



Nederlands  
Jeugdinstituut



# Aanpak pesten

Wat werkt?

© **2018 Nederlands Jeugdinstituut** Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op enige andere wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming.

## **Auteur(s)**

Aart Franken<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Dit document is een update van het document "Wat werkt tegen pesten?" Van Karen van Rooijen-Mutsaers, Nikki Udo, Willeke Daamen en Daan Wienke (april 2015).

## **Nederlands Jeugdinstituut**

Catharijnesingel 47

Postbus 19221

3501 DE Utrecht

Telefoon 030 - 230 63 44

Website [www.nji.nl](http://www.nji.nl)

E-mail [info@nji.nl](mailto:info@nji.nl)

# Inhoudsopgave

|                                               |           |
|-----------------------------------------------|-----------|
| <b>Inleiding.....</b>                         | <b>5</b>  |
| <b>1 Werkzame elementen .....</b>             | <b>7</b>  |
| <b>2 Universele Interventies .....</b>        | <b>8</b>  |
| 2.1 Effectieve aanpakken .....                | 8         |
| 2.2 Aanpakken met geringe evidentie .....     | 9         |
| 2.3 Aanpakken met onvoldoende evidentie ..... | 10        |
| <b>3 Selectieve Interventies .....</b>        | <b>11</b> |
| 3.1 Effectieve aanpakken .....                | 11        |
| 3.2 Aanpakken met geringe evidentie .....     | 11        |
| <b>4 Online Pesten .....</b>                  | <b>12</b> |
| 4.1 Aanpakken met geringe evidentie .....     | 13        |
| 4.2 Aanpakken met onvoldoende evidentie ..... | 13        |
| <b>5 Overige Interventies.....</b>            | <b>14</b> |
| 5.1 Aanpakken met geringe evidentie .....     | 14        |
| 5.2 Aanpakken met onvoldoende evidentie ..... | 16        |
| <b>6 Kind- en omgevingsfactoren .....</b>     | <b>18</b> |
| <b>7 Conclusie.....</b>                       | <b>18</b> |
| <b>8 Literatuur .....</b>                     | <b>19</b> |



# Inleiding

Dit document biedt een overzicht van wat er op dit moment bekend is over werkwijzen bij het voorkomen en terugdringen van pesten onder jongeren. Het document is gebaseerd op een eerdere versie (Van Rooijen-Mutsaers, Udo, Wienke & Daamen, 2015), een recent Nederlands onderzoek naar de effectiviteit van interventies (Orobio de Castro et al., 2018) en een recente literatuurstudie.

Meer informatie over pesten is te vinden op onze website

<https://www.nji.nl/nl/Kennis/Dossier/Pesten>

De definitie van pesten zoals recent geformuleerd is door Orobio de Castro en collega's (2018) luidt:

"Pesten is stelselmatige agressie waarbij één of meer personen in een machtspositie proberen een andere persoon fysiek, verbaal of psychologisch schade toe brengen. Gepest worden heeft tal van negatieve consequenties, waaronder slechte schoolprestaties, schoolverzuim, eenzaamheid, gebrek aan vertrouwen in zichzelf en anderen en psychische klachten als depressiviteit tot ver in de volwassenheid." (p. 6)

Pesten gebeurt in een sociale context, bijvoorbeeld op school, in de klas. Bij het voorkomen van pesten spelen niet alleen de pester en de gepeste een rol, maar ook anderen die in de buurt zijn. Dit worden de omstanders genoemd (Kärnä, Voeten, Little, Poskiparta, Alanen, & Salmivalli, 2011). Volgens de sociale dominantie theorie (Hawley, 2003) wordt agressief gedrag zoals pesten in stand gehouden doordat het onder andere bijdraagt aan het verkrijgen van sociale invloed bij leeftijdsgenoten (Thomas, Connor, & Scott, 2018).

Onderzoek naar het voorkomen en/ of terugdringen van pesten heeft voornamelijk binnen scholen plaatsgevonden. Dit is de plek waar pesten vaak voorkomt en waar het mogelijk is om goede studie te doen van jeugdigen die pesten, jeugdigen die gepest worden, de omstanders bij het pesten en het pestgedrag zelf.

Daarnaast is het een goede omgeving om gedrag van docenten bij het voorkomen en tegengaan van pesten te bestuderen en om interventieprogramma's te implementeren en op effectiviteit te onderzoeken (Merrell, Gueldner, Ross, & Isava, 2008). De huidige kennis over interventies is dan ook voornamelijk gebaseerd op onderzoek op scholen.

Er zijn twee manieren om interventies tegen pesten in te delen.

1. Ten eerste op basis van het niveau waar interventies zich op richten. Interventies kunnen richten op de school, de klas of individuele leerlingen. Bij een combinatie van deze drie niveaus is er sprake van een universele aanpak. Deze aanpak is vooralsnog het best onderbouwd.
2. Ten tweede kunnen interventies worden ingedeeld op basis van wanneer ze worden ingezet. Interventies kunnen (preventief) vooraf ingrijpen of (curatief) pas als er al pestgedrag plaatsvindt.

De laatste jaren is er in *internationale* literatuur veel onderzoek verschenen naar pesten. Vanwege de grote verschillen tussen landen, bijvoorbeeld in schoolsystemen, is het onzeker of en welke bevindingen uit het buitenland te generaliseren zijn naar Nederland. Er zijn ook verschillende reviewstudies gedaan en boeken geschreven, deze worden in dit document besproken. Uit deze literatuur komt naar voren dat pesten verminderd kan worden, maar dat het helemaal voorkomen van pesten niet mogelijk is.



In het primair onderwijs zijn er mogelijkheden om het pesten te verminderen door middel van interventies (zie Farrington, Gaffney, Lösel, & Ttofi, 2016; National Academies of Sciences, 2016; Orobio de Castro et al., 2018). Er is echter onvoldoende onderzoek gedaan naar pesten op het speciaal onderwijs of op middelbare scholen om zeker te zijn van de effectiviteit van deze interventies (Orobio de Castro et al., 2018; Yeager, Fong, Lee, & Espelage, 2015). Ook is er weinig onderzoek over pesten buiten school.

### *Veiligheid op school*

In Nederland is in de wet Veiligheid op school vastgelegd dat scholen een verantwoordelijkheid hebben in het bieden van sociale veiligheid in school voor personeel en leerlingen en in het tegengaan van pesten. De sectorraden ondersteunen scholen hierbij. Hoe zij dit doen staat beschreven in het actieplan sociale veiligheid op school.

### *Commissie Effectieve anti-pestprogramma's*

Om scholen te ondersteunen in het tegengaan van pesten heeft het Ministerie van OCW in 2014 opdracht gegeven om via een onafhankelijke commissie effectieve anti-pestprogramma's te selecteren.

Van de in totaal 61 aangemelde programma's zijn er door de commissie 13 veelbelovend bevonden. Deze programma's zijn volgens de commissie in principe geschikt als effectief antipestprogramma, maar er moet nog een theoretische en/of empirische onderbouwing plaatsvinden om volledig goedgekeurd te worden. Het merendeel van deze programma's is ook opgenomen in de Databank Effectieve Jeugdinterventies. Dat betekent dat zij door de Erkenningscommissie Interventies zijn erkend als goed onderbouwd of effectief. Zie voor meer informatie: [www.nji.nl/interventies](http://www.nji.nl/interventies).

Als vervolgstap heeft het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (OCW) via het Nederlandse Regieorgaan Onderwijsresearch (NRO) een onderzoeksconsortium ingesteld dat onderzoek heeft gedaan naar de effectiviteit van 10 van de 13 als veelbelovend beoordeelde interventies. Bij 4 van de 10 interventies bleken er te weinig leerlingen/scholen beschikbaar om uitspraken te kunnen doen over de effectiviteit. De commissie Anti-pestprogramma's heeft de resultaten van de zes onderzochte programma's beoordeeld en heeft daar de beoordeling van het programma KIVA (waar al eerder effectiviteitsonderzoek naar is gedaan) aan toegevoegd. De 13 in 2015 als veelbelovend bevonden interventies worden in dit 'wat werkt' stuk beschreven, aangevuld met de informatie uit de rapporten van de Commissie anti-pestprogramma's en het onderzoeksconsortium vanuit het NRO (Orobio de Castro, 2018).

Dit overzicht van wat werkt tegen pesten gaat in op de werkzame elementen, de best onderzochte aanpakken, aanpakken met geringe evidentie en aanpakken met onvoldoende tot geen evidentie. Ook wordt stilgestaan bij het voorkomen van online pesten.



# 1 Werkzame elementen

Orobio de Castro en collega's (2018) stellen dat het nog onbekend is welke specifieke elementen van interventies precies bijdragen aan het verminderen van pesten. Zij geven wel een aantal specifieke suggesties die relatief eenvoudig kunnen bijdragen aan het voorkomen of verminderen van pesten in de klas:

"Bijvoorbeeld het optimaal indelen van de plek van kinderen in de klas (met online app stoeltjesdans (zie van den Berg & Stoltz, 2018), schrijf oefeningen voor leerlingen (Thomaes, Bushman, de Castro & Reijntjes, 2012) of trainen van leerkrachten in het zien van potentieel tot verandering bij leerlingen (Yeager et al., 2014). Belangrijke werkzame elementen kunnen ook kwaliteiten van de leerkracht zijn in houding, gedrag, persoonlijkheid en alliantie met leerlingen (Richardson, 2014)." (p. 78).

Er zijn verschillende manieren om pesten te helpen voorkomen of verminderen. Helaas kan pesten niet geheel voorkomen worden. Interventies en werkzame elementen leveren slechts een bijdrage aan het verminderen van pesten.

De volgende werkzame elementen zijn samengevat uit de onderzoeken van Hawley en Williford (2015), Orobio de Castro en collega's (2018), Saarento en collega's (2018) en Thomas en collega's (2018):

1. Er is meer kans dat interventies op scholen werken als ze langdurig worden ingezet.
2. De kans op verandering van cultuur op school is groter als de aanpak naast de leerlingen, leerkrachten en ouders gericht is op alle personeel van de school. Zo kunnen bijvoorbeeld de conciërge, het ondersteunend personeel en de intern begeleider ook meegenomen worden in de verandering.
3. Het is belangrijk dat de waarden die belangrijk zijn bij het voorkomen van pesten ook ervaren worden door de gemeenschap en door alle betrokkenen op school. Jongeren moeten leren om elkaar als gelijke te zien, als er op school grappen gemaakt worden over minderheden of verschillen tussen jongens en meisjes neemt de geloofwaardigheid van gelijkheid hierdoor af.
4. Er moet aandacht zijn voor het betrekken van ouders. Ouders spelen in het bijzonder een belangrijke rol bij het voorkomen van online pesten.
5. Gepeste jongeren lijken ook baat te hebben bij iemand die het voor ze opneemt. Leerlingen die gepest werden maar zich wel gesteund voelden hadden minder problemen dan leerlingen die dat niet ervoeren. Bovendien beschrijven mensen als ze terugkijken op het pesten de meest traumatische herinneringen als de momenten dat niemand voor ze opkwam.



## 2 Universele Interventies

Universele interventies richten zich niet alleen op de pester en/of de gepeste, maar richten zich ook op de hele klas, schoolbeleid, docenten en/of de ouders. Deze schoolbrede interventies vragen nogal wat van scholen, omdat er op veel gebieden ingezet wordt.

Voordeel hiervan is dat er op meer manieren iets aan het (voorkomen van) pesten gedaan kan worden, nadeel hiervan is dat het voor scholen lastig is alles volgens protocol uit te voeren. Vaak lukt het scholen dan ook niet om alles volgens protocol uit te voeren (Orobio de Castro et al., 2018). Desalniettemin zijn er universele interventies die, zelfs als niet alles precies volgens protocol gaat, effectief zijn bij het verminderen van pesten op school.

### 2.1 Effectieve aanpakken

Drie universele anti-pestprogramma's zijn effectief bevonden, nl. *KiVa* (Veenstra, 2015), *PRIMA* en *Taakspel* (Orobio de Castro et al., 2018). Dit zijn universele interventies die bijdragen aan het verminderen van pesten. De effecten van deze interventies zijn wel afhankelijk van wie je het vraagt (bijvoorbeeld de gepeste, de klas, of de leerkrachten) en wat je meet (bijvoorbeeld hoeveel kinderen gepest worden, hoeveel pesters er zijn). Deze anti-pestprogramma's worden als volgt omschreven:

#### *KiVa*

Het doel van KiVa is om een cultuurverandering in de groep te bereiken. De nadruk ligt op preventie en het kijken naar de groep als geheel en niet alleen naar pesters en slachtoffers. De groep vormt het probleem, maar biedt ook mogelijkheden tot oplossing. Daartoe moeten er positieve normen in de klas worden gecreëerd. Leerkrachten kunnen daarbij als rolmodel fungeren en tegenwicht bieden als leerlingen pesten leuk of acceptabel vinden (Veenstra, Lindenberg, Huitsing, Sainio, & Salmivalli, 2014).

Uit onderzoek naar de rolbenadering bij pesten blijkt dat de steun van meelopers en de passiviteit van buitenstaanders ertoe bijdragen dat pesters sterker staan dan slachtoffers. Dit is iets dat KiVa probeert te veranderen door een positieve verandering in het gedrag van de groep na te streven. Het doel is dat meer en meer leden van de groep laten zien dat ze tegen pesten zijn en dat ze slachtoffers steunen. Dit kan ertoe leiden dat de opbrengst voor pesters vermindert en daarmee samenhangend hun motivatie om te pesten.

KiVa bestaat uit tien thema's met meerdere lessen, die onder meer gaan over respectvol gedrag tegenover anderen, het functioneren in een groep en pesten herkennen, voorkomen en oplossen. Het voornaamste doel van de lessen is om de leerlingen zover te krijgen dat ze slachtoffers gaan steunen en proberen de pesters te stimuleren om met het pesten te stoppen. Het aanpakken van pesten werkt alléén als de hele groep zich verantwoordelijk voelt voor elkaar en als er in het gedrag van alle groepsleden verandering plaatsvindt. Niet iedereen is er weliswaar verantwoordelijk voor dat er wordt gepest, maar iedereen is er wel verantwoordelijk voor dat er een einde aan komt. (ontleend aan Veenstra, 2015, p. 2).

#### *PRIMA*

Het doel van PRIMA is het voorkomen van pesten en het verminderen van het aantal basisschoolleerlingen dat gepest wordt of pest. De oorspronkelijke PRIMA aanpak is gebaseerd op het Bullying prevention program van Olweus (1993).



De activiteiten vinden plaats op drie niveaus:

- Op schoolniveau, o.a. door het instellen van een Kernteam Pesten, het opstellen van een anti-pestbeleid, het verzorgen van een ouderavond of startersbijeenkomst en het afnemen van de Pestmeter voor leerkrachten en de Pestmeter voor ouders.
- Op groepsniveau, o.a. door het afnemen van de Pestmeter voor leerlingen, het opstellen en regelmatig bespreken van afspraken over pesten in de groep en het volgen van een lessenserie.
- Op individueel niveau met maatregelen om pesten te stoppen, o.a. door een werkwijze bij het signaleren, onderzoeken en behandelen van pestincidenten.

Het oorspronkelijke PRIMA-traject was arbeidsintensief. De PRIMA-aanpak is daarom veranderd in een minder intensieve interventie. PRIMA wordt nu aangeboden als pakket waarbij scholen activiteiten kunnen kiezen. Intensieve begeleiding door een externe begeleider is niet meer verplicht en daarvoor in de plaats is een E-learning module gekomen. (Orobio de Castro et al., 2018, p. 41, 42)

### *Taakspel*

Taakspel is een universeel preventief gedragsinterventieprogramma voor kinderen uit de groepen 3 tot en met 8 van het basisonderwijs. In het onderzoek uit 2018 is de inzet bij kinderen in groep 3, 4 en 5 geëvalueerd.

Het doel van Taakspel is het scheppen van een positief en veilig klassenklimaat, het bevorderen van taakgericht gedrag en het reduceren van regelovertredend gedrag. Hierdoor neemt Taakspel een aantal factoren weg die een risico vormen voor het ontstaan van gedragsproblemen en pesten. Middels klassenmanagementstrategieën geeft Taakspel leerkrachten middelen om een gestructureerd en veilig klassenklimaat te creëren door het scheppen van een heldere en positieve structuur, het bevorderen van een positieve leerkracht-leerling interactie en het versterken van positieve relaties tussen leerlingen onderling. Taakspel legt de nadruk op positief gedrag en probeert tot positieve gedragsverandering te komen door het positief formuleren en voorspelbaar maken van de omgangsregels, het systematisch belonen van gewenst gedrag en het zo veel mogelijk negeren van ongewenst gedrag. (Orobio de Castro et al., 2018, p. 51, 52)

## **2.2 Aanpakken met geringe evidentie**

Het universele antipestprogramma Kanjertraining heeft mogelijk een klein effect op pesten in klassen waar veel conflicten zijn, waarbij het mogelijk helpt om een externe psycholoog in te zetten. In andere situaties lijkt de Kanjertraining geen invloed te hebben op pesten (Orobio de Castro et al., 2018; Vliek, 2015).

### *Kanjertraining*

De Kanjertraining heeft tot doel sociale problemen zoals pesten, conflicten, uitsluiting en sociaal teruggetrokken gedrag te voorkomen of te verminderen en het welbevinden te vergroten bij kinderen en jongeren.

Er wordt gewerkt aan vier voorwaardelijke doelen:

1. Kennis: kinderen hebben kennis en inzicht in gedrag en de gevolgen hiervan voor de ander.
2. Vaardigheden: kinderen hebben meer sociale vaardigheden en vertonen minder meeloopgedrag.
3. Motivatie: kinderen zijn meer gemotiveerd om zich sociaal te gedragen.
1. Verantwoordelijkheidsbesef: kinderen zijn zich bewust dat je kunt kiezen hoe je je gedraagt en ervaren hierin meer zelfvertrouwen.



In het onderwijs heeft bovenstaande tot doel een veilige sfeer in de klas en op school te creëren. De Kanjertraining wordt schoolbreed ingezet en bevat lessen die wekelijks of om de week gegeven kunnen worden gedurende het hele schooljaar. De aanpak van de Kanjertraining komt naast de lessen ook tot uiting in leerkrachtgedrag, schoolbeleid en ouderparticipatie. De methodiek in de klas bestaat o.a. uit het oefenen van sociale vaardigheden waaronder het omgaan met pesten, rollenspelen met behulp van vier petten of handpoppen met petjes, feedback geven aan elkaar, en vertrouwensoefeningen. De petten staan voor vier typen gedrag. Kinderen verwerven door oefeningen met de petten inzicht in hun gedrag en dat van anderen en in de keuze die ze hierin hebben. (Orobio de Castro et al., 2018, p. 31)

## 2.3 Aanpakken met onvoldoende evidentie

Voor twee universele aanpakken is op dit moment onvoldoende evidentie om te stellen dat ze kunnen bijdragen aan het verminderen van pesten. Bij het *School Wide Positive Behavior Support (SWPBS)* programma komt dit mogelijk mede doordat de interventie is onderzocht in scholen waar veel problemen bij de leerlingen waren en veel wisseling van bestuur plaatsvonden, waardoor veel scholen de interventie niet goed of geheel hebben kunnen uitvoeren (Orobio de Castro et al., 2018). Het *Programma Alternatieve Denkstrategieën (PAD)* is wel goed onderzocht maar heeft kleine negatieve gevolgen. Pesten lijkt bijvoorbeeld toe te nemen bij kinderen die eerder veel gepest werden. Eerdere onderzoeken met intensieve implementatie laten wel positieve effecten zien op secundaire uitkomsten (zie Goossens et al., 2012; Louwe, van Overveld, Merk, Orobio de Castro, & Koops, 2007), maar het is de vraag of deze implementatie in de praktijk haalbaar is. Er lijkt onvoldoende bewijs te zijn om positieve effecten op pesten van PAD te verwachten in de praktijk.

### SWPBS

Doel van SWPBS is het bevorderen van sociaal gedrag en het verminderen van gedragsproblemen onder leerlingen. SWPBS is een overkoepelende term voor een systematische en gelaagde gedragsaanpak welke bestaat uit een combinatie van het schoolbreed en preventief toepassen van een set gedragsbeïnvloedende technieken, het schoolbreed registreren/signaleren van ongewenst gedrag en het op maat inzetten van bestaande interventies in verschillende mate van intensiteit voor leerlingen die risicovol gedrag tonen. De in te zetten gedragsinterventies passen bij een gelaagd preventiemodel, waarbij de gedragsaanpak afhangt van de mate waarin leerlingen gedragsproblemen vertonen. Door aanvullend hierop actief samen te werken met ouders en de zorg, wordt toegewerkt naar een klimaat waarin sociaal gedrag wordt bevorderd en gedragsproblemen worden voorkomen.

Kenmerkend voor de aanpak zijn het schoolbreed en preventief neerzetten van een kader waarbij voor alle leerlingen helder is wat er qua gedrag van hen wordt verwacht. Dit gedrag wordt aangeleerd en systematisch positief bekrachtigd. Voor risicoleerlingen met specifieke kenmerken, worden op maat interventies ingezet, die aansluiten bij de functie van het ongewenste gedrag van de leerling. Actieve ouderbetrokkenheid hierbij vergroot de kans op een succesvolle uitkomst van de interventie. Tenslotte worden leraren toegerust met concrete technieken en hulpmiddelen om op eenduidige en effectieve wijze sociaal gedrag schoolbreed te bevorderen en gedragsproblemen te voorkomen of om te buigen. Te denken valt aan het inzetten van systemen voor positieve bekrachtiging en technieken om gedrag te begrenzen. (Orobio de Castro et al., 2018)



## PAD

Het Programma Alternatieve Denkstrategieën (PAD) wil de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen stimuleren. PAD is een klassikaal leerplan waarmee scholen op systematische en planmatige wijze de sociaal- emotionele ontwikkeling van de leerlingen kunnen bevorderen. Het leerplan bestaat uit 161 lessen, te verdelen over 8 leerjaren. Het leerplan kent vier hoofdthema's: zelfbeeld, zelfcontrole, emoties en probleem oplossen.

Voor het recente onderzoek van Orobio de Castro et al. (2018) is door de Nederlandse PAD-coördinatoren een korte versie van één schooljaar gemaakt, die in het onderzoek is gebruikt. (Orobio de Castro et al., 2018)

## 3 Selectieve Interventies

Selectieve interventies richten zich op jongeren die al gepest worden, jongeren die pesten, of jongeren die hier een verhoogde kans op hebben. Bij deze interventies wordt voornamelijk ingezet op gedragsverandering van een of enkele kinderen, in plaats van een verandering van cultuur en gedrag binnen een gehele school of klas.

### 3.1 Effectieve aanpakken

De selectieve interventie Plezier op School lijkt effectief voor jongens die op de basisschool problemen hebben met leeftijdsgenoten. Deelnemers lijken minder internaliserende en sociale problemen te ervaren en jongens lijken ook minder gepest te worden (Mulder, 2014).

#### *Plezier op School*

Plezier op school is een tweedaagse geprotocolleerde preventieve interventie die in de laatste week van de zomervakantie wordt aangeboden aan aanstaande brugklassers die op de basisschool problemen hadden in de omgang met leeftijdsgenoten. De tweedaagse cursus is met name bedoeld voor kinderen die op de basisschool gepest werden, afgewezen werden, weinig vrienden hadden, en in het contact met leeftijdsgenoten angstig, onhandig of onvoldoende weerbaar waren. Plezier op School heeft als doel de sociale competentie van aanstaande brugklassers te vergroten, zodat zij een goede start kunnen maken in het voortgezet onderwijs en het risico op herhaling van pesten en sociale omgangsproblemen verkleind wordt. Het lange termijn doel van Plezier op School is het verkleinen van de kans op psychische stoornissen als angststoornissen en depressie. Tijdens de cursus worden zowel de cognities, gevoelens, als het daadwerkelijke gedrag van kinderen beïnvloed, met als gevolg sociaal competent gedrag en positievere relaties met leeftijdsgenoten. Hierbij wordt gebruik gemaakt van diverse methodieken, zoals psycho-educatie, zelfinstructie, groepsgesprekken, ontspanningsoefeningen, modeling, rollenspel en feedback. (Orobio de Castro et al., p 59)

### 3.2 Aanpakken met geringe evidentie

De selectieve interventie Alles Kidzzz richt zich op jongeren die externaliserend probleemgedrag, zoals pesten, vertonen. Volgens leerkrachten helpt deze interventie externaliserende gedragsproblemen verminderen bij kinderen voor wie dat geïndiceerd is. De interventie lijkt echter niet specifiek pesten te helpen verminderen (Orobio de Castro et al., 2018).



## Alles Kidzzz

Alles Kidzzz is een individueel sociaal cognitief programma 'op maat' voor kinderen (9 tot 12 jaar) met externaliserend probleemgedrag, waaronder pesten. Het doel van de Alles Kidzzz training is het verminderen van reactief en proactief agressief gedrag en het bevorderen van pro-sociaal gedrag bij kinderen met een verhoogde mate van externaliserend probleemgedrag. Het lange termijn doel van de interventie is het reduceren van de kans op het ontwikkelen van een gedragsstoornis. Via het programma wordt gewerkt aan het bevorderen van een positief zelfbeeld, het verbeteren van sociale cognities en vermogen tot woederegulatie, en het ontwikkelen van alternatief pro-sociaal gedrag, waardoor vervolgens het agressieve gedrag zou verminderen.

De training bestaat uit acht wekelijkse individuele bijeenkomsten met het kind op school. Daarnaast worden de ouders en de leerkracht betrokken en zijn er gesprekken met hen. Na een kennismakingsfase werkt het kind via creatieve werkvormen aan nieuwe vaardigheden, die individueel afgestemd zijn op moeilijkheden die het kind ervaart. Op deze manier kan het kind inzicht krijgen in zijn/haar eigen aandeel in lastige situaties. Thuis oefent het kind met opdrachten. Orobio de Castro et al., 2018, p. 63).

## 4 Online Pesten

De gevolgen van online pesten zijn ernstig. Kinderen die online gepest worden kunnen meer last hebben van depressie, angsten en risicogedrag, vergeleken met hun leeftijdsgenoten die niet online gepest worden. Bovendien lijkt online en offline pesten vaak samen te gaan. Er is nog niet veel onderzoek gedaan naar online pesten, maar Espelage en Hong (2017) bespreken enkele aanknopingspunten voor preventie:

Er zijn websites die informatie geven over (het voorkomen van) online pesten. De meeste (Engelstalige) websites richten zich op ouders. Hoewel ouders mogelijk eerder dan school horen over online pesten, lijkt het dat adolescenten online pesten vaak niet met hun ouders bespreken. De betrokkenheid van ouders lijkt het pesten en gepest worden echter wel positief te kunnen beïnvloeden. Tips op de websites tegen online pesten zijn onder andere dat online gepeste kinderen de berichten niet zouden moeten lezen en dat ouders informatie over online pesten zouden moeten ontvangen. Ook lijkt het verstandig dat proactief beleid gevoerd wordt op school, waarbij bewustwording en online competenties van school en jongeren getraind wordt, er een beschermende schoolomgeving is en er goede samenwerking is tussen school, ouders en de omringende gemeenschap.

Twee kleinschalige studies hebben onderzocht wat het effect van kennis over online pesten is, een studie in Taiwan en een in de VS (Lee, Zi-Pei, Svanström & Dalal, 2013; Roberto, Eden, Savage, Ramos-Salazar & Deiss, 2014). Hoewel meer studies nodig zijn, lijkt het hebben van kennis positieve gevolgen te hebben. Leerlingen met meer kennis over online pesten hadden een verlaagde intentie om online te pesten en hielden zich meer aan online veiligheidsmaatregelen. Denk daarbij aan het niet accepteren van uitnodigingen van onbekenden of het delen van privé-informatie op websites.

Espelage en Hong (2017) bespreken een meta-analyse en twee reviewstudies. Op basis van die studies geven ze een overzicht van aanpakken die al dan niet effectief zijn (zie Mishna, Cook, Saini, Wu, & MacFadden, 2007; Van Cleemput et al., 2014). De samenvatting van Espelage en Hong wordt hier besproken.



## 4.1 Aanpakken met geringe evidentie

### *ConRed*

Deze Spaanse interventie richt zich op de invloed van sociale normen op houding en gedrag van jongeren. Er zijn acht lessen voor leerlingen, twee voor leerkrachten en een voor families. Drie onderwerpen komen aan bod: 1) internet en sociale netwerken met een focus op privacy en controle van accounts, 2) het verbeteren van online technische vaardigheden en pro-sociaal gedrag en 3) internetverslaving en online pesten.

Dit programma lijkt online pesten gematigd te verminderen volgens gegevens van zowel slachtoffers als daders.

### *KiVa*

Een beschrijving van het KiVa programma is in dit document te vinden in het deel over universele interventies (paragraaf 1). Dit programma richt zich ook op online pesten.

Het KiVa-programma lijkt ook online pesten gematigd te verminderen.

### *Media Helden (Medienhelden)*

In dit Duitse programma gericht zich op jongeren wordt door middel van psycho-educatie op school in 10-wekelijkse sessies de bewustwording vergroot over risico's van online technologie. Ook zijn er lessen over empathie en sociale verantwoordelijkheid en worden strategieën aangeleerd om jezelf te verdedigen tegen online pesten.

Dit programma lijkt gematigd effectief in het verminderen van online pesten.

### *Noncadiamointrappola*

Deze Italiaanse interventie richt zich op de rol van leeftijdsgenoten bij het informeren over online pesten. De interventie is bedoeld voor jongeren tussen de 14 en 19 jaar. Acht jongeren worden geïnformeerd over het voorkomen van pesten en nemen deel aan schoolbrede evenementen voor andere jongeren. Vier van deze leeftijdsgenoten doen dat offline, vier online.

Dit programma lijkt online pesten gematigd te verminderen.

### *Surf-fair*

Dit Duitse interventieprogramma richt zich op 11- en 12-jarigen en kan in een of twee sessies worden gegeven. In de eerste sessie wordt stilgestaan bij online pesten, een dagboekoefening, en copingstrategieën. In de tweede sessie gaat het over online veiligheid, Duitse wetgeving over online pesten en een film.

De interventie lijkt vooral substantieel bij te dragen aan het verminderen van online gepest worden, het was minder effectief in het verminderen van online pesten.

## 4.2 Aanpakken met onvoldoende evidentie

### *HAHASO Strategy*

Deze interventie uit de Verenigde Staten richt zich op 10 tot 12 jarigen. De interventie bestaat uit vijf lessen waar de HAHASO strategie wordt uitgelegd. HAHASO staat voor de vijf lessen: Help-Assert Yourself-Humor-Avoid Self Talk-Own It. De interventie wil pesten doen afnemen door het verbeteren van online sociale vaardigheden.



In een meta-analyse lijkt dit programma gematigd effectief in het verminderen van online pestgedrag. In een latere reviewstudie komt het echter niet als effectief naar voren. Het lijkt voornamelijk de bewustwording van pesten te vergroten.

### *I-SAFE*

Dit programma uit de Verenigde Staten bestaat uit vijf lessen over internetveiligheid, burgerschap op online platforms, online beveiliging, persoonlijke veiligheid, intellectueel eigendom en online wet handhaving. Leerkrachten geven deze lessen tijdens schooltijd. De doelgroep is groep zeven (Grade 5) tot de tweede klas op de middelbare school (Grade 8). Het programma lijkt voornamelijk de bewustwording van pesten te vergroten.

### *The Missing Program*

Een Canadees interactief computerspel waarbij jongeren leren over internetveiligheid. Jongeren die het spel spelen krijgen de rol van politieagent en ze moeten puzzels oplossen om een vermiste tiener te vinden. Deze tiener is het doel van een dader. Ze leren dat ze niet iedereen online kunt vertrouwen, het programma richt zich op chatruimtes, mailen met anderen en persoonlijke websites.

Het programma lijkt voornamelijk de bewustwording van pesten te vergroten.

## 5 Overige Interventies

### 5.1 Aanpakken met geringe evidentie

Onderstaande aanpakken zijn voor zover bekend niet in Nederland onderzocht. In tegenstelling tot de online interventies, zijn er voor offline interventies wel alternatieven die in Nederland onderzocht zijn. Het is onzeker in hoeverre onderstaande bevindingen te generaliseren zijn naar de Nederlandse leerlingen. Daarom worden de offline interventies gegroepeerd onder 'geringe evidentie'.

#### *Beleidsmaatregelen*

Er zijn verschillende manieren om beleid door te voeren op school. Door dingen kunnen te verbieden, bijvoorbeeld bedreigen, of door gedrag te verplichten, zoals het melden van pestgedrag. Bovendien kan gedrag beloond of gestraft worden. De effecten van een anti-pest beleid op school lijken soms effectief te zijn en soms geen effect te hebben. Leerkrachten denken twee keer zo vaak dat het wel dan niet effect heeft bij het voorkomen van pesten (Hall, 2017). Andere studies laten ook zien dat goed uitgevoerd beleid mogelijk kan bijdragen aan het verminderen van pesten, maar meer onderzoek is nodig (zie Nickerson, 2017)

Mogelijk is dat zulk beleid vooral invloed heeft op openlijke vormen van pesten (verbaal en fysiek) en minder op verborgen vormen van pesten (bijvoorbeeld roddelen). Elementen van anti-pestbeleid die hieraan bijdragen waren onder andere een begrijpelijke definitie van pesten maken, regels en procedures opstellen over pesten op school en in de klas, supervisie van leerlingen overal in school, het betrekken van ouders bij het voorkomen van pesten en het werken met leerlingen op sociaal, emotioneel en gedragsmatig vlak. Ook lijkt beleid voor het opkomen voor minderheden te helpen voor deze groepen, ten minste bij LGBTQ jongeren (zie Hall, 2017).



## *Bully Court / Bemiddeling*

Een andersoortige interventie is de schoolrechtbank of 'bully court'. Deze interventie vindt vaak plaats in het klaslokaal en bestaat uit een aantal neutrale leerlingen die zowel het standpunt van de gepeste als dat van degene die pest aanhoren. Daarna kunnen zij eventuele getuigen naar voren roepen. Op basis van de verschillende verklaringen beslist de rechtbank welke strafmaatregelen genomen worden. Voorbeelden van maatregelen zijn een waarschuwing, een brief aan de ouders of nablijven. In ernstige gevallen kan de rechtbank de directeur van de school adviseren de leerling voor een bepaalde tijd te schorsen. Naar de effectiviteit van zulke rechtbanken is nog weinig onderzoek verricht. De Bully Court lijkt voorlopig vooral in het buitenland, onder meer in Engeland, de Verenigde Staten en Canada, voor te komen. In een casestudie in Engeland bleken zowel leerlingen als schoolpersoneel positief over de rechtbank te oordelen (Smith et al., 2003; Baldry en Farrington, 2004).

Bij Bemiddeling wordt door een onafhankelijke en getrainde bemiddelaar opgetreden. Dit kan een docent zijn of een schoolpsycholoog. Deelname moet echter vrijwillig zijn, leerlingen die betrokken zijn bij pesten zijn hier echter meestal niet in geïnteresseerd. Als wel vrijwillig wordt deelgenomen aan bemiddeling, kunnen problemen succesvol worden opgelost. Bemiddeling is dus alleen mogelijk als zowel pester als gepeste vrijwillig samen het probleem willen oplossen (zie Nickerson & Rigby, 2017).

## *Herstelgericht werken*

Bij herstelgericht werken moet de pester nadenken over zijn/haar gedrag en hier spijt van hebben. Daarna moet de pester zowel naar de gepeste als naar de school iets doen om de beschadigde relatie te herstellen. Training in deze aanpak is nodig. De resultaten in Engeland lijken positief, maar zijn niet gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek (zie Nickerson & Rigby, 2017).

## *Investeren in een veilig klimaat/verbeteren van relaties binnen de school*

Een positief schoolklimaat lijkt bij te dragen aan het verminderen van pesten op school (Low & Van Ryzin, 2014). In dit onderzoek werd schoolklimaat gemeten als de mate waarin medewerkers aansluiten bij elkaar, leerlingen en ouders, bijvoorbeeld in hoeverre ze te vertrouwen zijn. Grote winst is te behalen wanneer op school een sfeer gecreëerd wordt waarin harmonie en respect centraal staan en pesten en ander agressief gedrag niet getolereerd worden (Lyznicki, McCaffree, & Robinowitz, 2004). Uit een aantal studies blijkt dat ook het verbeteren van onderlinge relaties tussen leraren en leerlingen en tussen leerlingen onderling een positieve invloed kan hebben op het aantal leerlingen dat gepest wordt (Smith et al., 2003). Ook recent onderzoek laat zien dat een positiever klimaat op school samenhangt met minder pesten. Het is alleen niet duidelijk wat oorzaak is en wat gevolg (zie bijvoorbeeld Yang, Sharkey, Reed, Chen & Dowdy, 2018).

## *Steungroep / Method of Shared Concern*

De steungroep (support group) methode lijkt effectief in het verminderen van pesten als er al gepest wordt. De gepeste gaat in gesprek met een aantal jongeren die het verhaal aanhoren en later aan de pester vertellen. Een aantal van de jongeren in de steungroep wordt gekozen omdat ze het voor de gepeste kunnen opnemen. In het gesprek met de pester, waar de gepeste vaak niet bij is, wordt uitgelegd welke gevolgen het gedrag heeft op de gepeste. Daarna wordt naar een oplossing gezocht, waarin iedereen die aanwezig is aangeeft hoe hij / zij kan bijdragen aan de oplossing. Een tweejarig onderzoek naar deze aanpak vond dat deze direct succes had in 80 procent van de pestgevallen en op termijn succes had bij 14 procent van de overgebleven gevallen. In slechts 6 procent van de gevallen bleef het pesten voortduren (Smith et al., 2003).



Meer onderzoek is nodig om te kunnen bepalen of de aanpak werkt (zie Nickerson & Rigby, 2017).

De Method of Shared Concern lijkt op de steungroep methode en richt zich zowel op jeugdigen die pesten als op jeugdigen die gepest worden (Pikas, 2002). Het pesten wordt gezien als een conflict tussen de twee partijen. Eerst houdt de begeleider of leraar een gesprek met de pester en daarna met de jeugdige die gepest wordt. Daarna volgt een gezamenlijk gesprek waarbij de pester en de gepeste samen tot een oplossing proberen te komen die wordt vastgelegd in een communicatiecontract. Als deze interventie goed wordt uitgevoerd lijkt het effectief in het voorkomen van pesten (zie Nickerson & Rigby, 2017).

### *Verbetering van speelruimtes en schoolpleinen*

Pesten vindt vaak plaats op school- en speelpleinen. Het vergroten van het toezicht in deze ruimtes en het verbeteren van de overzichtelijkheid kan een positief effect hebben op het terugdringen van pestgedrag (Smith et al., 2003), het zou één van de werkzame elementen van anti-pestprogramma's zijn (Flygare, Gill, & Johansson, 2013). Onlangs is ook onderzocht wat de effecten zijn van *minder* regels op het schoolplein, met meer mogelijkheden voor kinderen om risico's te nemen en uitdagingen te zoeken. De verwachting was dat kinderen die zich meer kunnen uitleven minder zouden pesten. Deze interventie had geen invloed op pesten, na twee jaar waren kinderen blijer op school maar ze vonden hun klasgenoten tegelijkertijd minder leuk (Farmer et al., 2017).

## **5.2 Aanpakken met onvoldoende evidentie**

### *Disciplinaire maatregelen*

Disciplinaire maatregelen zijn gericht op de jeugdige die pest, en zendt de boodschap uit dat pesten niet acceptabel is. De literatuur is verdeeld over welke vormen van disciplinaire maatregelen het meest effectief zijn. Wel zijn er aanwijzingen dat sommige disciplinaire maatregelen het pesten zouden verergeren in plaats van verminderen (Nickerson, Cornell, Smith, & Furlong, 2013).

Ayers, Wagaman, Geiger, Bermudez-Parsai en Hedberg (2012) voerden een onderzoek uit naar verschillende disciplinaire maatregelen die scholen gebruiken bij leerlingen die anderen hebben gepest. Ook keken zij of en welke maatregelen ervoor zorgen dat deze leerlingen niet nogmaals gaan pesten of agressief gedrag vertonen. In dit onderzoek werden 1.221 studenten van 122 scholen betrokken die wegens pestgedrag een disciplinaire maatregel hebben gekregen. De volgende maatregelen zijn onderzocht:

- nablijven,
- schorsing binnen school (waarbij de leerling niet mee mag doen aan zijn dagelijkse planning/activiteiten),
- verliezen van privileges,
- schorsing van school,
- contact met ouders,
- bespreking tussen ouder en leerkracht (eventueel ook met leerling),
- verblijven op kantoor (waarbij de leerling niet mee mag doen aan zijn dagelijkse planning/activiteiten).



Resultaten wijzen uit dat maar twee disciplinaire maatregelen een significant effect hadden op het pestgedrag: het verliezen van privileges en een bespreking tussen ouder en leerkracht (eventueel ook met leerling). Ayers en collega's (2012) concluderen dat disciplinaire maatregelen gericht op de individuele leerling, zoals het schorsen van de leerling uit het klaslokaal of van de school, niet effectief zijn in het weerhouden van de leerling om nogmaals pestgedrag of agressief gedrag te vertonen. Anti-pestprogramma's zouden zich moeten richten op meerdere systemen, zoals de schoolomgeving, thuisomgeving en leeftijdsgenoten.

### *Community conferencing of gemeenschapsoverleg*

Ook in deze aanpak worden leerlingen die een conflict hebben samengebracht. Zowel de pester als de gepeste worden ondersteund door vrienden, familie of andere personen. De pester wordt geconfronteerd met de gevolgen van zijn daden en krijgt de kans om zijn excuses aan te bieden. Vervolgens wordt de gebeurtenis als afgesloten beschouwd. In een pilot in Australië bleken deelnemers aan de methode zeer tevreden te zijn en de genomen besluiten goed na te leven (Smith et al., 2003). Meer onderzoek is echter nodig.

### *Groepsgesprekken als klassikale interventies*

Klassikale interventies rondom pesten hebben vaak de vorm van groepsgesprekken, bijvoorbeeld over onderlinge relaties of meer specifiek over pesten. In zulke gesprekken wordt geprobeerd het bewustzijn van leerlingen te verhogen, ideeën te stimuleren en/of regels te ontwikkelen om het pesten aan te pakken. Veel klassikale interventies zijn gebaseerd op sociaal cognitieve principes van gedragsverandering. Zij richten zich op het veranderen van attitudes en groepsnormen en het verhogen van het geloof in eigen kunnen. Om de gesprekken te ondersteunen worden vaak films, rollenspellen en boeken gebruikt. Klassikale interventies zijn voornamelijk als onderdeel van de schoolbrede aanpak onderzocht (Smith et al., 2003).

Vreeman en collega's (2007) onderscheiden in hun meta-analyse tien studies naar klassikale interventies. Op basis van deze tien studies concluderen zij dat klassikale interventies op zichzelf niet consistent bijdragen aan een afname in pestgedrag. In een aantal studies werd zelfs een toename in pestgedrag gevonden. Zes van de tien studies lieten geen significante verbeteringen in pesten zien. In drie van de vier studies waarin wel een afname in pestgedrag werd gevonden, was het resultaat niet altijd positief. Zo vonden Baldry en Farrington (2004) bijvoorbeeld dat door hun klassikale interventieprogramma het aantal oudere kinderen (14-16 jaar) dat gepest werd afnam, maar dat het aantal jongere kinderen (10-14 jaar) dat gepest werd juist toenam.

*Circle Time* lijkt op zo'n klassikale interventie (zie Nickerson & Rigby, 2017). Groepen leerlingen komen daarbij bij elkaar en door het praten over onderwerpen gaan ze elkaar vertrouwen en krijgen ze een betere verstandhouding. Volwassenen of leerkrachten leiden deze bijeenkomsten waarbij ze waardering uitspreken voor pro-sociale manieren om problemen op te lossen. Het meeste onderzoek hiernaar was rond 2000 tot 2010. Leerlingen lijken door *Circle Time* hun manier waarop ze naar pesten kijken aan te passen, andere directe uitkomsten met betrekking tot pesten zijn niet bekend. Wel lijken leerlingen een hoger zelfvertrouwen, zelfregulatie en beter pro-sociaal gedrag te ontwikkelen.



## 6 Kind- en omgevingsfactoren

Het is belangrijk om de juiste interventie in te zetten bij het voorkomen van pesten. Interventies lijken mogelijk meer effect te hebben als leerlingen jonger zijn. Ook lijken sommige interventies voornamelijk effect te hebben op jongens of in klassen waar bovengemiddeld conflict is. Per situatie moet dus de inschatting gemaakt worden welke interventie het beste past.

## 7 Conclusie

Pesten gebeurt in een sociale context. Bij pesten zijn meer jongeren betrokken dan alleen de pester en de gepeste. Het pesten zelf is niet geheel uit te sluiten, maar door het inzetten van effectieve interventies kan het wel verminderd worden.

Er is de laatste jaren veel onderzoek geweest naar effectieve interventies tegen pesten, maar er nog veel onduidelijk. Een groot probleem is het gebrek aan kennis over pesten op de middelbare school, op het bijzonder onderwijs, buiten school en over online pesten. Bovendien is er nog weinig bekend over de werkzame elementen van de verschillende interventies.

Er zijn werkzame elementen die mogelijk helpen bij het vergroten van de kans dat interventies succes hebben.

Zo is het belangrijk om

- naast leerlingen en leerkrachten ook ander personeel op school en ouders te betrekken;
- interventies langdurig in te zetten;
- de normen en waarden die passen bij het voorkomen van pesten niet alleen op papier vast te leggen maar ook na te leven, bijvoorbeeld bij het personeel;
- te zorgen dat er in ieder geval iemand is die het kan opnemen voor gepeste jongeren. Zij ervaren daardoor (iets) minder problemen.

Universele interventies richten zich op de hele klas, het schoolbeleid, de docenten en/of de ouders. Er zijn drie goed effectief bevonden universele interventies, namelijk KIVA, PRIMA en Taakspel. De precieze effecten van deze interventies zijn afhankelijk van wie je het vraagt (bijvoorbeeld de gepeste, de klas, of de leerkrachten) en wat je meet (bijvoorbeeld hoeveel kinderen gepest worden, hoeveel pesters er zijn, etc.).

De selectieve interventie Plezier op school lijkt ook effectief tegen het voorkomen van pesten. Deelnemers lijken minder internaliserende en sociale problemen te ervaren en jongens lijken ook minder gepest te worden.

Interventies lijken meer effect te hebben als leerlingen jonger zijn en sommige interventies werken vooral bij jongens of in klassen waar al bovengemiddeld conflict is. Aanvullend onderzoek is echter nodig om te helpen bepalen welke interventie in welke situaties het beste kan worden ingezet.



## 8 Literatuur

- De Castro, B. O., Mulder, S., van der Ploeg, R., Onrust, S., van den Berg, Y., Stoltz, S., ... & Veenstra, R. (2018). *Wat Werkt Tegen Pesten?* In opdracht van het Nationaal Regieorgaan Onderwijsonderzoek (NRO).
- Espelage, D. L. (2016). Leveraging school-based research to inform bullying prevention and policy. *American Psychologist*, 71, 768.
- Espelage, D. L., & Hong, J. S. (2017). Cyberbullying prevention and intervention efforts: current knowledge and future directions. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 62, 374-380.
- Farmer, V. L., Williams, S. M., Mann, J. I., Schofield, G., McPhee, J. C., & Taylor, R. W. (2017). Change of school playground environment on bullying: a randomized controlled trial. *Pediatrics*, 139, e20163072.
- Goossens, F. X., Gooren, E. M. J. C., de Castro, B. O., van Overveld, K. W., Buijs, G. J., Monshouwer, K., ... Paulussen, T. G. W. M. (2012). Implementation of PATHS through dutch municipal health services: A quasi-experiment. *International Journal of Conflict and Violence*, 6, 234-248.
- Hall, W. (2017). The effectiveness of policy interventions for school bullying: A systematic review. *Journal of the Society for Social Work and Research*, 8(1), 45-69.
- Hawley, P. H. (2003). Strategies of control, aggression, and morality in preschoolers: An evolutionary perspective. *Journal of experimental child psychology*, 85, 213-235.
- Kärnä, A., Voeten, M., Little, T. D., Poskiparta, E., Alanen, E., & Salmivalli, C. (2011). Going to scale: A nonrandomized nationwide trial of the KiVa antibullying program for grades 1-9. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(6), 796.
- Kljakovic, M., & Hunt, C. (2016). A meta-analysis of predictors of bullying and victimisation in adolescence. *Journal of Adolescence*, 49, 134-145.
- Lee, M. S., Zi-Pei, W., Svanström, L., & Dalal, K. (2013). Cyber bullying prevention: Intervention in Taiwan. *Plos one*, 8, e64031.
- Louwe, J., van Overveld, C. W., Merk, W., de Castro, B. O., & Koops, W. (2007). De invloed van het Programma Alternatieve Denkstrategieën op reactieve en proactieve agressie bij jongens in het primair onderwijs: Effecten na één jaar. *Pedagogische Studiën*, 84(4), 277.
- Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: the state of knowledge and effective interventions. *Psychology, health & medicine*, 22, 240-253.
- Low, S., & Van Ryzin, M. (2014). The moderating effects of school climate on bullying prevention efforts. *School psychology quarterly*, 29, 306.
- Merrell, K.W., Gueldner, B.A., Ross, S.W., & Isava, D.M. (2008). How Effective Are School Bullying Intervention Programs? A Meta-Analysis of Intervention Research. *School Psychology Quarterly*, 23, 26-42.
- Mishna, F., Cook, C., Saini, M., Wu, M. J., & MacFadden, R. (2009). Interventions for children, youth, and parents to prevent and reduce cyber. *Campbell Systematic Reviews*, 2.
- Mulder, S. (2014). *Children with Internalizing Problems and Peer Problems. Risk Factors, Treatment Effectiveness, Moderation and Mediation*. (Doctoral dissertation): Retrieved from NARCIS
- Nickerson, A. B. (2017). Preventing and Intervening with Bullying in Schools: A Framework for Evidence-Based Practice. *School Mental Health*, 1-14.
- Nickerson, A., & Rigby, K. (2017). Understanding and Responding to Bullying in the School Setting. In *Handbook of Australian School Psychology* (pp. 521-536). Springer, Cham.
- Roberto, A. J., Eden, J., Savage, M. W., Ramos-Salazar, L., & Deiss, D. M. (2014). Outcome evaluation results of school-based cybersafety promotion and cyberbullying prevention intervention for middle school students. *Health communication*, 29, 1029-1042.



- Saarento, S., Garandeau, C. F., & Salmivalli, C. (2015). Classroom-and school-level contributions to bullying and victimization: A review. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 25, 204-218.
- Smith, P. K. (2017). Bullying and theory of mind: A review. *Current Psychiatry Reviews*, 13, 90-95.
- Thomaes, S., Bushman, B. J., de Castro, B. O., & Reijntjes, A. (2012). Arousing "gentle passions" in young adolescents: Sustained experimental effects of value affirmations on prosocial feelings and behaviors. *Developmental Psychology*, 48, 103
- Thomas, H. J., Connor, J. P., & Scott, J. G. (2018). Why do children and adolescents bully their peers? A critical review of key theoretical frameworks. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 1-15.
- Van Cleemput K, DeSmet A, Vandebosch H, et al. A systematic review of studies evaluating anti-cyberbullying programs. Paper presented at Etmaal van Communicatiewetenschap; 3-4 February 2014; Wageningen, Netherlands.
- Van den Berg, Y. H. M., & Stoltz, S. (2018). Enhancing Social Inclusion of Children With Externalizing Problems Through Classroom Seating Arrangements: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 26, 31-41.
- Van Noorden, T. H., Cillessen, A. H., Haselager, G. J., Lansu, T. A., & Bukowski, W. M. (2017). Bullying involvement and empathy: Child and target characteristics. *Social Development*, 26, 248-262.
- Veenstra, R. (2015). Signaleren en tegengaan van pesten: het KiVa antipestprogramma. Eindrapportage voor Onderwijs Bewijs. Den Haag: Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschappen.
- Vliek, L., (2015). *Effects of Kanjertraining (Topper Training) on Emotional Problems, Behavioural Problems and Classroom Climate*. Dissertatie, Universiteit Utrecht.
- Yang, C., Sharkey, J. D., Reed, L. A., Chen, C., & Dowdy, E. (2018). Bullying victimization and student engagement in elementary, middle, and high schools: Moderating role of school climate. *School psychology quarterly*, 33, 54.
- Yeager, D. S., Fong, C. J., Lee, H. Y., & Espelage, D. L. (2015). Declines in efficacy of anti-bullying programs among older adolescents: Theory and a three-level meta-analysis. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 37, 36-51.
- Yeager, D. S., Johnson, R., Spitzer, B. J., Trzesniewski, K. H., Powers, J., & Dweck, C. S. (2014). The far-reaching effects of believing people can change: implicit theories of personality shape stress, health, and achievement during adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106, 867-884.
- Zych, I., Farrington, D. P., Llorent, V. J., & Ttofi, M. M. (2017). *Protecting children against bullying and its consequences*. New York: Springer.

