

Respons, omgaan met pesten en groepsdruk in het onderwijs

Werkblad beschrijving interventie op het niveau Goed Beschreven

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende kennisinstituten:



Colofon

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Naam organisatie: Stichting Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij
E-mail: info@nivm.nl
Telefoon:

Website (van de interventie): www.nivm.nl

Contactpersoon 1

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam contactpersoon: Wouter Schols
E-mail: schols@nivm.nl
Telefoon: 06-46433282

Contactpersoon 2 (indien van toepassing)

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam contactpersoon:
E-mail:
Telefoon:

Referentie in verband met publicatie

Naam auteur
interventiebeschrijving: Wouter Schols
Titel interventie: Respons, omgaan met pesten en groepsdruk in het onderwijs
Databank(en):
Plaats, instituut: Utrecht, NIVM
Datum: Oktober 2023

Het werkblad is een invulformulier voor het maken van een interventiebeschrijving, geordend naar onderwerp (doelgroep, doel, enzovoort). De onderwerpen volgen de criteria voor beoordeling.

De interventiebeschrijving is een samenvatting van de beschikbare schriftelijke informatie over de interventie voor de bezoeker van de databanken effectieve interventies en voor de erkenningscommissie interventies.

De informatie is van belang voor de beoordeling van de kwaliteit, effectiviteit en randvoorwaarden van de interventie.

Gebruik bij het invullen van dit werkblad de bijbehorende handleiding.

Inhoudsopgave

Colofon	2
Inhoudsopgave	3
0 Samenvatting	4
0.1 Aanleiding voor de interventie (probleemstelling in het kort)	4
0.2 Korte samenvatting van de interventie	4
0.3 Doelgroep	4
0.4 Doel	4
0.5 Aanpak	4
0.6 Materiaal	4
0.7 Onderbouwing	4
0.8 Onderzoek	4
Uitgebreide beschrijving	5
Beschrijving interventie	5
1.1 Doelgroep	5
1.2 Doel	6
1.3 Aanpak	6
Uitvoering	7
Onderbouwing	8
Onderzoek	9
4.1 Onderzoek naar de uitvoering van de interventie	9
Aangehaalde literatuur	10
Praktijkvoorbeeld	29

0 Samenvatting

Maximaal anderhalf A-4tje, max 700 woorden

0.1 Aanleiding voor de interventie (probleemstelling in het kort)

- Max 150 woorden

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

0.2 Korte samenvatting van de interventie

- Max 150 woorden

Respons omgaan met pesten en groepsdruk (vanaf nu Respons) is een preventieve beweegmethode die leerlingen uit de bovenbouw van het basisonderwijs leert omgaan met pesten en groepsdruk. De basis van Respons wordt gevormd door een op vechtsport gebaseerde pedagogische methode. Deze is uitgewerkt in een lessenreeks van zeven lessen voor het basisonderwijs. De lessen zijn afgestemd op de doelgroep. Sport wordt ingezet als pedagogisch instrument om de benodigde vaardigheden en inzichten over te brengen op de deelnemers. Uniek aan Respons is dat het de leerlingen op een leuke en fysieke manier uitdaagt zelf te werken aan het oplossen van problemen.

Tijdens de lessen worden leerlingen getraind in het weloverwogen, proportioneel en oplossingsgericht reageren op dreigende situaties (zoals pesten of groepsdruk). We noemen dit ook wel de flexibele respons. Ze leren situaties zelf te beoordelen en de juiste reactie te geven op gebeurtenissen die een andere (flexibele) reactie (respons) vragen.

0.3 Doelgroep

- Max 150 woorden

De doelgroep van Respons bestaat uit alle leerlingen in de bovenbouw van het basisonderwijs (groep 6, 7, 8). Dit zijn leerlingen in de leeftijd van 9 t/m 12 jaar.

0.4 Doel

- Max 150 woorden

Leerlingen zijn in staat om in peestsituaties weloverwogen, proportioneel en oplossingsgericht te handelen, waardoor deze situaties verminderen.

0.5 Aanpak

- Max 150 woorden

Respons kent de volgende fasen:

1. Voorbereidingsfase
 - o Startbijeenkomst
 - o Opleiden trainers
 - o Inplannen van lessen
2. Uitvoeren
 - o 7 lessen Respons van 50-60 minuten
 - o Themabijeenkomst voor uitvoerders
 - o Inzet communicatie
 - o Afnemen monitoringslijsten
3. Vervolg (OPTIONEEL)
 - o Eventueel doorstroom naar clubs in de omgeving

0.6 Materiaal

- Max 150 woorden
- Programma startbijeenkomst
- Handboek Omgaan met pesten en groepsdruk in het basisonderwijs (beschrijving van de methode en volledig uitgeschreven lessenreeks)
- Respons communicatiepakket
- Intake- en Evaluatieformulieren Respons
- Sport- en spelmaterialen docenten voor uitvoering van de lessen

0.7 Onderbouwing

- Max 150 woorden

In de onderbouwing worden de beïnvloedbare factoren met betrekking tot pesten op de basisschool beschreven en gekoppeld aan de (sub)doelen, doelgroep en aanpak van de interventie. Hiervoor wordt het sociaalecologisch model gebruikt. De interventie richt zich vooral op de beïnvloedbare factoren die bijdragen aan het weloverwogen, proportioneel en oplossingsgericht handelen in peestsituaties. Doormiddel van (bewegings)principes ontleend uit de vechtsport worden leerlingen fysiek weerbaarder gemaakt. Voor het vergroten van sociale competenties wordt gebruikt gemaakt van principes uit assertiviteitstrainingen en sterke lichaamstaal. Cognitieve competenties worden vergroot door de vaste opbouw van lessen waarin het sociale informatieverwerkingsproces en het probleemoplossend denken worden bevorderd. Respons draagt bij aan het vergroten van emotionele competenties door middel van discussie, feedback, modeling en coaching. Doordat leerlingen de Respons opdrachten met elkaar uitvoeren leren zij van elkaar en zijn zij een voorbeeld voor elkaar.

0.8 Onderzoek

- Max 150 woorden

Voor de interventie is i.s.m. NOC*NSF een procesevaluatie uitgevoerd. In de procesevaluatie zijn onder andere het bereik van de interventie, de ervaringen van zowel uitvoerders als deelnemers en aanbevelingen opgenomen.

De meest relevante uitkomsten zijn:

- Leerlingen hebben veel plezier in de Respons-lessen.
- Docenten en ouders geven aan dat sinds de trainingen het gedrag van de jongeren positief is veranderd. Hulp vragen, grenzen stellen, het zoeken naar andere handelingsmogelijkheden werden als grote veranderingen aangegeven.
- Scholen verankeren de interventie in het beleid van de school zelf.
- Het inzetten van vechtsport als middel heeft de deuren van onderwijsinstellingen geopend voor vechtsportverenigingen.

In 2018 is er een nieuwe procesevaluatie uitgevoerd onder de uitvoerders van de interventie. De meest relevante uitkomsten hiervan zijn:

- De methode wordt als praktisch en uitvoerbaar ervaren. Alle uitvoerders volgen de 7 lesthema's. Indien nodig wordt er in de volgorde van de werkvormen en de plaats van reflectiegesprekken aanpassingen gedaan tijdens de les.
- Kinderen leren zichtbaar volgens trainers en docenten. Reacties kinderen:
 - *Weet hoe ik grenzen kan aangeven*
 - *Ik ben zelfverzekerder geworden*
 - *Ik vind de Responslessen leuk*

1. Uitgebreide beschrijving

Beschrijving interventie

Het werkblad is ook geschikt voor een samenvattende beschrijving van complexe of samengestelde interventies. Dit zijn interventies die uit twee of meer afzonderlijke onderdelen bestaan. Denk aan interventies met aparte onderdelen voor verschillende doelgroepen, zoals een leefstijlinterventie die zowel gericht is op de community als op de school als op de individuele docent. Of aan interventies met verschillende modules die bij een doelgroep 'op maat' worden toegepast.

Naarmate er meer onderdelen zijn is het aan te bevelen de structuur visueel weer te geven in een schema. Dit geldt met name voor de subdoelen en voor de aanpak van de interventie. Zie ook de aanwijzingen in de handleiding.

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep – max 100 woorden

Wat is de uiteindelijke doelgroep van de interventie? Beschrijf dit zo concreet mogelijk.

De doelgroep van Respons bestaat uit alle leerlingen in de bovenbouw van het basisonderwijs (groep 6, 7, 8). Dit zijn leerlingen in de leeftijd van 9 t/m 12 jaar.

Intermediaire doelgroep – max 100 woorden

Zijn er intermediaire doelgroepen? Zo ja, welke?

N.v.t.

Selectie van doelgroepen – max 250 woorden

Hoe wordt de (intermediaire) doelgroep geselecteerd? Zijn er eventueel inclusie criteria of contra-indicaties? Zo ja, welke?

Respons is een algemene, universele (preventieve) aanpak en daarmee niet alleen gericht op groepen waar de genoemde problemen erg groot zijn. Alle leerlingen in de bovenbouw van het basisonderwijs kunnen deelnemen. Er zijn geen specifieke contra-indicaties of exclusiecriteria.

Betrokkenheid doelgroep – max 150 woorden

Op welke manier was de doelgroep (eventueel) betrokken bij de (door)ontwikkeling van de interventie?

De Respons methodiek en de bijbehorende lessenreeksen zijn door ervaringsdeskundigen, waaronder een budopedagoog, een opleidingsdeskundige en een team van ervaren club-adviseurs opgesteld, waarbij de doelgroep 'leerlingen' indirect betrokken is geweest. Het team van ontwikkelaars werkte al jaren samen met de doelgroep en vanuit deze hoedanigheid is dat van invloed geweest op de ontwikkeling van de interventie en de wijze van overdracht. De 'hulpvraag' vanuit het onderwijs en de verschillende problematieken die zij en de leerlingen kennen, zijn aanleiding geweest voor de ontwikkeling van de interventie. In gesprekken met hen zijn de problemen die ze tegenkomen de basis geweest voor de opbouw van de methodiek en zijn de gekozen werkvormen getoetst in het werkveld van de adviseurs. Uitgangspunt bij dit laatste is geweest dat de gebruikte werkvormen voorwaardelijk zijn om de beschreven doelen te realiseren van de lessen, maar ook dat ze leuk zijn.

1.2 Doel

Hoofddoel – max 100 woorden

Wat is het hoofddoel van de interventie? Beschrijf dit zo concreet mogelijk in termen van gedrag van de einddoelgroep.

Leerlingen zijn in staat om in pestsituaties weloverwogen, proportioneel en oplossingsgericht te handelen, waardoor deze situaties verminderen.

Toelichting:

Niet iedere situatie vereist dezelfde reactie (respons). Leerlingen handelen weloverwogen (bewust gekozen gezien de situatie), proportioneel (in verhouding met de provocatie) en oplossingsgericht (daadwerkelijk bijdragen aan het oplossen en geen verdere escalatie van pestgedrag). Zij geven op basis van de situatie een 'flexibele respons'.

Subdoelen – max 350 woorden

Wat zijn de subdoelen van de interventie? Beschrijf deze zo concreet mogelijk. Indien van toepassing: welke subdoelen horen bij welke intermediaire doelgroepen? Geef voor elke intermediaire doelgroep minimaal één subdoel aan.

Respons is een preventieve lessenreeks waarbij de deelnemende kinderen het leveren van een 'flexibele respons' in pestsituaties aanleren. Met de onderstaande subdoelen wordt aan deze flexibele respons gewerkt. Let wel, de ontwikkeling per kind op deze subdoelen zijn voor alle kinderen verschillend gezien de diversiteit in persoonlijke situatie. Dit komt door het preventieve karakter van de interventie. De groep is niet homogeen, met bijvoorbeeld allemaal kinderen die gepest worden en/ of laag scoren op de bijvoorbeeld hun sociale competentie. In de Respons lessen gaat het niet om het aanleren van algemene vaardigheden, maar om vaardigheden die kinderen in voor het individu specifieke pestsituaties kunnen gebruiken om tot de juiste oplossing te komen. Dit betekent dat het leereffect tussen leerlingen kan verschillen. Voor de een kan de focus bijvoorbeeld liggen op het aanleren van een assertieve lichaamshouding, terwijl een ander juist leert om gevoelens/gedrag van anderen beter te interpreteren. Daarnaast worden 'pesters' en 'gepesten' niet gescheiden. Om toch inzicht te geven hoe de verschillende subdoelen voor de verschillende groepen bij kunnen dragen aan de voor hen wenselijke flexibele respons wordt dit per subdoel met voorbeelden uitgeschreven. In de lessen wordt dit onderscheid niet gemaakt, iedereen doet met alle onderdelen mee. De trainer kan op basis van de intake, indien gewenst extra individuele aandacht geven.

Subdoelen einddoelgroep:

1. Leerlingen vergroten hun fysieke competentie door hun eigen lichaamskracht te leren kennen, te vergroten en te kunnen gebruiken als reactie op voor hen bedreigende situaties. Na de lessen kunnen (pesters en gepesten) bijvoorbeeld aan de hand van bewegings- en ademhalingsoefeningen (balans, houding, ademkracht) sterker staan. Daarnaast kunnen de leerlingen (gepesten) verschillende verdedigingstechnieken die zij kunnen gebruiken als zij worden aangevallen of vastgepakt.
2. Leerlingen vergroten hun sociale competentie door assertiever te leren reageren in pestsituaties en sterke lichaamstaal hierbij te gebruiken. Hierbij leren leerlingen (gepesten) voor zichzelf opkomen, hun eigen grenzen te voelen en stellen en deze verdedigen. Aan de hand van vier stappen en de vijf bijbehorende confrontatieregels kunnen de leerlingen assertief (met lichaamstaal, aankijken, stem) reageren in een voor hen bedreigende situatie.

Tijdens de Respons lessen wordt lichaamstaal bijvoorbeeld getraind met de strandhouding versus de tunnelhouding (beide groepen)

3. Leerlingen vergroten hun cognitieve competentie door het sociale informatieproces beter te leren doorlopen en zelf naar een oplossing van een probleem te zoeken. Kinderen krijgen vooraf geen kant en klare oplossing, maar leren met elkaar 'opzoek' te gaan naar de oplossing van de in de les gepresenteerde problemen. Bijvoorbeeld: 'hoe kun jij je grens aangeven?' om vervolgens te leren hoe ze dat (nog) beter kunnen doen.

4. Leerlingen vergroten hun emotionele competentie door met hun eigen en andermans emoties en gevoelens om te leren gaan. Bijvoorbeeld door aangeven van gevoel (ja-, nee- of twijfelgevoel), of het uitbeelden van verschillende gevoelens en emoties. Vervolgens wordt met de andere leerlingen besproken welke gevoelens zij zien, waaraan zij dat kunnen zien en of de gevoelens kloppen. Dit geldt voor alle leerlingen

5. Leerlingen vergroten hun zelfvertrouwen door het aanleren van bovengenoemde competenties. Door in de les te bouwen aan positieve ervaringen (ik weet dat ik het kan, omdat ik het daadwerkelijk heb ervaren) vergroten ze (hele groep) hun zelfvertrouwen.

6. Leerlingen leren van elkaar, doordat ze de opdrachten met elkaar uitvoeren.

Er wordt veel in groepsverband of in tweetallen gewerkt. Veel oefeningen zijn gericht op onderling contact en vertrouwen tussen de leerlingen.

Bijvangst/neveneffect:

- Leerlingen maken op een laagdrempelige manier kennis met (vecht)sport en stromen waar mogelijk door naar een club in de buurt.

Randvoorwaardelijk doel:

- Leerlingen nemen met plezier deel aan de lessen.

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie – max 200 woorden

A: Wat is de opbouw van de interventie? Welke fases of stappen kun je onderscheiden?

B: Wie is de aanvrager of initiatiefnemer van de interventie en op welke manier en vanaf welke fase of bij welke stap (zie A) is deze betrokken?

C: Wat is de omvang van de interventie? (duur/doorlooptijd, aantal contacten, duur van de contacten)? Geef dit aan per fase of stap (zie A).

Om lokaal uitvoering te kunnen geven aan de interventie Respons worden onderdelen vanuit de interventie-eigenaar overgedragen aan de lokale uitvoerder(s). Afnemer van de interventie zijn vooral gemeentelijke organisaties, sportservices, provinciale organisaties sport en het onderwijs. Uitvoering ervan ligt bij combi functionarissen, buurtsport coaches, LO docenten en trainers.

Om uitvoering te geven aan Respons is geen ervaring met vechtsport nodig, wel dient de docent over didactische vaardigheden te bezitten.

Respons kent de volgende fasen:

Vooraf:

- o Werving van uitvoerders: onderwijs of gemeentelijke organisatie
1. Voorbereidingsfase (duur: afhankelijk lokale situatie en omvang van uitvoering. Gemiddeld 2 weken tot 2 maanden)
 - o Overdracht interventie via startbijeenkomst
 - o Opleiden trainers. Cursus van 2 volledige dagen, gegeven door het NIVM.
 - Inplannen van de lessen (automatisch werving van de einddoelgroep door het verplichte karakter van de lessen).
 2. Uitvoeren (duur: 7 weken per groep)
 - o 7 Respons lessen van 50-60 minuten.
 - o Jaarlijkse themabijeenkomst voor de uitvoerders
 3. Vervolg (optioneel)

Wordt lokaal bepaald. Doel is om de interventie in te bedden in het jaarprogramma van de school en de deelnemende leerlingen een vervolg aanbod te bieden in een sportclub

De interventie wordt gebruikt om leerlingen om te leren gaan met pesten en groepsdruk. Hierbij is geanalyseerd welke kennis, vaardigheden en inzichten (competenties) leerlingen nodig hebben om weloverwogen, proportioneel en oplossingsgericht te kunnen handelen in bepaalde (probleem)situaties..

Deze kennis, vaardigheden en inzichten zijn geclusterd in een aantal thema's die tijdens een serie van 7 lessen van 50-60 minuten op school aangeboden worden. Een thema omvat 1 of meer lessen

Inhoud van de interventie – max 1200 woorden

A: Welke concrete activiteiten worden uitgevoerd en -indien van toepassing- in welke volgorde of fases? Geef een korte omschrijving van de activiteiten. Het is voldoende als de lezer op hoofdlijnen een indruk krijgt van wat er gedaan wordt en hoe dit gedaan wordt. Besteed ook aandacht aan de werving van deelnemers.

B: Bij interventies op maat: geef aan welke activiteiten, op basis van welke criteria, op maat worden uitgevoerd.

C: Welke activiteiten moeten minimaal worden uitgevoerd om de gestelde doelen te behalen?

Werving van uitvoerders

De interventie wordt niet door de interventie-eigenaar zelf uitgevoerd, maar overgedragen naar lokale uitvoerders (buurtsportcoaches, buurtwerkers, combifunctionarissen, docenten, trainers). Hierdoor moeten deze uitvoerders voordat de inhoudelijke onderdelen van de interventie zelf kunnen starten, geworven worden.

- De lokale uitvoerders worden actief geworven vanuit het netwerk van de interventie-eigenaar of melden zichzelf aan via info@nivm.nl of via interventiedatabases

1. Voorbereidingsfase

Tijdens de voorbereidingsfase worden alle voorwaarden voor de uitvoering van de Responslessen geregeld.

- o Startbijeenkomst interventie uitvoerders

- o Opleiden trainers:

Alle uitvoerders volgen de Respons cursus. Deze cursus bestaat uit 2 volledige dagen en wordt georganiseerd en gegeven door de interventie eigenaar (het NIVM).

Intake met de scholen Voordat de Respons docent daadwerkelijk start met het geven van lessen, moet hij eerst voldoende informatie hebben over de situatie op school. Vragen die beantwoord moeten zijn:

- o Waarom heeft de school gekozen voor Respons?
- o In welke klas(sen) wordt de methode ingezet?
- o Zijn er specifieke problemen rondom het Respons thema?
- o Hoe zijn de verhoudingen in de klas?
- o Zijn er kinderen die speciale aandacht nodig hebben?

Tijdens een intakegesprek op school bespreekt de Respons docent deze vragen met de betreffende leerkracht(en). Zo krijgt hij een helder beeld van de situatie op de school. Ook maakt hij praktische afspraken met de groepsleerkracht, mentor of docent onder andere over de voorbereiding en uitvoering van de lessen. Een goede intake zorgt voor een heldere beginsituatie.

- o Inplannen van de lessen:

De uitvoering van de 7 lessen wordt ingepland in het schoolrooster. Optioneel kan het ook als onderdeel van het naschoolse aanbod of als onderdeel van aanbod door buurtsportcoaches of buurtwerkers in een wijkcentrum of andersoortige locatie worden georganiseerd. Deelname is dan op inschrijving,

- Hiermee wordt de werving van de einddoelgroep meteen ingevuld. Door het verplichte karakter van de lessen is er geen verdere inspanning tot werving noodzakelijk.

2. Uitvoeringsfase

Uitvoeren van lessen:

De Responstrainingen worden gegeven op school, sportzaal of in een wijkcentrum. Leerlingen kunnen in een vertrouwde omgeving de methodiek ervaren. De lessen zijn sportief, uitdagend en sluiten aan bij de belevingswereld en mogelijkheden van de deelnemende jongeren. Technische/ motorische vaardigheid is niet het hoofddoel van de sportlessen. De intensiteit van de lessen en de werkvormen zijn afgestemd op de leeftijdsgroep.

Aanpak Respons

Respons is een op vechtsport gebaseerde methode waarbij leerlingen kennis en vaardigheden aangereikt krijgen die het hen mogelijk moeten maken op een weloverwogen en effectieve wijze om te gaan met lastige of bedreigende situaties. Lastige of bedreigende situaties worden daarbij niet als 'probleem', maar als 'uitdaging' gepresenteerd. Respons gaat er daarbij vanuit dat je 'de keuze' hebt om het probleem aan te pakken. De methode Respons kent vier uitgangspunten:

1. De flexibele Respons

De methode Respons gaat uit van het principe dat het beter is om niet vanuit paniek te handelen, maar om bij een provocatie eerst goed te kijken naar de aard en omvang van de provocatie. Vervolgens kan

worden overgegaan tot een weloverwogen en proportionele Respons. Dus afhankelijk van de aard en omvang van de provocatie wordt een passende Respons gegeven.

Zo leert Respons bijvoorbeeld leerlingen die worden gepest of uitgedaagd om niet direct te reageren, maar om eerst te kijken en te luisteren. Wat wordt er precies gezegd en gedaan? Op basis daarvan zijn leerlingen in staat om weloverwogen en in verhouding met de provocatie te handelen. Leerlingen leren zo om een flexibele Respons te geven.

2. Bouwen op positieve ervaringen

In de Respons lessen worden leerlingen uitgedaagd om positief gedrag te oefenen. De voorwaarden worden gecreëerd om in concrete situaties het nieuwe gedrag te gebruiken en te ervaren dat dit succes heeft. In de lessen wordt er steeds gekeken wat een leerling al kan (positieve bekrachtiging) en wordt succesvol gedrag beloond. Op deze manier ontwikkelt zich bij de leerling het vertrouwen dat hij het nieuwe gedrag kan inzetten. Dit wordt ook wel zelfwaargenomen competentie genoemd; het weten dat je iets kunt, omdat je het daadwerkelijk hebt ervaren. Het bereiken van doelen en het opdoen van positieve ervaringen geeft zelfvertrouwen en motiveert om door te gaan en nieuwe stappen te zetten.

3. Thematische aanpak

Traditioneel is het vechtsportonderwijs erg techniekgericht. De voet moet zus, de teen moet zo. De vechtsporttrainer gaat uit van gestandaardiseerde, ideaaltypische technieken. Een techniek als bijvoorbeeld een trap of stoot staat in algemeen geldende termen precies omschreven. Van iedere leerling wordt verwacht dat hij aan deze eisen gaat voldoen. Respons volgt niet de technische benadering, maar kent een thematische aanpak. Om in de lessen niet de gestandaardiseerde ideaaltypische technieken aan te leren, maar om leerlingen te trainen op hun fysiek, sociale, emotionele en cognitieve competenties volgen alle lessen een vaste lesopbouw. Waar een lesopbouw met een 'warming-up', een 'kern 1', een 'kern 2' en een 'cooling-down' gangbaar is, wordt er bij Respons gebruik gemaakt van een themagerichte lesopbouw. De les kent de volgende vijf fasen en duurt in totaal 50-60 minuten:

1. Inleidende fase:

Hierin wordt het onderwerp (thema) van de les geïntroduceerd. Scholieren worden niet alleen fysiek, maar ook mentaal voorbereid op de les die gaat komen.

2. Probleem-oriëntatiefase:

In plaats van meteen met een oplossing (voorbeeld of techniek) te komen laten we de leerlingen het probleem zelf ervaren. Bijvoorbeeld 'hoe stevig sta je eigenlijk in je schoenen?'. Hoe ga ik hier nu mee om, zonder getraind te hebben. Hierbij is de sport het instrument om te ervaren.

3. Leerfase:

Hoe kan ik beter worden? In deze fase gaan de leerlingen trainen om beter te worden en het probleem (nog) beter aan te kunnen.

4. Toepassingsfase:

Heeft het geleerde ook echt nut? Kan ik het geleerde gebruiken en word ik daar beter van? In deze fase gaan ze al het geleerde gebruiken.

5. Afsluiting:

Wat hebben we geleerd? Wat heeft het jou opgeleverd? Heb je gemerkt dat je beter bent geworden? Wat kun je hiermee buiten de sportles (in relatie met omgaan met pesten)?

Noot: net als bij een reguliere sportles met een warming up, een kern 1, kern 2 en cooling down is er geen standaard tijd voor ieder deel. In het handboek is per les precies uitgewerkt hoe lang de werkvormen binnen dat lesdeel voor die les duurt.

4. Aandacht voor plezier

Uit onderzoek blijkt dat er ontzettend veel verschillende redenen zijn waarom mensen sporten.

Gezondheid, uiterlijk, noem maar op. Er is echter maar één reden waarom mensen daadwerkelijk blijven sporten: PLEZIER! Het is leuk! Ook de Respons lessen zijn gericht op het ervaren van plezier. En niet alleen voor de fun, maar ook omdat bij het ervaren van plezier er gemakkelijker geleerd wordt. Informatie wordt sneller opgenomen door de hersenen en beter onthouden. Plezierige lessen stimuleren dat leerlingen graag komen, gemotiveerd zijn en actief meedoen. Dit bevordert het bereiken van de gewenste gedragsverandering.

Alle Respons lessen zijn volledig uitgewerkt, weergegeven in het Respons handboek en bestaat uit 7 gestandaardiseerde lessen van 50-60 minuten:

- Les 1: Stevig in je schoenen staan
- Les 2: Stop, tot hier en geen stap verder!
- Les 3: De taal van je lichaam
- Les 4: Als het dan toch moet?! (deel1)
- Les 5: Als het dan toch moet?! (deel 2)
- Les 6: Hulp vragen en hulp bieden

- Les 7: Vertrouwen in jezelf en de ander

Met de leerlingen wordt in het probleem gedoken en bekeken wat de kenmerken zijn, wat je al kan, wat de uitdaging is en hoe je het (samen) aan kunt pakken. Iedere les heeft zo zijn eigen probleem voorkomend uit het thema van de betreffende les (bijvoorbeeld 'hoe kun je steviger in je schoenen staan') en dragen bij aan het hoofddoel en subdoelen van Respons. De vier competenties (fysiek, sociaal, cognitief en emotioneel) uit de subdoelen zijn uitgewerkt in specifieke leerdoelen voor de leerlingen. Deze staan volledig uitgeschreven in de handleiding voor de trainers.

Intervisie met uitvoerders (verplicht):

Uitvoerders volgen jaarlijkse een themabijeenkomst. Dit om verdere ontwikkeling van de trainers, kennis uitwisseling onderling en blijvende kwaliteitsimpuls te geven. Interventie eigenaar organiseert de bijeenkomst.

3. Vervolg (OPTIONEEL)

Het vervolg op de uitvoeringsfase is afhankelijk van de uitvoerende organisatie en wordt lokaal bepaald.

2. Uitvoering

Materialen – max 200 woorden

A: Welke materialen zijn beschikbaar voor de werving, uitvoering en evaluatie van de interventie?

B: Voor wie zijn de materialen bestemd en hoe verkrijgen ze de materialen? Maak eventueel een overzicht in een tabel.

Materialen verkrijgbaar bij interventie-eigenaar:

- Programma startbijeenkomst
- Handboek omgaan met pesten en groepsdruk in het basisonderwijs (beschrijving van de methode, kennis en achtergronden van de problemen en de doelgroep, volledig uitgeschreven lessenreeks)
- Respons communicatiepakket (flyers, beeldenbank, logo's, voorbeelden voor diploma's, deelnamekaartjes)
- Intake- en Evaluatieformulieren Respons (voor de lessen op scholen)

Materialen voor uitvoering van de lessen (indien nog niet in bezit, aan te schaffen door uitvoerder. Dit kan bij iedere willekeurige leverancier van sport- en spelmaterialen):

- Sport- en spelmaterialen trainers voor uitvoering van de lessen (stootkussen of pads, (tennis)ballen, blinddoeken, wasknijpers, stopwatch)
- Sport- en spelmaterialen op school (matjes, kasten, pionnen, springtouwjes e.d.)

Type organisatie en locatie – max 200 woorden

A: Welk soort organisaties kunnen de interventie uitvoeren? (zie eventueel ook 1.3 voor initiatiefnemers)

B: Op welk soort locaties kan de interventie worden uitgevoerd en wat zijn hierbij belangrijke randvoorwaarden?

De interventie wordt uitgevoerd binnen het basisonderwijs. De lessen worden onder schooltijd gegeven of na schooltijd wanneer de uitvoering bij bijvoorbeeld buurtsportcoaches ligt. De lessen vinden plaats in een gymzaal. Het optionele vervolg op de lessen op school is bij de uitvoerende (vecht)sportvereniging. Docenten van school zijn aanwezig tijdens de lessen

Opleiding en competenties van de uitvoerders – max 200 woorden

A: Welk soort professionals en vrijwilligers kunnen de interventie uitvoeren? Geef aan wie eindverantwoordelijk is en wie werkt onder verantwoordelijkheid van een projectleider of supervisor.

B: Welke specifieke competenties hebben de uitvoerders nodig in aanvulling op hun standaard professionele competenties?

Uitvoerders volgen de tweedaagse cursus 'Omgaan met pesten en groepsdruk in het basisonderwijs', gegeven door NIVM. Een Respons trainer hoeft geen zwarte band of vechtsportervaring te hebben. De aan de vechtsport ontleende oefeningen zijn relatief eenvoudig en vragen geen jarenlange oefening. Het is wel zaak om de achterliggende gedachtegang goed te snappen. Maar dit geldt evengoed voor trainers die wel een vechtsportachtergrond hebben. Respons lessen kunnen daarom verzorgd worden door sporttrainers maar ook door andere professionals zoals combinatiefunctionarissen, buurtsportcoaches, sportdocenten of leerkrachten. Didactische vaardigheid en goede omgang met de einddoelgroep zijn belangrijke competenties voor de Respons trainer.

De organisatie die de interventie wil uitrollen volgt met een team de startbijeenkomst. In deze bijeenkomst van een dagdeel worden alle werkbare elementen uit de interventie overgedragen, kennis over de doelgroep evenals achtergronden en theorie van de interventie gedeeld.

Kwaliteitsbewaking – max 200 woorden

A: Op welke manier bewaak je als interventie eigenaar de kwaliteit van de inhoud en de uitvoering van de interventie?

B: Indien van toepassing: Op welke manier faciliteer je de uitvoerders bij kwaliteitsbewaking wanneer er een andere uitvoerder is dan de interventie eigenaar zelf?

- Alle docenten/ uitvoerders worden vooraf geschoold in het werken met Respons. Deze scholing wordt lokaal georganiseerd.
- Alle geschoolde trainers ontvangen het handboek Respons met daarin uitgewerkt de methode en de 7 volledige lessen

- De organisatie die de interventie wil uitrollen volgt met een team de startbijeenkomst. In deze bijeenkomst van een dagdeel worden alle werkbare elementen uit de interventie overgedragen, kennis over de doelgroep evenals achtergronden en theorie van de interventie gedeeld
- Themabijeenkomsten voor trainers
Een keer per jaar wordt er door de interventie eigenaar een themabijeenkomst georganiseerd, Tijdens deze bijeenkomst worden de verschillende lokale Respons docenten met elkaar in contact gebracht, uitwisseling van kennis en ervaringen mogelijk gemaakt en verdere ontwikkeling van de trainer door interventie-eigenaar ondersteund.

Noot: Zowel bij kwaliteitsbewaking als opleiding zijn we uitgegaan van de ideaal typische situatie. Niet alle uitvoerders houden zich hieraan. Wel zijn deze onderdelen in onze ogen noodzakelijk om de benodigde kwaliteit te leveren en de gestelde doelen te kunnen behalen.

Randvoorwaarden – max 200 woorden

Wat zijn de organisatorische en contextuele randvoorwaarden voor een goede uitvoering van de interventie?

Organisatorisch:

- Goede samenwerking met de scholen.
Respons wil iets betekenen voor de leerlingen die op school te maken hebben met een bepaald probleem. Omdat de Respons trainer slechts een beperkt aantal lessen verzorgt, is het belangrijk dat de leerkracht actief betrokken wordt bij de Respons lessen. Op deze manier ervaart hij waar Respons over gaat. Met deze inzichten en ervaringen kan de leerkracht tijdens andere lessen inhaken op het thema. Als Respons trainer is het dus van belang om toe te zien op een actieve betrokkenheid van de leerkracht. Er is nog een andere reden waarom een goede samenwerking met de leerkracht belangrijk is. Wanneer tijdens de Respons lessen bijvoorbeeld blijkt dat een leerling meer specifieke zorg nodig heeft, moet de Respons trainer dit met de leerkracht bespreken.
 - o Groepsdocent is aanwezig tijdens de Responslessen.
 - o Verplichte deelname van leerlingen onder schooltijd.
 - o Beschikbaarheid van een gymzaal voor de uitvoeringen van de lessen.
- Goede samenwerking met de interventie-eigenaar.
- Deelname aan de Respons cursus door de lokale uitvoerders/ toekomstige Respons docenten.
- Deelname aan de jaarlijkse themabijeenkomst door de Respons docenten

Contextueel:

- Draagvlak voor Respons bij alle betrokken partijen (school, club, trainer en docent).
- Juiste uitvoering van de Respons lessen, waarbij de docent oog heeft/houdt voor plezier bij de leerlingen.
- Aanbieden van goed en vooral aansprekend vervolgaanbod, zodat leerlingen kunnen doorstromen naar het vervolgaanbod binnen de club. Hierbij is het een succesfactor als dit aanbod gelijk na school of zelfs binnen het naschoolse aanbod van de school wordt aangeboden.
- Inzet van de juiste communicatiemiddelen om inhoud en doel lessen te communiceren. En om met aansprekende middelen jongeren vervolgens naar het vervolgaanbod te 'trekken' en hen enthousiasmeren voor sportdeelname.

Implementatie – max 200 woorden

A: Op welke manier faciliteer je als interventie eigenaar de implementatie van de interventie wanneer je zelf de uitvoerder van de interventie bent? Wat gebruik je hierbij? Hoe doe je dat?

B: En op welke manier faciliteer de implementatie van de interventie wanneer er andere initiatiefnemers en uitvoerders zijn dan de interventie eigenaar zelf? Geef een samenvatting.

Overdracht van de interventie is georganiseerd vanuit de interventie-eigenaar naar de onderwijsorganisatie of gemeentelijke organisatie en daarbij betrokken docenten, trainers en / of buurtsportcoaches.

Verspreiding:

De cursus en de startbijeenkomst worden incompany (lokaal) aangeboden en georganiseerd. Ook ondersteund de interventie-eigenaar lokale clubs bij het opstellen van projectplannen waarbij Respons als basis wordt gebruikt. Daarnaast staat Respons als interventie in verschillende databases:

- loketgezondleven.nl
- sportenbeweeginterventies.nl
- registerleraar.nl
- gezondeschool.nl

Uitvoering:

Docenten, buurtsportcoaches en -werkers en trainers worden geschoold. Hiervoor nemen ze deel aan de Respons cursus (twee dagen). In de cursus wordt de basiskennis om Respons in de praktijk in te zetten overgedragen. Alle geschoolde trainers ontvangen het handboek met de uitgewerkte lessen en de beschrijving van de methode.

Voor uitvoerende organisatie:

- Startbijeenkomst;
Interventie-eigenaar organiseert bij aanvang een startbijeenkomst. In deze bijeenkomst worden alle randvoorwaardelijke/ organisatorische onderdelen behandeld van de interventie en van de lokale uitvoering.
- Jaarlijkse themabijeenkomst met de lokale Respondocenten
- Aanvullende ondersteuning door de interventie-eigenaar bij de organisatorische kant van de interventie (optioneel overdracht is dan op maat).

Kosten – max 200 woorden

Wat zijn de kosten van de interventie? Geef aan welke kostenposten er zijn en wie welke kosten betaalt. Benoem hierbij zowel de personele kosten (in aantallen uren) als de materiële kosten. Geef ook aan welke kosten eenmalig zijn (aanschaf materiaal bijvoorbeeld) en welke kosten structureel zijn. Bijvoorbeeld bij uitvoering op meerdere locaties of bij herhaling van de interventie. Werk met een tabel waarin de kosten goed inzichtelijk zijn.

Om lokaal uitvoering te kunnen geven aan de interventie Respons worden de onderstaande onderdelen vanuit de interventie-eigenaar overgedragen aan de lokale uitvoerder(s). Op deze manier kan de methode Respons op de juiste wijze ingebed worden in de onderwijssetting. Om uitvoering te geven aan Respons is geen ervaring met vechtsport nodig, wel dient de docent over didactische vaardigheden te bezitten.

1. **Startbijeenkomst:** om de kwaliteit van Respons te kunnen garanderen is een startbijeenkomst ontwikkeld, die helpt bij het op de juiste wijze implementeren van de interventie in de lokale setting. Startbijeenkomst van een dagdeel op locatie: €750,- per team.
2. **Train de trainer:** incompany cursus Respons, 4 dagdelen: €3499,-
Minimaal 8 deelnemers, maximaal 20. Inclusief handboeken en certificaat
3. **Inspiratiesessie:** themascholing in jaar 2 voor Respons docententeam à €750,-
4. **Gebruik materialen en rechten:** 3-jarig gebruik van de Responsmethode en lessenreeks, monitoring lijsten deelnemers, 500 flyers voor ouders/leerlingen, vrij gebruik beeldenbank en logo: €2500,-

Totale kosten: **€ 7499,- ex btw en ex reiskosten docenten NIVM**

Materialen voor uitvoering van de lessen komen hier nog bij en is afhankelijk van de lokale setting.



3. Onderbouwing

Probleem – max 400 woorden

Voor welk probleem of (mogelijk) risico is de interventie ontwikkeld? Omschrijf aard, ernst, spreiding en gevolgen van het probleem of risico. Baseer je tekst op enkele bronnen en benoem de bronnen in het hoofdstuk 'Aangehaalde literatuur'.

Aard

Bij pesten op school gaat het om herhaaldelijke en negatieve handelingen van één of meer leerlingen ten opzichte van een andere leerling die zich niet of niet voldoende kan weren (Olweus, 1994). Hierbij wordt een onderscheid gemaakt tussen fysiek (zoals aanraken, duwen, slaan), verbaal (zoals bedreigen, schelden) en sociaal pesten (buitensluiten, roddelen, negeren). Tegenwoordig wordt ook vaak via internet en sociale media gepest (digitaal pesten). Een andere indeling die vaak wordt gemaakt is die tussen direct en indirect pesten. Bij direct pesten kunnen dader en slachtoffer elkaar zien, bij indirect pesten (zoals roddelen, digitaal pesten) niet (Stassen-Berger, 2007).

Ernst/spreiding

Pesten op de basisschool wordt gezien als een groepsproces, waarbij meerdere leerlingen betrokken zijn: de dader van het pesten, het slachtoffer van het pesten en leerlingen die aanwezig zijn bij het pesten (omstanders) (Dake et al., 2003; Hong & Espelage, 2012; Lznicki et al., 2004; Olweus, 1994; Polanin et al., 2012; Rigby, 2003; Stassenberger, 2007; Swearer & Hymel, 2015).

In het schooljaar 2020- 2021 zegt 11 procent van de leerlingen in groep 6 tot en met 8 in het (speciaal) basisonderwijs soms tot vaak gepest te worden. Hiervan wordt drie procent (heel) vaak gepest en acht procent soms gepest. Vergeleken met cijfers uit de Veiligheidsmonitor 2018 is het percentage leerlingen dat gepest is niet veranderd. Tussen 2014 en 2016 was sprake van een daling van 14 procent naar 11 procent van het aantal slachtoffers van pesten in het basisonderwijs. Sinds 2018 is deze daling gestabiliseerd. 57 procent van de slachtoffers wordt persoonlijk gepest. Het gaat dan om bijvoorbeeld uitgescholden worden, uitgelachen worden, geduwd of gestompt worden. Bij tien procent van de slachtoffers gaat het om online pesten via bijvoorbeeld berichten of plaatjes op internet of telefoon. Ook in het voortgezet onderwijs zijn de percentages leerlingen die gepest zijn ten opzichte van 2018 niet veranderd. In zowel 2018 als 2021 wordt vijf procent van de leerlingen vaak tot zeer vaak gepest. Dat houdt in dat zij minstens een keer per maand, wekelijks of dagelijks zijn gepest. Zeven procent wordt soms gepest; dat is minder dan een keer per maand. In vergelijking met 2018 is pesten in 2021 stabiel gebleven. Bij de leerlingen die (zeer) vaak gepest worden komt met 37 procent mondeling pesten het vaakste voor. De gepeste leerling wordt dan uitgescholden, uitgelachen, beledigd of er wordt over hem/haar geroddeld. Een op de vijf gepeste leerlingen wordt buitengesloten, genegeerd of mag niet meedoen. Digitaal pesten (foto's, teksten of video's via bijvoorbeeld WhatsApp, Instagram of Snapchat) van leerlingen is in 2021 gestegen van 20 procent in 2018 naar 22 procent in 2021.

Deze gegevens zijn afkomstig uit de Veiligheidsmonitor, waarin elke twee jaar het veiligheidsgevoel van leerlingen en personeel in het primair en voortgezet onderwijs in kaart wordt gebracht (Van den Broek e.a, 2022).

Bij de meeste peestsituaties (85%-88% van de gevallen) zijn gemiddeld twee tot vier andere leerlingen aanwezig als 'omstanders'. Dit kunnen zowel jongens als meisjes zijn. Omstanders kunnen het pesten aanmoedigen, zelf mee pesten, het slachtoffer verdedigen of passief blijven toekijken. Dit laatste gedrag kan ook worden gezien als het toelaten van het pestgedrag (Swearer & Hymel, 2015). Onder druk van andere leeftijdsgenoten ('groepsdruk'), reageren zij vaak op een manier waardoor het pesten verder wordt aangemoedigd (Rigby, 2003; Stassenberger, 2007; Swearer & Hymel, 2015).

Gevolgen

De gevolgen van pesten zijn groot, zowel voor daders, slachtoffers als omstanders.

Leerlingen die herhaaldelijk gepest worden hebben vaak last van sociale en emotionele problemen. Ze hebben een verminderd zelfbeeld, weinig vertrouwen in zichzelf en leeftijdsgenootjes en zijn bang om naar school te gaan. Deze gevoelens kunnen weer leiden tot verminderde schoolprestaties, verder isolement, depressies en psychosomatische klachten, zoals hoofdpijn, buikpijn, slaapproblemen, bedplassen en vermoeidheid. Bovendien kan pesten ook tot gezondheidsklachten op volwassen leeftijd leiden en zelfs tot

het plegen van zelfmoord. Gelijksoortige problemen komen ook voor bij medeleerlingen die toeschouwer zijn van pesten (Dake et al., 2003; Fekkes, 2005; Fekkes et al., 2004; Fekkes et al., 2006; Juvonen, 2013; Juvonen et al., 2000; Lyznicki et al., 2004; Nakamoto & Schwarz, 2010; Rivers, 2001; Stassen-Berger, 2007; Swearer & Hymel, 2015).

Sommige leerlingen die pesten ervaren op korte termijn nog geen problemen, maar anderen hebben wel te maken met depressies of problemen op school. Als pesters als kind niet worden gecorrigeerd, hebben zij een grotere kans op ernstige problemen op latere leeftijd. Ze komen dan bijvoorbeeld vaker in aanraking met justitie, drinken meer alcohol en plegen vaker zelfmoord. Jongens die vroeger pestten zijn vaker betrokken bij vechtpartijen en meisjes die dat deden hebben een grotere kans om tienermoeder te worden en betrokken te raken bij huiselijk geweld (Dake et al., 2003; Fekkes, 2005; Juvonen, 2013; Lyznicki et al., 2004; Stassen-Berger, 2007; Swearer & Hymel, 2015).

Oorzaken – max 400 woorden

Welke factoren veroorzaken het probleem of (mogelijk) risico?

Volgens het sociaalecologisch model zijn oorzaken van pesten op school te vinden op de volgende niveaus: kind, sociale omgeving, fysieke omgeving en beleid van de school (o.a. Hong & Espelage, 2012; Swearer & Hymel, 2015). Zie bijlage 1 voor het sociaalecologisch model.

Kind

Kenmerken slachtoffer

Kinderen die gepest worden hebben over het algemeen bepaalde persoonlijkheidskenmerken in combinatie met **fysieke zwakte** of *wijken in meer algemene zin af van de 'norm'*. Olweus onderscheidt twee typen slachtoffers: het passieve onderdanige slachtoffer en het provocatieve slachtoffer. Het eerste type is *angstiger, onzekerder, gevoeliger, stiller* en heeft een *negatief zelfbeeld*, **weinig zelfvertrouwen** en **gebrekkigere sociale vaardigheden dan leeftijdsgenoten, met name op het gebied van assertiviteit. Ze reageren op pesten vaak door te huilen of zich terug te trekken.** Het tweede type slachtoffer heeft naast (enkele van) de bovenstaande kenmerken van het passieve onderdanige slachtoffer, meestal een *opvliegend karakter* en de vaak **niet erg effectieve neiging terug te vechten** als het wordt gepest. Ze zijn vaak *hyperactief, rusteloos* en hebben *moeite zich te concentreren*. Ze kunnen *ergernis oproepen* bij andere kinderen en volwassenen en *pesten zelf ook kinderen die zwakker zijn dan zijzelf*. Deze twee onderscheiden subgroepen zijn de kinderen die het meest gepest worden (Dake et al., 2003; Hong & Espelage, 2012; Juvonen, 2013; Lyznicki et al., 2004; Olweus 1994; Olweus 2003; Stassenberger, 2007; Swearer & Hymel, 2015). Er zijn echter uitzonderingen. Zo hebben bijvoorbeeld *homofiele* of *lesbische kinderen* zonder bovengenoemde persoonskenmerken op zich al een grotere kans om gepest te worden (Hong & Espelage, 2012; Lyznicki et al., 2004).

Kenmerken dader

Kinderen die pesten hebben vaak een **agressief reactiepatroon**. Zij zijn niet alleen agressief tegenover leeftijdsgenoten, maar ook bijvoorbeeld tegen leraren, ouders en broertjes of zusjes. Ze staan *positiever tegenover het (gebruik van) geweld*, zijn vaak *impulsief* en willen anderen *domineren* of *van anderen winnen*. Ze zijn **niet goed in staat om de emoties van anderen te begrijpen** en *voelen weinig verantwoordelijkheid voor hun daden*. Daders zijn vaak *fysiek sterker* dan hun slachtoffers (Dake et al., 2003; Hong & Espelage, 2012; Juvonen, 2013; Lyznicki et al., 2004; Olweus, 1994; Stassenberger, 2007; Swearer & Hymel, 2015).

Bij zowel sociaal teruggetrokken kinderen (potentiële slachtoffers van pesten) als te agressieve kinderen (potentiële daders van pesten) is vaak sprake van **cognitieve vervormingen in de sociale informatieverwerking die zorgen voor het onterecht toeschrijven van vijandige bedoelingen aan anderen en beperkingen in het probleemoplossend vermogen. Hierdoor reageren zij op een niet effectieve manier in pestsituaties (teruggetrokken of agressieve reactie)** (Camodeca & Goossens, 2005; Juvonen, 2014; Quiggle et al., 1992).

Sociale omgeving

Gezin

Het gedrag van ouders en hun manier van opvoeden is van invloed op pesten. Een gebrek aan warmte en belangstelling, een gebrek aan toezicht en duidelijke regels en geweld/agressief gedrag thuis, vergroten de kans dat een kind gaat pesten. Kinderen hebben daarentegen een grotere kans gepest te worden op school als ouders te beschermend zijn of als het kind door oudere broers en zussen wordt gepest (Dake et al., 2003; Hong & Espelage, 2012; Lyznicki et al., 2004; Olweus, 1994; Stassenberger, 2007; Swearer & Hymel, 2015).

Leeftijdsgenoten

Pesten op de basisschool wordt gezien als een groepsproces, waarbij naast de dader en het slachtoffer, ook andere leerlingen zijn betrokken. Bij de meeste peestsituaties (85%-88% van de gevallen) zijn gemiddeld twee tot vier andere leerlingen aanwezig als 'omstanders'. Dit kunnen zowel jongens als meisjes zijn. Omstanders kunnen het pesten aanmoedigen, zelf mee pesten, het slachtoffer verdedigen of passief blijven toekijken. Dit laatste gedrag kan ook worden gezien als het toelaten van het pestgedrag. De reactie en het gedrag van medeleerlingen is van grote invloed op pestgedrag. Als andere leerlingen de dader aanmoedigen, helpen of alleen toekijken, kan dit het pestgedrag versterken. **Onder druk van andere leeftijdsgenoten ('groepsdruk'), reageren zij vaak op een manier waardoor het pesten verder wordt aangemoedigd en durven zij niet op te komen voor het slachtoffer** (Dake et al., 2003; Hong & Espelage, 2012; Lyznicki et al., 2004; Olweus, 1994; Polanin et al., 2012; Rigby, 2003; Stassenberger, 2007; Swearer & Hymel, 2015).

Leerkracht

Het gedrag van de leerkracht is van invloed op peestsituaties op school. Een leerkracht, die het pesten van leerlingen negeert en niet ingrijpt, zorgt dat pestgedrag in stand wordt gehouden of versterkt (Dake et al., 2003; Hong & Espelage, 2012; Swearer & Hymel, 2015).

Fysieke omgeving

Een onoverzichtelijk schoolplein, weinig toezicht en een negatief schoolklimaat (een school waar weinig respect is voor elkaar en pesten en agressief gedrag getolereerd worden) zijn allemaal factoren die pestgedrag op school bevorderen (Lyznicki et al., 2004; Hong & Espelage, 2012; Juvonen, 2013; Smith et al., 2003; Swearer & Hymel, 2015).

Beleid van de school

Scholen zonder pestbeleid nemen minder maatregelen tegen pesten, waardoor pestgedrag op school in stand wordt gehouden of toeneemt (Fekkes et al., 2006; Smith et al., 2003).

De beïnvloedbare factoren waar Respons zich op richt zijn in bovenstaande vetgedrukt (zie ook volgend onderdeel).

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Aan te pakken factoren – max 200 woorden

Welke factoren pakt de interventie aan en welke onder 1.2 benoemde (sub)doelen horen daarbij?

Respons richt zich zowel op potentiële daders, slachtoffers en omstanders van pesten. Uit voorgaande blijkt dat alle drie partijen niet altijd effectief reageren in peestsituaties, waardoor pesten verergerd wordt:

1. Teruggetrokken reactie of provocatief terugvechten (slachtoffer);
2. Agressief reactiepatroon (dader);
3. (Onder groepsdruk) pester helpen of passief toekijken (omstanders).

De interventie richt zich op alle leerlingen van een klas of groep en op die beïnvloedbare factoren die bijdragen aan het weloverwogen, proportioneel en oplossingsgericht te handelen in peestsituaties. Deze factoren worden hieronder weergegeven:

1. Fysieke zwakte
2. Gebrekkigere sociale vaardigheden, met name op het gebied van de assertiviteit
3. Andere sociale informatieverwerking en beperkt probleemoplossend vermogen

4. Niet goed in staat om emoties van anderen te begrijpen
5. Weinig zelfvertrouwen
6. Groepsproces van pesten/groepsdruk

De volgende subdoelen op het niveau van de einddoelgroep horen hier achtereenvolgens bij:

1. Leerlingen vergroten hun fysieke competentie door hun eigen lichaamskracht te leren kennen, te vergroten en te kunnen gebruiken als reactie op voor hen bedreigende situaties.
2. Leerlingen vergroten hun sociale competentie door assertiever te leren reageren in peestsituaties en sterke lichaamstaal hierbij te gebruiken.
3. Leerlingen vergroten hun cognitieve competentie door het sociale informatieproces beter te leren doorlopen en zelf naar een oplossing van een probleem te zoeken.
4. Leerlingen vergroten hun emotionele competentie door met hun eigen en andermans emoties en gevoelens om te leren gaan.
5. Leerlingen vergroten hun zelfvertrouwen door het aanleren van bovengenoemde competenties.
6. Leerlingen voeren de Respons opdrachten met elkaar uit, waardoor zij van elkaar leren.

Respons richt zich op de hierboven genoemde factoren. Daarnaast zijn er beïnvloedbare factoren waar de interventie zich niet op richt, zoals factoren op het niveau van het gezin, de leerkracht, de fysieke omgeving en het beleid van de school. Respons wordt preventief ingezet. In de literatuur wordt onderschreven dat vroege ('early') interventies gericht op (het voorkomen van) pesten zich vooral moeten richten op het verbeteren van sociale en cognitieve vaardigheden, het verbeteren van het probleemoplossend vermogen en agressiebeheersing bij leerlingen (Lyznicky et al., 2004). Respons kan tevens worden ingezet als onderdeel van een schoolbrede aanpak, waarin anti-pest maatregelen worden genomen op alle beschreven niveaus (Bijv. Olweus, 1994).

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Verantwoording – max 1000 woorden

Maak aannemelijk dat met deze aanpak ook daadwerkelijk de doelen bij deze doelgroep bereikt kunnen worden.

In de onderstaande tabel wordt de aanpak verbonden aan de beïnvloedbare factoren en subdoelen en wetenschappelijk verantwoord.

Tabel: Beïnvloedbare factoren, subdoelen, aanpak en verantwoording

Beïnvloedbare factor(en)	Subdoel	Aanpak	Verantwoording
Fysieke zwakte	Leerlingen vergroten hun fysieke competentie door hun eigen lichaamskracht te leren kennen, te vergroten en te kunnen gebruiken als reactie op voor hen bedreigende situaties.	Aan de hand van eenvoudige bewegings- en ademhalingsoefeningen ontleend uit de vechtsport (balans, houding, ademkracht) leren leerlingen hoe zij sterk (in hun schoenen) kunnen staan. Daarnaast leren de leerlingen verschillende verdedigingstechnieken die zij kunnen gebruiken als zij worden aangevallen of vastgepakt.	Het verbeteren van de fysieke weerbaarheid verlaagt de kans op slachtofferschap bij pesten (Dake et al., 2003; Hong & Espelage, 2012; Juvonen, 2013; Lyznicky et al., 2004; Olweus 1994; Olweus 2003; Stassenberger, 2007; Swearer & Hymel, 2015). Het beheersen van vechtsporttechnieken helpt bij zelfverdediging en draagt bij aan meer vertrouwen in de eigen fysieke vaardigheden, zelfbeheersing en een positievere respons op fysieke uitdagingen (Elling &

			Wisse, 2010; Lakes & Hoyt, 2004; Woodward, 2009).
Gebrekkigere sociale vaardigheden, met name op het gebied van de assertiviteit	Leerlingen vergroten hun sociale competentie door assertiever te leren reageren in peetsituaties en sterke lichaamstaal hierbij te gebruiken.	<p>Leerlingen leren voor zichzelf opkomen, hun eigen grenzen te voelen en stellen en deze te verdedigen als ze worden overschreden op een niet-agressieve manier. Aan de hand van vier stappen en de vijf bijbehorende confrontatieregels leren de leerlingen om assertief (met lichaamstaal, aankijken, stem) te reageren in een voor hen bedreigende situatie.</p> <p>Tijdens de Respons lessen wordt lichaamstaal bijvoorbeeld getraind met de strandhouding (brede schouders, kin omhoog, brede passen: hoge sociale status) versus de tunnelhouding (hoofd een beetje gebogen, minder energie, een beetje slenterend: lage sociale status). Op deze manier ervaren de leerlingen welk effect lichaamshouding heeft.</p>	<p>Assertiviteitstraining (voor jezelf leren opkomen; grenzen voelen, stellen en verdedigen; op een niet-agressieve manier) heeft positieve effecten op het zelfvertrouwen van deelnemers (Fox & Boulton, 2003). Kinderen die veel zelfvertrouwen hebben, hebben een kleinere kans om slachtoffer te worden van pesten (Dake et al., 2003; Rigby, 2003). Ook blijkt uit onderzoek dat assertiviteitstraining bij pestslachtoffers ervoor zorgt dat zij minder gepest worden (Jenson & Dietrich, 2007). Het oefenen van sociale vaardigheden is effectief bij zowel teruggetrokken als agressieve kinderen, waarbij de effecten groter zijn bij de eerste groep (Prins, 2001).</p> <p>De communicatie van een boodschap wordt niet alleen verbaal maar ook door het non-verbale gedrag (lichaamstaal) overgebracht. Als stem, woorden en lichaamstaal niet overeenkomen, gelooft de ontvanger eerder wat de lichaamstaal zegt. In de communicatie is lichaamstaal dus van groot belang, zoals blijkt uit onderzoek dat vooral in de jaren zeventig en tachtig is uitgevoerd (Carli et al., 1995; Mehrabian, 1968; Mehrabian & Ferris, 1967; Tiedens & Fragale, 2003). Niet-assertieve personen kunnen worden herkend aan hun lichaamstaal. Lichaamstaal is dus een belangrijke component van assertiviteit (Eisler et al., 1973; Hall et al., 2005). De</p>

			<p>lichaamshouding is bijvoorbeeld erg belangrijk bij het vaststellen van de (sociale) status tussen twee communicerende personen. Een lage status wordt getoond door: 'een neerslachtige, terneergeslagen, 'down' houding gecommuniceerd door een voorover leunende romp, een gebogen hoofd, gebogen schouders en een ingetrokken borst' (Mehrabian & Ferris, 1968) (vergelijkbaar met tunnelhouding). Personen met een hogere status glimlachen minder, hebben een meer open lichaamshouding en een luidere stem (Hall et al., 2005) (vergelijkbaar met strandhouding).</p>
<p>Andere sociale informatieverwerking en beperkt probleemoplossend vermogen</p>	<p>Leerlingen vergroten hun cognitieve competentie door het sociale informatieproces beter te leren doorlopen en zelf naar een oplossing van een probleem te zoeken.</p>	<p>De Respons lessen kennen een vaste opbouw waarbij de trainer als eerst een bepaald probleem introduceert, bijvoorbeeld 'iemand scheld je uit, wat doe je dan?' (introductiefase). Vervolgens gaan de leerlingen zelf naar een oplossing van het probleem zoeken, zonder getraind te hebben (probleem-oriëntatiefase). De leerlingen leren om informatie beter te interpreteren door de verschillende situaties en oplossingen samen met de trainer en medeleerlingen te bespreken en doordat meer interpretaties van de situatie/oplossing de revue passeren (leerfase). Door de training weten zij een beter onderscheid te maken tussen positieve en negatieve bedoelingen van anderen. Hierdoor wordt</p>	<p>Het verbeteren van de sociale informatieverwerking heeft positieve effecten op het gedrag. Zo gaan agressieve kinderen zich positiever gedragen als zij hun sociale informatieverwerking verbeteren (Lochman & Lenhart, 2001).</p> <p>Uit onderzoek blijkt ook dat als kinderen het gevoel hebben weinig invloed te hebben op een situatie, interventies weinig effect hebben en gedrag moeilijk is te veranderen. Een training heeft meer effect als een kind leert naar het eigen gedrag te kijken en zelf bij te dragen aan de oplossing van een probleem (Ringrose, 1993).</p>

		<p>het sociale informatieverwerkingsproces bevordert. Tegelijkertijd worden de leerlingen getraind in probleemoplossend denken. Vervolgens gaan de leerlingen het geleerde toepassen in een rollenspel of lichte sparring (toepassingsfase). Tot slot reflecteert de trainer met de leerlingen op de les: 'wat hebben we geleerd?', 'wat heeft het jou opgeleverd?' (samenvattende fase).</p>	
Niet goed in staat om emoties van anderen te begrijpen	<p>Leerlingen vergroten hun emotionele competentie door met hun eigen en andermans emoties en gevoelens om te leren gaan.</p>	<p>Leerlingen leren situaties te analyseren aan de hand van praktische voorbeelden, waarbij zij hun gevoel moeten aangeven (ja-, nee- of twijfelgevoel). Verder voeren zij in groepjes een toneelstukje op, waarin ze de verschillende gevoelens uitbeelden. Vervolgens wordt met de andere leerlingen besproken welke gevoelens zij zien, waaraan zij dat kunnen zien en of de gevoelens kloppen. Het omgaan met emoties wordt geoefend door rollenspel, het observeren van andere leerlingen (modeling), het bespreken van gevoelens met de groep en feedback van trainer (coachende rol) en medeleerlingen.</p>	<p>Het aanleren van sociale vaardigheden wordt verbeterd door te werken aan emotie-regulatie (Bierman & Powers, 2009; Fox & Boulton, 2003). Ook bij de verwerking van sociale informatie spelen emoties een belangrijke rol. Negatieve emoties verminderen de kans op adequaat gedrag en beperken het denkvermogen om problemen op te lossen (Karatzias et al., 2002; Pakashlahti, 2000).</p> <p>Discussie en feedback zijn elementen die de effectiviteit van vaardigheidstrainingen bevorderen (Bierman & Powers, 2009). Door na elkaar te kijken en luisteren vormen de leerlingen een voorbeeld voor elkaar (modeling, Bandura, 1986). Modeling en coaching zijn ook elementen die de generalisatie van de aangeleerde vaardigheden naar andere situaties bevorderen (Prins, 2001).</p>
Weinig zelfvertrouwen	<p>Leerlingen vergroten hun zelfvertrouwen door het aanleren van bovengenoemde competenties.</p>	<p>In de Respons lessen gaat het niet om het aanleren van algemene vaardigheden, maar om specifieke vaardigheden die kinderen in voor het individu specifieke peetsituaties kunnen gebruiken om tot de juiste oplossing te komen. Dit betekent dat het leereffect tussen</p>	<p>Uit onderzoek blijkt dat het aanleren van vaardigheden, zoals het vergroten van de assertiviteit en het beheersen van vechtsporttechnieken, leidt tot meer zelfvertrouwen (Elling & Wisse, 2010; Fox & Boulton, 2003; Lakes & Hoyt, 2004; Woodward, 2009).</p>

		<p>leerlingen kan verschillen. Voor de een kan de focus bijvoorbeeld liggen op het aanleren van een assertieve lichaamshouding, terwijl een ander juist leert om gevoelens/gedrag van anderen beter te interpreteren. Door het bouwen aan positieve ervaringen (ik weet dat ik het kan omdat ik het daadwerkelijk heb ervaren) vergroten zij hun zelfvertrouwen.</p>	
<p>Groepsproces van pesten/groepsdruk</p>	<p>Leerlingen voeren de Respons opdrachten met elkaar uit, waardoor zij van elkaar leren.</p>	<p>Tijdens de Respons lessen wordt veel in groepsverband of in tweetallen gewerkt. Veel oefeningen zijn gericht op onderling contact en vertrouwen tussen de leerlingen.</p>	<p>Kinderen in de basisschoolleeftijd leren (sociale) vaardigheden vooral van elkaar (Verheij, 2005).</p> <p>Probleemgedrag wordt vaak versterkt wanneer kinderen met dezelfde problemen in een groep zitten. Doordat de oefeningen zijn gericht op onderling contact en zelfvertrouwen, is er minder kans op het ontstaan/versterken van probleemgedrag (Rutter, 2006).</p> <p>Door na elkaar te kijken en luisteren vormen de leerlingen een voorbeeld voor elkaar (modeling, Bandura, 1986).</p>

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering van de interventie

- Max 600 woorden

Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de uitvoering van de interventie?

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan naar de realisatie en uitvoering van de interventie. Beschrijf compact de uitkomsten van het onderzoek en geef aan op welke manier de uitkomsten van het onderzoek eventueel zijn verwerkt in de opzet en beschrijving van de interventie

Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van ieder genoemd onderzoek mee.

Beschrijf per onderzoek:

- De titel, auteurs, organisatie, onderzoeksperiode en publicatiedatum (indien gepubliceerd).
- Het type onderzoek, de onderzoeksmethode en de omvang van het onderzoek.
- Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot inzicht in de mate waarin activiteiten zijn uitgevoerd volgens plan, het bereik van de interventie, de waardering en ervaring van de uitvoerders en doelgroep, succes- en faalfactoren, en -indien beschikbaar- de uitvoerbaarheid, de randvoorwaarden en de omgevingsvariabelen.
- Geef tevens aan op welke manier de uitkomsten van het onderzoek en eventuele aanbevelingen zijn verwerkt in de opzet en beschrijving van de interventie. Hierbij mogen de uitkomsten van meerdere onderzoeken gecombineerd worden.
 - Procesevaluatie 2015, NIVM/ NOC*NSF, 2015

De praktijkervaringen zijn geëvalueerd en opgetekend in een procesevaluatie verslag(2015). In de bijlage van dit werkblad is de procesevaluatie volledig bijgevoegd.

b. Methode

Voor de procesevaluatie zijn twee methoden gebruikt. Respons heeft meegedraaid in de sportgenerieke interventie 'Schoolactieve sportvereniging' van NOC*NSF. De gegevens uit het door NOC*NSF uitgevoerde onderzoek naar de deelnemende vechtsportverenigingen zijn gebruikt voor de evaluatie. Hierbij gaat het om kwantitatieve metingen in de vorm van digitale vragenlijsten bij (door ons aangeleverde) vechtsportverenigingen. NOC*NSF heeft deze monitoring voor bonden gefaciliteerd en ondersteund en heeft deze inhoudelijk steeds met het Mulier Instituut afgestemd. Uit het brede onderzoek onder alle deelnemende sporten zijn de kwantitatieve gegevens van alleen de vechtsportclubs gedestilleerd.

De kwalitatieve resultaten zijn door middel van tussen- én eindevaluatiegesprekken met stuurgroepen van lokale Respons-projecten verzameld. Deze gesprekken zijn uitgevoerd door adviseurs van het NIVM en zijn vanuit de eerste en tweede tranche van de Sportimpuls georganiseerd én een aantal lokale projecten die vanuit fondsen geïnitieerd zijn. De gesprekken vinden plaats op locatie van de uitvoerende club(s) en duren over het algemeen anderhalf tot twee uur.

- Relevante uitkomsten

Bereik Respons

Uit de monitor van NOC*NSF blijkt dat 154 van de 190 ondervraagde vechtsportverenigingen daadwerkelijk lessen verzorgd (minimaal 30 uur per jaar) binnen het onderwijs. De motivatie om deze samenwerking aan te gaan is:

- Ledengroei
- Goed voor PR en promotie van de club
- Is de maatschappelijke taak van de vereniging

In totaal zijn er in de periode maand 2009 – oktober 2015 237 trainers/ docenten opgeleid en kunnen met de Respons lessenreeks werken.

Ervaringen uitvoerders

De ervaringen van de uitvoerders is onder 9 verenigingen geëvalueerd doordat interviews zijn gehouden met of de hoofdtrainer of de projectleider binnen de club. De meest relevante uitkomsten zijn:

Succesfactoren:

- Belangrijkst motief voor sportverenigingen is behoud van ledental of groei van jeugdafdeling
- Ledenaantal van de uitvoerende clubs is toegenomen
- Een centrale regisseur die op lokaal niveau de samenwerking tussen sportverenigingen en scholen coördineert, is een belangrijke succesfactor
- Scholen verankeren de interventie steeds vaker in het beleid van de school zelf. Naast trainers van de club(s) worden er op verschillende plaatsen docenten van de school opgeleid in Respons
- Het vervolgaanbod na afloop van de lessen op scholen wordt lokaal verschillend georganiseerd. De vechtsport/ stijl van de club is leidend bij de keuze van het vervolgaanbod.
- Alle deelnemende clubs hebben speciaal (nieuw) vervolgaanbod op de vereniging georganiseerd.
- Tijdstip en locatie van het vervolgaanbod is erg bepalend voor het succes. Aansluitend op school wordt genoemd als een succesfactor.
- Aandacht voor ouder betrokkenheid is niet standaard verwerkt in de interventie.
- Het inzetten van vechtsport als middel heeft de deuren van onderwijsinstellingen geopend voor vechtsportverenigingen.
- Directe (lokale) betrokkenheid (adviesfunctie) van de interventie eigenaar wordt als positief ervaren.
- De kwaliteitsimpuls (scholing van het kader en invoeren van de criteria van het Fight Right Keurmerk) zorgt voor daadwerkelijke blijvende verandering binnen de club.

Ervaringen deelnemers

- Leerlingen hebben veel plezier in de Respons-lessen.
- Veel variatie en uitdagende/ vernieuwende werkvormen zorgen voor plezierbeleving.
- Docenten en ouders geven aan dat sinds de trainingen het gedrag van de jongeren positief is veranderd (dit is niet aan de kinderen zelf gevraagd). Hulp vragen, grenzen stellen, het zoeken naar andere handelingsopties werden als grote veranderingen aangegeven.
- Een traject waarbij aanbod onder schooltijd opgevolgd wordt door aanbod na schooltijd en vervolgens trainingen bij de vereniging maakt doorstroming naar de vereniging beter mogelijk en wordt door leerlingen veilig en prettig wanneer ze gedurende dit gehele traject goed begeleid worden.
- Wanneer de lessen op school en de vervolglesen door dezelfde trainer worden gegeven, wordt dit door de kinderen als vertrouwd ervaren wat de drempel verlaagd om bij de club deel te nemen.

Aanbevelingen

- Zorg ervoor dat plezierervaring centraal blijft staan. Dit wordt door de deelnemers als erg positief/ belangrijk ervaren.
- Schenk voldoende aandacht aan ouderbetrokkenheid. De effecten van de interventie kunnen hiermee verder vergroot worden. Als onderdeel van het interventie programma wordt er aandacht besteed aan dit thema. Samen met NISB is door interventie eigenaar een workshop ouderbetrokkenheid ontwikkeld. Deze kan ook optioneel op locatie aangeboden aan uitvoerende clubs (beiden vanuit project setting).
- Zorg voor een lokale coördinator die de relatie met de scholen/ externe partijen onderhoud en de lessen inplant. Tijdens de startbijeenkomst (in projectsetting) wordt hier aandacht aan besteed.
- Zorg voor passend vervolgaanbod aansluitend op de lessenreeks op school. Wees flexibel in het schuiven van tijden (en indien mogelijk locatie) vanuit de wensen van de doelgroep.
- Eén vast gezicht bij een volledig traject (zowel op school als vervolg) is aan te bevelen (met name voor basisonderwijs). Kinderen ervaren dit als vertrouwd en het verlaagd de drempel om naar de club te komen.
- Verankering van Respons binnen het schoolbeleid door het opleiden van de docenten van de onderwijsinstellingen voor Respons is aan te bevelen. Interventie eigenaar stuurt tegenwoordig bij projectaanvragen aan op het opnemen van extra opleidingsplekken voor docenten uit het onderwijs.
- Blijf als interventie eigenaar (zeker bij grotere projecten waarbij meerdere clubs betrokken zijn) ook lokaal als adviseur inzetbaar. Optionele ondersteuning is mogelijk.
- Samenwerking met regelingen voor kinderen uit achterstand situaties om contributie te kunnen betalen is aan te bevelen om drempels te verlagen. Binnen de regeling 'Sportimpuls jeugd in lage inkomensbuurten' wordt Respons de afgelopen jaren veelvuldig aangevraagd en gehonoreerd. In deze projecten wordt altijd een verbinding gemaakt met bestaande regelingen.

- a. Procesevaluatie Respons pesten en groepsdruk, NIVM, 2018
- b. Locatie bezoek interviews met projectleiders/ uitvoerders (5) aan de hand van vast gespreksprotocol Hierin zijn de (1) Mening over- en ervaringen met de interventie, (2) de Praktische toepasbaarheid En (3) de Succes en verbeterpunten onderzocht
- c. Relevante uitkomsten:
 - De organisatie van de interventie wordt over het algemeen als positief ervaren. De kennisoverdracht en implementatie van de interventie door de interventie eigenaar wordt omschreven als waardevol en toepasbaar.
 - Intervisie wordt niet door alle uitvoerders gevolgd. Ze geven allemaal aan dat ze eigenlijk wel zouden moeten komen, maar dat de eigen prioriteit soms anders komt te liggen of dat het niet uitkomt. Hier is al op ingespeeld door in plaats van 2 vaste verplichte momenten in het jaar de intervisie te organiseren, maar gespreid over het jaar een programma op 6 verschillende momenten (keuze uit dagen en dagdelen) aan te bieden.
 - Het hoofddoel wordt door de uitvoerders onderschreven. Twee uitvoerders geven aan dat pesten geen expliciet thema is op de meeste scholen waar ze lesgeven. Daar zetten ze meer in op groepsdruk. De flexibele Respons is in alle gevallen het doel.
 - De subdoelen worden ook door alle uitvoerders herkend. Niet alle kinderen bereiken alle subdoelen, maar dat is ook niet relevant volgens de uitvoerders. Het gaat erom dat de kinderen leren reageren op situaties. Voor het ene kind is het verbeteren van de fysieke competentie daarvoor de sleutel, bij een ander juist meer de sociale.
 - Respons wordt positief voor het ontwikkelen van zelfvertrouwen bij kinderen ervaren
 - Kinderen leren zichtbaar volgens trainers en docenten. Reacties kinderen:
 - *Weet hoe ik grenzen kan aangeven*
 - *Ik ben zelfverzekerder geworden*
 - *Ik vind de Responslessen leuk*
 - De aanwezigheid van de groepsdocent tijdens de lessen wordt als voorwaarde beschreven. De docent ziet hierdoor wat er in de groep gebeurt en wat kinderen leren. Hij/ zij kan daardoor een transfer naar buiten de Responsles maken.
 - Betrokkenheid van ouders is niet in de interventie georganiseerd. Doordat de lessen onder schooltijd worden aangeboden komt de trainer niet in contact met ouders. De volgende situatie + oplossing werd beschreven: *“ Ik ben er letterlijk tegenaan gelopen dat vader thuis aangeeft dat als je gepest wordt je 3x harder moet terugschoppen. En dan kom ik aan met mijn flexibele respons. Dit hebben we als volgt opgelost: de laatste les wordt zo georganiseerd dat het een afsluitende fysieke presentatie door kind aan ouders. Ouders kom dus kijken en de kinderen laten zien wat ze geleerd hebben. Hier kan ik ook in contact met ouders komen”*
 - De methode wordt als praktisch en uitvoerbaar ervaren. Alle uitvoerders volgen de 7 lesthema's. Indien nodig wordt er in de volgorde van de werkvormen en de plaats van reflectiegesprekken aanpassingen gedaan tijdens de les.

5. Aangehaalde literatuur

Maak een alfabetische lijst van alle in deze beschrijving aangehaalde literatuur en gebruik hiervoor de APA-normen (variant met kleine letters, zie aanwijzingen in de handleiding).

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: a social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bierman, K.L., Powers, C.J. (2009). Social skills training to improve peer relations. In K.H. Rubin, W.M. Bukwira & B. Laurens (Eds.), *Handbook of peer interactions* (p.603-621). New York: Guilford Press.

Camodeca, M., Goossens, F.A. (2005). Aggression, social cognitions, anger and sadness in bullies and victims. *Journal of Child Psychology*, 49: 186-197.

Carli, L.L., LaFleur, S.J., Loeber, C.C. (1995). Nonverbal behavior, gender, and influence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(6): 1030-1041.

Dake, J.A., Price, J.H., Telljohann, S.K. (2003). The nature and extent of bullying at school. *Journal of School Health*, 73(5): 173-180.

Eisler, S.K., Miller, P.M., Hersen, M. (1973). Components of assertive behavior. *Journal of Clinical Psychology*, 29: 295-299.

Elling, A., Wisse, E. (2010). *Beloften van Vechtsport*. Den Bosch: Mulier Instituut.

Fekkes, M. (2005). *'Bullying among elementary school children'*. Leiden.

Fekkes, M., Pijpers, F.I.M., Fredriks, A.M., Vogels, T., Verloove-Vanhorick, S.P. (2006). Do bullied children get ill, or do ill children get bullied? *Pediatrics*, 117: 1568-1574.

Fekkes, M., Pijpers, F.I.M., Verloove-Vanhorick, S.P. (2004). Bullying behavior and associations with psychosomatic complaints and depression in victims. *J.Pediatr*, 144(1): 17-22.

Fekkes, M., Pijpers, F.I.M., Verloove-Vanhorick, S.P. (2006). Effects of antibullying school program on bullying and health complaints. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 160: 638-644.

Fox, C.L., Boulton, M.J. (2003). Evaluating the effectiveness of a social skills training (SST) programme for victims of bullying. *Educational research*, 45(3): 231-247.

Gaag, M. van der, Duiven, R. (2013). *Landelijk onderzoek Pesten 2012. Primair onderwijs*. Zwolle: School & Innovatie Groep.

Hall, J.A., Coats, E.J., Smith Lebeau, L.S. (2005). Nonverbal behavior and the vertical dimension of social relations. *Psychological Bulletin*, 131(6): 898-924.

Hong, J.S., Espelage, D.L. (2012). A review of research on bullying and peer victimization in school: an ecological system analysis. *Aggression and violent behavior*, 17: 311-322.

Jenson, J.M., Dieterich, W.A. (2007). Effects of a skill-based prevention program on bullying and bully victimization among elementary school children. *Prevention Science*, 8:285-296.

Juvonen, J. (2014). Bullying in schools: the power of bullies and the plight of victims. *Annual Review of Psychology*, 65: 159-185.

- Juvonen, J., Nishina, A., Graham, S. (2000). Peer harassment, psychological well-being and school adjustment in early adolescence. *Journal of educational psychology*, 92: 349-359.
- Karatzias, A., Power, K.G., Swanson, V. (2002). Bullying and victimization in Scottish secondary schools: same or separate entities? *Aggressive Behavior*, 28: 45-61.
- Lakes, K.D., Hoyt, W.T. (2004). Promoting self-regulation through school-based martial arts training. *Applied Developmental Psychology*, 25: 283 – 302
- Lochman, J.E., Lenhart, L. (2000). Cognitive behavioral therapy of aggressive children. Effect of schema's. In Kendall, Ph. C. (red.), *Child & Adolescent Therapy. Cognitive Behavioral Procedures* (p.31-87). London/New York: Guilford Press.
- Lyznicki, J.M., McCaffree, M.A., Robinowitz, C.B. (2004). Childhood bullying: implications for physicians. *American Family Physician*, 70(9): 1723-1728.
- Mehrabian, A. (1968). Inference of attitudes from the posture, orientation, and distance of a communicator. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 32(3): 296-308.
- Mehrabian, A., Ferris, S.R. (1967). Inference of attitudes from nonverbal communication in two channels. *Journal of Consulting Psychology*, 31(3): 248-252.
- Nakamoto, J. & Schwarz, D. (2010). Is peer victimization associated with academic achievement? A meta-analytic review. *Social Development*, 19: 221-242.
- Olweus, D. (1994). Bullying at school: basic facts and effects of a school based intervention program. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35(7): 1171-1190..
- Olweus, D. (2003). A profile of bullying at school. *Educational leadership*, 60(6): 12-17.
- Pakashlahti, L. (2000). Children's and adolescents's aggressive behavior in context: the development and application of aggressive problem-solving strategies. *Aggressive and Violent Behavior*, 5: 467-490.
- Polanin, J.R., Espelage, D., Pigott, T.D. (2012). A meta-analysis of school-based bullying prevention programs' effects on bystander intervention behavior. *School Psychology Review*, 41(1): 47-65.
- Prins, P. (2001). Sociale vaardigheidstraining bij kinderen in de basisschoolleeftijd; programma's, effectiviteit en indicatiestelling. In A.C. d'Es-cury-Koenings, T. Snaters & E. Mackaay-Cramer (red.), *Sociale vaardigheidstraining voor kinderen* (p.65-82). Lisse, Swets & Zeitlinger Publishers.
- Quiggle, N.L., Garber, J., Panak, W.F., Dodge, K.A. (1992). Social information processing in aggressive and depressed children. *Child Development*, 63: 1305-1320.
- Rigby, K. (2003). Addressing bullying in schools: theory and practice. *Trends & Issues in crime and criminal justice*, 259:1-6.
- Ringrose, H.J. (1993). Sociale incompetentie bij kinderen. Diagnostiek en behandeling. In P.J.M. Prins (red.), *Gedragstherapie bij kinderen en jeugdigen* (p. 207-245). Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Rivers, I. (2001). Retrospective reports of school bullying: Stability of recall and its implications for research. *British Journal of Developmental Psychology*, 19:129-142.

- Rutter, M. (2006). *Genes and behavior: nature-nurture interplay explained*. Oxford: Blackwell.
- Salmivalli, C. (1999). Participant role approach to school bullying: implications for interventions. *Journal of Adolescence*, 22(4): 453-459.
- Scholte, R., Nelen, W., Wit, W.de, Kroes, G. (2016). *Monitor Sociale Veiligheid in en rond scholen*. Nijmegen: Praktikon.
- Smith, P.K., Ananiadou, K., Cowie, H. (2003). Interventions to reduce school bullying. *Can J Psychiatry*, 48(9): 591-599.
- Stassen Berger, K. (2007). Update on bullying at school: science forgotten? *Developmental Review*, 27: 90-126.
- Swearer, S.M., Hymel, S. (2015). Understanding the psychology of bullying: Moving toward a social-ecological diathesis-stress model. *American Psychologist*, 70(4): 344-353.
- Tiedens, L.Z., Fragale, A.R. (2003). Power moves: complementarity in dominant and submissive nonverbal behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 7: 558-568.
- Verheij, F.E.A. (2005). *Integratieve kinder- en jeugdpsychotherapie*. Assen, van Gorcum.
- Woodward, T.W. (2009). A review of effects of martial arts practice on health. *Wisconsin Medical Journal*, 108(1): 40-43.

6. Praktijkvoorbeeld

Beschrijf, indien beschikbaar, in max. 600 woorden een praktijkvoorbeeld van de uitvoering van de interventie: hoe was de situatie voor, tijdens en na de interventie?

Klik hier als u tekst wilt invoeren.