNA maar 1,4 procent verschillen van bijvoorbeeld een chimpansee. Jawel, je leest het goed ...

Tekst: Natascha Bruti



Patrick van Veen, oprichter van Apemanagement en auteur van diverse boeken, heeft al vroeg in zijn carrière ‘werk’ gemaakt van het vinden van overeenkomsten tussen mens en aap en zelfs ooit zijn werk hierdoor verloren.

Als pas afgestudeerde bioloog ontdekte hij dat er geen droog brood te verdienen viel binnen zijn vakgebied, waarna hij ging werken voor een grote verzekeringsmaatschappij. Observeren was voor hem als bioloog zijn tweede natuur. Dat bracht hij ook in praktijk op de werkvloer: hij observeerde zijn collega's en zijn leidinggevende. Hij schreef zijn waarnemingen op in een zwart boekje, dat later de basis zou worden voor zijn bestseller *Help, mijn baas is een aap*. Toen zijn baas, nieuwsgierig als een aap, eens vroeg: ‘Wat schrijf je trouwens steeds in dat boekje van je?’, was Patricks antwoord zijn exit in de wereld van mannen in (apen) pak en het begin van Apemanagement: hij gebruikt zijn kennis van apengedrag om het gedrag van mensen te begrijpen.

In de loop der tijd kwamen er steeds vaker vragen over pesten en of we door ‘apies kijken’ meer inzicht kunnen krijgen in pesten bij mensen.

Samen met Sarah Mutsaers, diermanager, pakte

Patrick dit thema op. Zij kwamen tot mooie inzichten, die zij nu aan professionals doorgeven.

Er is bij mensen nog relatief weinig onderzoek gedaan naar pesten. Bij apen daarentegen is wel goed onderzocht welke basis en functionaliteit pesten heeft.

We zouden van apen kunnen leren hoe je escalatie van pesten kunt voorkomen. Want pesten voorkomen is een illusie, het is gewoon natuurlijk gedrag.

Een groot verschil tussen mensen en apen is dat pesten bij apen eindig is, er zit een opvoedkundig element in. Wordt het pesten begrensd door een autoriteit, dan is het ook klaar. Er zijn in een groep apen heel duidelijke grenzen en deze zijn altijd dezelfde. De leider van de groep grijpt in als de grens is bereikt en doet dit consequent. Zo blijft het doel van pesten je positie in de groep kennen en die behouden. Geen aap houdt er een trauma aan over zoals in de mensenwereld het geval is, waarin pesten soms maar blijft voortduren.

Pesten bij apen escaleert op het moment dat er een zogenoemd machtsvacuüm ontstaat. De natuurlijke leider van de groep is dan, definitief of tijdelijk, afwezig en kan niet ingrijpen.

Maar is dit bij mensen in de kern niet precies hetzelfde?

Stel je een klas voor waarin de leerkracht elke dag wisselende reacties geeft op dezelfde gedragingen, of een leerkracht die ‘lief’ gevonden wil worden en daardoor zijn natuurlijke positie van leider niet inneemt. Het zijn de ideale ingrediënten voor pesten. De autoriteit grijpt niet in en neemt geen verantwoordelijkheid.

Bij apen kan pesten een functie hebben van groepsafbakening. Laten zien bij welke ‘familie’ of groep je hoort. Er bestaat hierin veel helderheid, omdat apen overwegend in dezelfde groep verblijven en de grenzen binnen die groep duidelijk zijn. Mensen wisselen dagelijks meer van groep dan apen in een heel leven. Denk maar aan kinderen, zij bewegen zich binnen verschillende groepen: op school, bij de opvang, sportvereniging, hobbyclub, het gezin. En bij elke groep heeft iemand anders de leiding en zijn er verschillende grenzen. Deze grenzen worden dan ook nog eens meer of minder consequent nageleefd en in deze onduidelijkheid ontstaat er een stapel vrijbrieven voor pesten.

Volgens Patrick en Sarah is het van groot belang dat we pesten eerst definiëren. Wanneer hebben we het over pesten? Waar ligt de grens tussen spel, pesten en agressie? Als die grens al niet duidelijk is, kan er ook niet adequaat worden gereageerd. Als onduidelijk is welk gedrag waaronder valt, leidt dat tot inconsequente reacties. Observeren, werkelijk waarnemen, en op de juiste manier reageren is dan volgens Patrick en Sarah een sleutel tot het kunnen omgaan met pesten. Het heeft op die manier een preventieve werking in plaats van een reactieve. De meeste moderne programma's en methoden zijn reactief van aard, dat wil zeggen dat er een probleem rond pesten is en daarop wordt gereageerd. Volgens Apemanagement is het zinnvoller je bezig te houden met preventie. Dat betekent niet dat pesten moet verdwijnen, want het is een natuurlijke gedraging. Maar dan kan het blijven tot waar het voor bedoeld is: een functionele en opvoedkundige gedraging om de juiste plek in de groep in te nemen – onschuldige apenstreken.

Patrick en Sarah plaatsen dan ook vraagtekens bij de vele trainingen die een kind weerbaar of sociaal vaardig zouden moeten maken. In deze trainingen leert een kind zich anders te gedragen in een pestsituatie. Hierdoor worden de verhoudingen weer op scherp gezet omdat het gedrag onduidelijk en inconsequent is. Bij apen is het zo dat wanneer de aap stabiel reageert op pesterijen, deze veel eerder ophouden. Dat is wellicht een interessant gegeven om te onderzoeken bij mensen.

Objectieve observaties zijn essentieel in een adequate omgang met pestgedrag. En natuurlijk is puur observeren een kunst. Want het zijn onze (voor)oordelen, projecties en eigen ervaringen die ons beeld kleuren.

Maar het is de moeite meer dan waard je deze kunst eigen te maken. Het loont om met je onderwijsteam te bespreken wanneer het nu over pesten gaat of over dominantie, agressie of spel. Bij elk facet zoek je de zichtbare en meetbare gedragingen die door iedereen begrepen en gezien kunnen worden. Dat voorkomt vertroebelingen door eigen gevoelens en projecties. Tenslotte bepaal je samen hoe je daarop consequent reageert. Zo kan veel leed en ruis voorkomen worden.

Een gegeven waar we bij mensen mee te maken hebben, is de groep omstanders. Uit onderzoek blijkt dat ongeveer 76 procent van de mensen zijn gedrag laat afhangen van de rest van de groep. Dat betekent in geval van pesten bijvoorbeeld dat als vier kinderen om je heen er niets van zeggen, jij er ook niets van zegt. Het goede nieuws is dat gedrag tot op zekere hoogte beïnvloedbaar is. Als wij onze apenkoppen dus leren dat zij een verantwoordelijkheid dragen en hen belonen om hun corrigerende of oplossende gedrag, dan wordt het de grote groep die de norm stelt.

De workshop van Apemanagement laat de deelnemers verrijkt, geprikkeld en ‘gebiologeerd’ naar huis gaan. De workshop vindt plaats in de dierentuin; een van de onderdelen is ‘apies kijken’, ofwel de kunst van het observeren. <

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

