

Samenvatting

Deze studie had als doel om veranderingen in pesten te onderzoeken in de groepen 6, 7 en 8 van de basisschool wanneer het interventieprogramma Rots en Water (R&W) wordt toegepast. Een totaal van 56 leerkrachten participeerden in het onderzoek; ze waren afkomstig van 17 scholen die willekeurig werden toegewezen aan de interventiegroep (N = 32) of de controlegroep (N = 24) en vulden voor en na de interventie een vragenlijst in over hun leerlingen.

Wanneer de voor- en nameting apart voor de interventiegroep en de controlegroep werden vergeleken, rapporteerden de leerkrachten in de interventiegroep een afname in zowel het aantal leerlingen dat gepest werd, het aantal leerlingen dat pestte en de frequentie van het pesten. In de controlegroep rapporteerden de leerkrachten daarentegen een toename in het aantal leerlingen dat gepest werd. Voorts werden er in de controlegroep geen verschillen gevonden tussen de voor- en nameting. Wanneer verschillen tussen de interventiegroep en de controlegroep in verandering over tijd werden onderzocht, bleek dat zij verschilden wat betreft het aantal leerlingen dat gepest werd (slachtoffers) en de frequentie van pesten. De leerkrachten wiens leerlingen R&W hadden gevolgd rapporteerden grotere verbeteringen dan de leerkrachten wiens leerlingen in de controlegroep zaten.

In vervolgonderzoek is het belangrijk om de vragenlijst voor de leerkracht uit te breiden en te verbeteren en om een follow-up meting te implementeren. Ondanks de beperkingen van de huidige studie zijn de resultaten relevant. Ze ondersteunen de positieve uitkomsten van het onderzoek, gebaseerd op de rapportages van de leerlingen, naar het effect van de interventie Rots en Water op het reduceren van pesten in het primair onderwijs (Reitz, Mertens, Van Londen & Dekovic, 2019).

Het effect van Rots en Water in het Primair Onderwijs op pesten: vanuit het perspectief van de groepsleerkracht

16 april 2019

Auteur: J. Ykema – van Eldik

Organisatie: Het Rots en Water Instituut NL m.b.v. de Universiteit van Utrecht¹.

Inleiding

Uit verschillende studies komt naar voren dat tussen de 16 en 27% van de kinderen en jongeren regelmatig wordt gepest (Analitis, e. a., 2009; Fekkes, Pijpers & Verloove-Vanhorick, 2005; Witvliet, e. a., 2012). Pesten heeft een negatief effect op de gezondheid en ontwikkeling van zowel kinderen die pesten als op kinderen die het slachtoffer zijn van pesten.

Betrokken zijn bij pesten gaat samen met verschillende korte en lange termijneffecten zoals psychische problemen, zelfbeschadiging (Fisher e. a. 2012) en het overwegen van suïcide (Winsper, Lereya, Zanarini & Wolke 2012; Verlinden e. a., 2014).

Uit onderzoek blijkt bovendien dat zelfs kinderen die niet direct betrokken zijn bij het pesten als slachtoffer of dader ook last ondervinden indien er in de klas of school wordt gepest. Gevolg kan zijn een lagere eigenwaarde, een hogere mate van depressieve gevoelens (Huitsing, Veenstra, Sainio, & Salmivalli, 2012) en een toename van angstgevoelens (Nishina & Juvonen, 2005). Gelukkig zijn er de afgelopen decennia verschillende school-based antipest programma's ontwikkeld met onder andere als doel het verminderen en/of voorkomen van pesten. In het huidige artikel onderzoeken we de effecten van het Rots en Water programma op

¹ Dit onderzoeksrapport is mede mogelijk gemaakt door de Universiteit van Utrecht. De Universiteit van Utrecht heeft ondersteuning geboden bij het opzetten van het onderzoek, de dataverzameling en heeft geadviseerd bij het uitvoeren van de analyses.

pesten in groep 6, 7 en 8 van het regulier primair onderwijs vanuit het perspectief van de leerkracht.

Rots en Water

Rots en Water is een interventieprogramma dat in Nederland veel wordt ingezet in het SBO, PO en (S)VO. Het programma richt zich op de ontwikkeling van sociale competenties, weerbaarheid, en het voorkomen en aanpakken van pesten en seksueel geweld. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de psychofysieke Rots en Water methodiek. Dit betekent dat via fysieke oefening en het creëren van een sterke, rustige basishouding psychosociale vaardigheden worden aangeleerd. Momenten van actie, spel en rollenspel worden afgewisseld met momenten van zelfreflectie, kringgesprek en verwerkingsopdrachten. Resultaten van kleinschalige studies naar de effectiviteit van het programma laten zien dat deelnemers zich na de R&W training weerbaarder voelen, een positievere identiteit ervaren en meer actieve dan passieve copingmechanismen gebruiken (Ykema, Hartman, & Imms, 2006). Een recente studie naar het effect van R&W op de preventie van seksuele agressie (De Graaf, De Haas, Zaagsma, & Wijssen, 2015) toont aan dat jongens (14-17 jaar) een afname van coërcieve strategieën en verbale manipulatie rapporteerden. Bij de follow-upmeting rapporteerden ze ook een verbetering in zelfregulatie en algemene eigen effectiviteit. Om onder andere het effect op pesten na het volgen van R&W te onderzoeken is er in 2015-2016 een grootschalig onderzoek gestart naar de interventie Rots en Water bij basisschoolkinderen uit de groepen 6, 7 en 8 van het regulier primair onderwijs (Reitz, Mertens, Van Londen & Dekovic, 2019). Hieruit kwam naar voren dat de leerlingen die R&W hadden gevolgd sterkere verbeteringen rapporteerden dan de leerlingen in de controlegroep op twee vormen van pesten (fysiek gepest worden, pesten 'overig'), op zelfregulatie, zelfvertrouwen en op depressieve gevoelens. Als aanvulling op deze studie is ook aan de leerkrachten van de deelnemende scholen, zowel de interventie groep als

de controlegroep, gevraagd om een korte vragenlijst met betrekking tot pesten in te vullen op de voor- en nameting. Via deze weg is het mogelijk om te onderzoeken of de zelfrapportage van de leerlingen overeenkomt met de perceptie van de leerkrachten. Voor een samenvatting van het artikel van Reitz e. a. (2019) zie kader 1.

Kader 1: *Samenvatting Reitz E., Mertens, E., Van Londen, M., & Dekovic, M. (2019). Veranderingen in sociale veiligheid, competentiebeleving en depressieve gevoelens van basisschoolkinderen die het interventieprogramma Rots en Water ontvangen: een vergelijkingsstudie.*

Deze studie had als doel om veranderingen in sociale veiligheid (pesten en gepest worden), competentiebeleving (zelfregulatie, globaal zelfvertrouwen en sociale acceptatie) en depressieve gevoelens te onderzoeken wanneer het interventieprogramma Rots en Water (R&W) wordt toegepast. Ook werd onderzocht of er sekseverschillen waren in de veranderingen. Een totaal van 1203 basisschoolleerlingen tussen 7 en 14 jaar oud ($M = 10,08$; $SD = 0,97$; 48,6% meisjes) participeerden in het onderzoek; ze waren afkomstig van 17 scholen die willekeurig zijn toegewezen aan de interventiegroep (11) of de controlegroep (6) en vulden voor en na de interventie vragenlijsten in. Wanneer de voor- en nameting apart voor de interventiegroep en de controle-groep werden vergeleken, rapporteerden kinderen in de interventiegroep een afname in twee vormen van pesten, een afname in bijna alle vormen van gepest worden, een hogere mate van zelfregulatie, globaal zelfvertrouwen en sociale acceptatie en een afname van depressieve gevoelens. In de controlegroep werden slechts twee veranderingen gevonden. Wanneer verschillen tussen de interventiegroep en controlegroep in verandering over tijd werden onderzocht, bleek dat zij verschilden wat twee vormen van pesten betreft (fysiek gepest worden, pesten 'overig'), qua zelfregulatie en zelfvertrouwen en qua depressieve gevoelens. De leerlingen die R&W hadden gevolgd, rapporteerden grotere verbeteringen dan de leerlingen in de controlegroep. Er werden geen sekseverschillen gevonden in veranderingen over tijd tussen de verschillende groepen en ook niet binnen de interventiegroep. Het lijkt belangrijk om onderscheid te maken tussen verschillende vormen van pesten en gepest worden. De resultaten geven geen aanleiding voor een seksspecifieke aanpak van R&W. Implicaties voor vervolgonderzoek en de klinische praktijk worden besproken.

Methode

Training en programma

De leerkrachten uit de interventiegroep en de controlegroep waren voorafgaand aan het onderzoek onervaren met de interventie Rots en Water. De deelnemende scholen werden random toegewezen door een notaris aan de interventie of de controlegroep. De leerkrachten uit de interventiegroep namen vervolgens deel aan de 3-daagse Rots en Water basistraining. Daarna gaven zij tussen de twee meetmomenten, in de periode november 2015 - maart 2016, 13 klassikale Rots en Water lessen aan hun leerlingen van circa 45 minuten, gegeven in de gymzaal of speellokaal. Verder werden de leerkrachten gestimuleerd om de Rots en Water termen ook in de klas en op het speelplein te gebruiken. Ter ondersteuning hiervan ontvingen zij voor elke leerling een leerling werkboek waar de oefeningen van elke les, de samenvatting van elke les, alsmede vragen en verwerkingsopdrachten in stonden. Wanneer ze vragen hadden over de uitvoering van de interventie konden ze desgewenst gebruik maken van een Rots en Water coach.

Participanten en Instrumenten

Het betreft een vragenlijststudie waar de leerkrachten van groep 6, 7 en 8 van 17 basisscholen aan deelnamen. In totaal deden 56 leerkrachten mee, 11 interventiescholen (N = 32) werden vergeleken met 6 care-as-usual scholen (N = 24). De onderzoeksgegevens werden op twee meetmomenten verkregen, de voormeting (oktober/november 2015) en de nameting (maart/april 2016). Om de leerkrachten niet te veel te belasten en om de respons te maximaliseren werd gebruik gemaakt van een korte vragenlijst betreffende pesten. De vragen zijn afgeleid van de Bullying and Victimization-vragenlijst (Olweus, 1996) aangepast voor leerkrachten. De vragenlijst bestond uit vragen over hoe vaak de leerkrachten waren

geconfronteerd met pestgedrag, hoeveel leerlingen er uit hun klas werden gepest (slachtoffer) en hoeveel leerlingen uit hun klas hadden gepest (daders). Om begripsverwarring te voorkomen stond bovenaan de vragenlijst een duidelijke definitie van pesten (zie afbeelding 1). De tijdsperiode was duidelijk en hetzelfde in lengte voor de voor als de nameting. Op de voormeting werd bijvoorbeeld gevraagd: ‘Hoe vaak bent u sinds de zomervakantie met pestgedrag op uw school geconfronteerd?’ en op de nameting: ‘Hoe vaak bent u sinds de kerstvakantie met pestgedrag op uw school geconfronteerd?’ Hierbij werd rekening gehouden met de datum waarop de scholen na de zomervakantie waren begonnen. De drie vragen die in het huidige artikel behandeld zullen worden zijn:

- 1) Zijn er leerling(en) uit uw klas die door andere leerlingen uit uw klas zijn gepest sinds de zomervakantie? Zo ja, om hoeveel leerlingen gaat het?
- 2) Zijn er leerling(en) uit uw klas die andere leerlingen uit uw klas hebben gepest sinds de zomervakantie? Zo ja, om hoeveel leerlingen gaat het?
- 3) Hoe vaak bent u sinds de zomervakantie met pestgedrag op uw school geconfronteerd?
 - A: Ik werd er niet mee geconfronteerd want er werd niet gepest.
 - B: Ik werd er slechts één of twee keer in totaal mee geconfronteerd.
 - C: Ik werd er gemiddeld één of twee keer per maand mee geconfronteerd.
 - D: Ik werd er gemiddeld één keer per week mee geconfronteerd.
 - E: Ik werd er verschillende keren per week mee geconfronteerd.
 - F: Ik werd er elke dag mee geconfronteerd.

Ondanks dat de vragenlijst voor de leerkrachten niet gevalideerd is, kan ze wel dienen als instrument om te onderzoeken of de perceptie van de leerkrachten overeenkomt met de zelfrapportages van de basisschoolkinderen uit het artikel van Reitz e. a. (2019).

Afbeelding 1: Definitie van pesten zoals gepresenteerd op de vragenlijst voor leerkrachten.

Onderstaande definitie werd gehanteerd voor pesten bij de leerlingen:

Pesten is dat één of meer kinderen een ander kind keer op keer lastig vallen. Pesten is dus, dat je steeds opnieuw vervelend doet tegen iemand anders. Voor degene die gepest wordt is het moeilijk om zich te verdedigen.

Pesten kan op verschillende manieren gebeuren. Bijvoorbeeld, door ...

- iemand te slaan, of te schoppen of te knijpen***
- iemand zijn spullen af te pakken zonder dat die dat wil, of door het kapot te maken***
- iemand belachelijk te maken, uit te schelden, of gemene dingen tegen te zeggen***
- vaak over iemand te roddelen***
- iemand niet mee te laten doen aan spelletjes of andere dingen die je samen doet***

Pesten kan ook via de computer of je mobiel, via WhatsApp, Facebook, of andere digitale media.

Pesten is dus niet een ruzie tussen één of meer kinderen die ongeveer even sterk zijn. Pesten is ook niet plagen of een geintje. Pesten is als je steeds opnieuw vervelend doet tegen iemand anders.

Analyseplan

IBM SPSS Statistics for Windows, versie 25, is gebruikt voor alle analyses. Allereerst is met gepaarde t-toetsen, apart voor de interventie- en controlegroep, onderzocht of er verschillen zijn tussen de voor- en nameting op het gebied van pesten, gepest worden, en de frequentie van pesten. Vervolgens is onderzocht of veranderingen over tijd significant verschillen tussen de interventiegroep en controlegroep. Hiertoe zijn herhaalde metingen anova's uitgevoerd met tijd (T1 en T2) als *within* variabele en conditie (interventie en controle) als *between* variabele.

Resultaten

De resultaten van de gepaarde t-toetsen, apart voor de interventie- en controlegroep, zijn te vinden in tabel 1. In totaal zijn er meer verschillen gevonden tussen T1 en T2 voor de interventiegroep in vergelijking met de controlegroep. Met betrekking tot pesten rapporteerden leerkrachten uit de interventiegroep dat zowel het aantal leerlingen dat gepest werd, het aantal

leerlingen dat pestten, en de frequentie van het pesten afnam over tijd. De leerkrachten uit de controlegroep rapporteerden over tijd een toename in het aantal leerlingen dat gepest werd. Verder werden er in de controlegroep geen verschillen gevonden tussen de voor en nameting met betrekking tot het aantal leerlingen dat pestten en de frequentie van het pesten. Deze resultaten lijken te suggereren dat de interventiegroep voordeel zou kunnen hebben van deelname aan de R&W lessen. Met herhaalde metingen ANOVA is vervolgens onderzocht of de verschillen in rapportage tussen de interventiegroep en controlegroep significant zijn (zie tabel 1.)

Wat de perceptie van pesten betreft, werd er een verschil gevonden tussen de interventiegroep en de controlegroep voor het aantal leerlingen dat gepest werd (slachtoffers), waarbij de interventiegroep een afname rapporteert en de controlegroep juist een toename. Verder werd er een verschil gevonden in de frequentie van het pesten, waarbij de interventiegroep een afname rapporteert en de controlegroep geen verandering over tijd rapporteert. Voor het aantal leerlingen dat pestten (daders) is geen significant verschil gevonden tussen de twee groepen. De effectgroottes (Partial Eta Squared) varieerden van .07 (gemiddeld) tot .17 (groot).

Tabel 1: Gepaarde *t*-toets voor interventie en controlegroep en groepsvergelijkingen in gemiddelde veranderingen over tijd.

Variabele	Interventiegroep (n = 32)		Controlegroep (n = 24)		Herhaalde metingen anova			
	M (SD)		M (SD)		t		F	Partial Eta Squared
	T1	T2	T1	T2				
Leerlingen die gepest worden	1,56 (1,46)	1,03 (1,09)	2,198*	0,88 (0,90)	1,60 (1,99)	-2,085*	9,378**	0,148
Leerlingen die pesten	2,03 (1,96)	1,23 (1,80)	2,169*	1,13 (1,54)	1,42 (1,82)	-0,703	3,834	0,066
Frequentie pestgedrag	2,88 (1,16)	2,25 (0,80)	3,304**	2,33 (1,01)	2,67 (1,20)	-1,556	11,180**	0,172

Legenda: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

Discussie

De huidige studie heeft onderzocht of vanuit het perspectief van de groepsleerkrachten het pesten (slachtoffers, daders, en de frequentie) afname bij basisschoolkinderen (groep 6, 7 en 8) na het volgen van 13 Rots en Water lessen. Wanneer de voor- en nameting werden vergeleken, apart voor de interventiegroep en de controlegroep, rapporteerden leerkrachten in de interventiegroep een afname over tijd in zowel het aantal leerlingen dat gepest werd, het aantal leerlingen dat pestten, en de frequentie van het pesten. In de controlegroep werd geen verandering gevonden op het aantal leerlingen dat pestten en de frequentie van pesten en werd juist een toename gerapporteerd in het aantal leerlingen dat gepest werd. Wanneer verschillen tussen de interventiegroep en controlegroep in verandering over tijd werden onderzocht, bleek dat ze verschillen op twee van de drie punten. De leerkrachten waarvan de leerlingen aan de R&W lessen hebben deelgenomen rapporteerden grotere verbeteringen dan de leerkrachten uit de controlegroep op het aantal leerlingen dat gepest werd, en de frequentie van het pesten. De huidige resultaten ondersteunen de uitkomsten in het onderzoek van Reitz e. a. (2019), waarbij de leerlingen in de R&W conditie ook een afname in pesten rapporteerden. Dat het gedrag van de leerlingen daadwerkelijk veranderd is en niet alleen de perceptie van gedrag wordt door dit aanvullende onderzoek ondersteund. De uitkomsten sluiten ook aan bij reviews waarin werd geconcludeerd dat school-based antipestprogramma's effectief zijn in het verminderen van pesten en gepest worden (bijvoorbeeld: Ttofi & Farrington, 2011). Er zijn echter een aantal beperkingen bij het huidige onderzoek te noemen. Allereerst is er gekozen voor een zeer eenvoudige korte vragenlijst voor de leerkrachten om de belasting zo laag mogelijk te houden en de respons te maximaliseren. Daarnaast lag de focus bij de vragen voor de leerkrachten alleen op pesten. De R&W interventie heeft echter een veel bredere doelstelling dan alleen het verminderen en/of voorkomen van pesten. Bovendien waren de leerkrachten onervaren in het geven van de R&W lessen en hebben ze slechts 13 lessen gegeven in plaats van het volledige

programma en ten slotte ontbreekt er een follow-upmeting. Vanwege bovenstaande beperkingen moeten de resultaten met enige voorzichtigheid geïnterpreteerd worden. Voor toekomstig onderzoek raden we dan ook aan om de vragenlijst uit te breiden en de betrouwbaarheid ervan te verbeteren, om het hele R&W programma te onderzoeken waarbij de ervaring van de leerkracht als factor wordt meegenomen, alsmede een follow-upmeting te doen om langetermijneffecten in kaart te brengen.

Conclusie

In de huidige studie rapporteren de leerkrachten in de R&W conditie een afname in het aantal leerlingen dat gepest werd, het aantal leerlingen dat pestten, en de frequentie van pesten. Daarnaast rapporteren de leerkrachten in de R&W conditie in vergelijking met de controle conditie een significant sterkere afname in het aantal leerlingen dat gepest werd en de frequentie van pesten. Dit komt overeen met de uitkomsten van Reitz e. a. (2019), waaruit blijkt dat de leerlingen van deze leerkrachten o.a. een daling in pesten (fysiek pesten en ‘overig’ pesten) rapporteerden in vergelijking met de controleconditie. In vervolgonderzoek is het belangrijk om ook een follow-up meting te implementeren en om de vragenlijsten voor de leerkrachten te verbeteren en uit te breiden. Ondanks de beperkingen van de huidige studie zijn de resultaten relevant. Ze ondersteunen de positieve uitkomsten van het onderzoek naar basisschoolkinderen voor het reduceren van pesten in het primair onderwijs door middel van de interventie Rots en Water (Reitz, e. a. 2019).

Referenties

- Analitis, F., Velderman, M. K., Ravens-Sieberer, U., Detmar, S., Erhart, M., Herdman, M., Berra, S., Alonson, J. & Rajmil, L. (2009). Being bullied: Associated factors in children and adolescents 8 to 18 years old in 11 European countries. *Pediatrics*, 123-2, 569-577.
- De Graaf, I., De Haas, S., Zaagsma, M., & Wijssen, C. (2015). Effects of Rock and Water: An intervention to prevent sexual aggression. *Journal of Sexual Aggression*, 22, 4-19.
<http://dx.doi.org/10.1080/13552600.2015.1023375>
- Fekkes, M., Pijpers, F. I. & Verloove-Vanhorick, S. P. (2005). Bullying: Who does what, when and where? involvement of children, teachers and parents in bullying behavior. *Health Education Research*, 20(0268-1153; 0268-1153; 1), 81-91.
- Fisher, H. L., Moffitt, T. E., Houts, R. M., Belsky, D. W., Arseneault, L. & Caspi, A. (2012). Bullying victimisation and risk of self harm in early adolescence: longitudinal cohort study. *BMJ*, 344(e2683), 1-9.
doi:10.1136/bmj.e2683.
- Huitsing, G., Veenstra, R., Sainio, M. & Salmivalli, C. (2012). "It must be me" or "It could be them?": The impact of the social network position of bullies and victims on victims' adjustment. *Social Networks*, 34, 379-386.
- Nishina, A. & Juvonen, J., (2005). Daily reports of witnessing and experiencing peer harassment in middle school. *Child Development*, 76, 345-450.
- Olweus, D. (1996). *The revised Olweus bully/victim questionnaire*. Bergen, Norway: Research Center for Health Promotions (HEMIL Center), University of Bergen.
- Ttofi, M.M., & Farrington, D.P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7, 27-56. doi:10.1007/s11292-010-9109-1
- Reitz E., Mertens, E., Van Londen, M., & Dekovic, M. (2019). Veranderingen in sociale veiligheid, competentiebeleving en depressieve gevoelens van basisschoolkinderen die het interventieprogramma Rots en Water ontvangen: een vergelijkingsstudie. *Tijdschrift Klinische Psychologie* 49-1, 38-57.
- Verlinden, M., Veenstra, R., Ghassabian, A., Jansen, P. W., Hofman, A., Jaddoe, et al. (2014). Executive Functioning and Non-Verbal Intelligence as Predictors of Bullying in Early Elementary School. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 42, 953-966.
- Winsper, C., Lereya, T., Zanarini, M. & Wolke, D. (2012). Involvement in bullying and suicide-related behavior at 11 years: a prospective birth cohort study. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 51, 271-282.
- Witvliet, M., Tillaart, H. van den, Bergen, K. van, Mooij, T., Fettelaar, D., Wit, W. de, & Vierke, H. (2012). Sociale veiligheid in en rond scholen. *Primair onderwijs 2010-2012. Voortgezet onderwijs 2006-2012*. Nijmegen: ITS Radboud Universiteit; Amsterdam: Regioplan.
- Ykema, F., Hartman, D., & Imms, W. (2006). *Bringing it together: Includes 22 case studies of Rock & Water in practice in various settings*. Callaghan, Australia: University of Newcastle, Family Action Centre and Gadaku Institute.