

# Spellen spelen als remedie tegen pesten en gepest worden. Kan dat?

Drs. M. Valenkamp  
Nieuw-Vennep, 2014

In deze tijd met zijn – terecht - grote aandacht voor pesten op school, op het sportveld, op straat of overal waar kinderen bij elkaar komen, is er ook de vraag of er men het spelen van spellen en met speelgoed aan pestpreventie gedaan kan worden? Het antwoord van dit studiestuk op de gestelde vraag is: (a) dat hangt van de begeleiding van ouders/opvoeders, (b) van het type spel: competitief of coöperatief?, (c) van de mate waarin karakters van individuen te beïnvloeden zijn en van (d) de sfeer in de groep en leeftijd van de leden van een groep af. Maar in essentie gaat het bij preventie en afleren van pestgedrag om een verandering te weeg te brengen in de *attituden* van pesters, ouders en van leerkrachten/beroepsopvoeders<sup>1</sup>. De meeste anti-pestprogramma's zijn op deze gedachte gebouwd<sup>2</sup>.

## Wat noemen we pesten?

Pesten is het langdurig, herhaaldelijk en opzettelijk uitoefenen van geestelijk en/of lichamelijk geweld door één of meerdere personen tegenover één of enkele personen dat of die niet in staat is of zijn zich te verdedigen. Het doel van pesten is pijn doen, kleineren, kwetsen of buitensluiten.

Pesten kent vele vormen. Het Nederlandse Anti-Pest Portaal<sup>3</sup> somt vijf vormen op:

1. Fysiek (slaan en schoppen);
2. Materieel (spullen afpakken of stukmaken);
3. Verbaal (schelden, jennen);
4. Relationeel (roddelen en buitensluiten);
5. Digitaal (via de computer, de sociale media en de telefoon). Ook wel cyberpesten genoemd.
6. Bob van der Meer – de eerste pest-onderzoeker – noemde vervolgens nog het afpersen<sup>4</sup>:
  - dwingen om geld of spullen af te geven.
  - dwingen om iets voor de pesters te doen: geld of snoep meenemen, een klus opknappen.

Verder is er een duidelijk verschil in de manier waarop jongens en waarop meisjes pesten. Jongens ruwer, fysieker en openlijker. Meisjes pesten meestal via sociale relaties<sup>5</sup>. Hun pesten is misschien daardoor minder opvallend dan het pestgedrag van jongens.

Het is goed om hier te noteren dat B. van der Meer de opmerking maakt, dat het goed is een definitie van pesten te hebben, “want zonder deze kennis kan men het pestprobleem beter niet aanpakken. Men loopt dan namelijk het risico dat het slachtoffer de schuld of een gedeelte van de schuld krijgt”<sup>6</sup>. De door mij gehanteerde definitie, beter: mijn omschrijving van pesten is deels op de door van der Meer gehanteerde opvatting over pesten gebaseerd.

## Toegenomen aandacht voor de invloed van de groep, de leeftijd, het geslacht en intentie en de omgevingsfactoren op pestgedrag.

In de wat oudere discussie en literatuur over pesten lag de grootste nadruk (niet uitsluitend dus!) op de persoonlijkheid van de pester en die van de gespesten. In de hedendaagse discussie en literatuur is een grote aandacht gekomen voor de betekenis van de groep voor pesten en gepest

<sup>1</sup> Zie B. van der Meer, *Pesten op school. Lessuggesties voor leerkrachten*. Van Gorcum, 1997, blz. 2.

<sup>2</sup> D. Wienke, e.a., *Beoordeling anti-pestprogramma's*. Rapportage van de commissie voor het Ministerie onderwijs, Cultuur en Wetenschap (OCW). Den Haag, 2014. © 2014 Nederlands Jeugdinstituut.

<sup>3</sup> <http://www.pestten.nl>

<sup>4</sup> <http://www.orthopedagogiek.com/pesten.htm>

<sup>5</sup> <http://www.meidenvennep.nl>

<sup>6</sup> B. van der Meer, 1997, blz. 2. In lijn met deze opmerking van B. van der Meer is het dan ook toe te juichen dat het Rapport *Beoordeling anti-pestprogramma's* Rapportage van de commissie voor het Ministerie Onderwijs, Cultuur en Wetenschap (OCW, 2014) een van de criteria voor de beoordeling van die anti-pestprogramma's de vraag is, *of er in de theoretische fundering van zo een programma ook sprake is van een definitie van pesten waarin de verschijningsvormen van pesten worden genoemd?* (zie vraag 1.4 bij criterium 1: Het programma is theoretisch goed onderbouwd).

worden. Pestgedrag / meidenvenijn komt sterker voor tijdens de puberteit dan daarvoor. Dat is ontwikkelingspsychologisch begrijpelijk, want op die leeftijd is groepsvorming een erg belangrijk gegeven. Jongeren willen erbij horen en zijn op zoek naar een plaats binnen de groep. Volgens vele studies is het zo, dat juist in de groep van leeftijdsgenoten de identiteit van het individu voltooid wordt<sup>7</sup>. Pubers klitten samen in groepjes van leeftijdsgenoten, wat helaas ook uitsluiting van leeftijdsgenoten met zich mee. Pesten is daarvoor vaak een efficiënte methode. Jongeren zijn nog erg onzeker over hun innerlijkheid en hun uiterlijk. Daardoor zijn ze erg vatbaar voor gepest worden of door het kleineren van anderen te proberen zichzelf groter te voelen.

In hun studierapport bespreken Paul Baar, Theo Wubbels en Marjolijn Vermande<sup>8</sup> de z.g. determinanten van pestgedrag. Deze auteurs wijzen erop, dat je bij een beoordeling van pestgedrag moet kijken naar (o.a.) de volgende factoren:

1. *de risicofactoren*. De vraag is dan: welke risicofactoren houden pesten in stand?
  - a. de persoonlijke factoren (bijv. het hebben van een afwijkend uiterlijk of een handicap),
  - b. de persoonlijke gedragsfactoren (bijv. snel huilen bij gymnastiek of erg onhandig zijn bij voetballen),
  - c. de omgevingsfactoren (weinig toezicht op het schoolplein).
2. *sociaal-psychologische determinanten van pestgedrag*. De vraag is dan: welke factoren spelen bij de pester in op de intentie om pestgedrag uit te voeren? De schrijvers wijzen dan op:
  - a. gedragsdeterminanten.
  - b. iemands sociaal-communicatieve vaardigheden.
  - c. omgevingsfactoren.
3. Een bendering die ietsjes anders focust zegt dat achter *gedrags- of pestintenties* drie zaken schuil gaan:
  - a. de attitude laag (wat vindt de pester zelf van diens gedrag?);
  - b. de ervaren sociale invloed (wat ervaart de pester zelf van anderen vinden van zijn gedrag?);
  - c. de eigen effectiviteitsverwachting (vertrouwen in eigen kunnen om het gedrag uit te voeren).

Het is goed op te merken dat het pestgedrag sterk aan leeftijd gebonden is. Uit onderzoek naar pestgedrag is gebleken dat het aantal pesters en slachtoffers van pesten op de basisschool daalt met het toenemen van de leeftijd<sup>9</sup>, alhoewel er een piek is in de overgang van lagere naar middelbare school. Anti-pestprogramma's op school en aandacht voor pesten moet derhalve al vroeg beginnen, in de vroege jeugd. Dat niet alleen omdat de statistieken die afname van pesten afhankelijk van de leeftijd laten zien, maar vooral omdat de attitudes van kinderen op vroege leeftijd gevormd worden.

Veel aandacht is in de studies naar pesten uitgegaan naar de persoonlijkheidskenmerken van de pester en van de gepeste. Hoewel er nog veel discussie over die persoonlijkheids-kenmerken zijn geef ik toch – via een samenvatting van een publicatie van Open Scouting België - weer wat er op dit punt in de literatuur over die persoonlijkheidskenmerken gezegd wordt.

*De pester:*

- is extravert en impulsief.
- is sterk begaan met zichzelf.

---

<sup>7</sup> J. Rich Harris, *Het misverstand Opvoeding. Over de invloed van ouders op kinderen*. Contact, 1999.

<sup>8</sup> P. Baar, T. Wubbels en M. Vermande, Algemeen methodische voorwaarden voor effectiviteit en effectiviteitspotentie van Nederlandstalige antipestprogramma's voor het primair onderwijs. In: *Pedagogiek* 27<sup>ste</sup> jaargang nr. 1, 2007, blz. 71 – 90.

<sup>9</sup> Pellegrini & Long, A longitudinal study of bullying, dominance, and victimization during the transition from primary school through secondary school. In: *British Journal of Developmental Psychology* (2002), 20, 259–280; Voor een verklaringen van de afname, de piek en dan weer de afname zie: Smith, Madsen & Moody, (1999) in: Johannes Renier Maria Gerris. Jeugdzorg en probleemgedrag: Opvoedingswaarden en vernieuwingen in aanpak. Van Gorcum, 2004, blz. 98.

- is fysiek sterker dan het slachtoffer.
- zoekt een slachtoffer om frustraties op af te reageren.
- vraagt aandacht voor zijn of haar heldenrol.
- is eigenlijk minder zeker dan het lijkt.
- is soms slachtoffer in andere situaties.
- is een slechte verliezer.
- kan zich moeilijk inleven in gevoelens van anderen.
- schat de gevolgen van zijn of haar gedrag fout in.
- heeft een grote mond, is stoer, opstandig en/of agressief.
- zegt zijn of haar eigen mening en domineert de groep.
- heeft moeite met grenzen, regels en afspraken.
- kan slecht om met stress en spanning.
- lijkt populair, maar is eerder gevreesd dan geliefd.

#### *De gepeste:*

- is angstig en onzeker en heeft een laag zelfbeeld.
- is fysiek zwakker.
- isoleert zich van de anderen en probeert zich weg te stoppen.
- heeft weinig speelkameraadjes.
- is in zichzelf gekeerd.
- durft niet praten over problemen.
- durft niet opkomen voor zichzelf.
- is tegen geweld.
- is vaker afwezig of ziek.
- hangt vaak bij de leiding.

#### *De "uitdagende" pestslachtoffer:*

- vertoont agressief of afwijkend sociaal gedrag.
- wekt irritatie op in zijn of haar omgeving.
- is vaak ook bij de leiding weinig geliefd.
- wordt soms zelf pester

### **Spel, spelen en spellen**

Mijn vraag is het nu of het spelen van bordspellen zinvol kan worden gebruikt ter preventie van pesten en als het de gepesten sterken in hun omgaan of ontlopen van het pesten. Op zich lijkt de gestelde vraag een vreemde vraag. Want, is het niet net het wezen van het spelen van spellen en spelletjes, i.h.a., dat de spelers willen winnen, de eerste willen zijn, beter willen zijn dan de ander. Anders gezegd: spellen spelen is competitie. En competitie vraagt om wedijver.

#### *Competitie*

Competitie is niet verkeerd, in tegendeel het helpt het kind, de cultuur, de sport, het onderwijs, de industrie, enz. kortom de wereld vooruit. De sociologische opvatting van het sociaal darwinisme beweert dat sociaal-culturele vooruitgang het product is van conflict en competitie tussen groepen en dat daarom de sociaal bevoorrechte klassen (personen met geld en macht) een biologische superioriteit hebben in de strijd om het bestaan. Hoe dan ook, competitie is een eigenschap die alle mensen delen, en al vroeg in hun leven ten toon spreiden. Die natuurlijke eigenschap zelf is niet verkeerd, het gaat om de vraag *hoe* je met elkaar wedijvert! En dan zijn we terug bij wat ik eerder al als kern van het pestgedrag noemde: *de attitude* of grondhouding van de mens en het kind.

#### *Attitude*

Waarom noem ik nu bij, op het eerste gezicht andere gedragsvormen (pesten en wedijveren), het woordje attitude of grondhouding? Wel, een attitude is een psychologische term om aan de te geven dat mensen een pro- of conthouding ten opzichte van zich zelf, anderen en de dingen en gebeurtenissen om het heen hebben en samenhangend of gevoed daardoor de neiging om overeenkomstig die pro- of contra-houding te handelen. Anders gezegd: een attitude is een

systeem en bestaat uit drie componenten, (1) een cognitief-evaluatief element, (2) bekendheid met objecten/personen, en (3) een handelingscomponent (bereidheid tot actie)<sup>10</sup>.

#### *De benadering van de pester*

Het zal duidelijk zijn dat de waardering of de evaluatie van pesten, van pestgedrag zien, enz. van persoon tot persoon, van kind tot kind verschilt. Maar, *iets vinden van iets* (het cognitieve-evaluatieve deel van de attitude) betekent niet gelijk ook *doen wat je vindt of meent* (het handelingsdeel van de attitude). We zagen dat boven al waar ik wees op de drie *gedrags- of pestintenties* die bepalen of die intenties ook werkelijke daden worden.

Als er bordspelen zijn die anti-pestgedrag zijn, of een pestpreventie kwaliteit hebben, dan zullen dat (bord)spellen moeten zijn die op de (1) cognitief-evaluerende kant en (3) op de gedragsbereidheidskant van de pestintentie moeten ingaan. In die zin dat de evaluatie van (2) de mening over de gepeste persoon geëvalueerd moet worden. En, zo, dat de gedragsbereidheidskant ook geëvalueerd maar ook gestuurd en gestopt moet worden.

#### *De benadering van het gepeste kind*

Uiteraard heeft ook het gepeste kind een attitude t.a.v. het gepest worden en hoe daarmee om te gaan. De aandacht dient hier, denk ik, uit te gaan naar de bovengenoemde risicofactoren die het gepest-worden in stand lijken te houden. Spellen die kinderen sterken willen in hun omgang met het gepest worden zullen ook die drie elementen van het attitude-systeem als uitgangspunt dienen te nemen. Ze dienen (1) het kind te helpen bewust te worden van die elementen in diens gedrag die het gepest worden kunnen opwekken of laten voortbestaan. (2) Te helpen bij de evaluatie van het eigen gedrag en zoeken naar de eigen sterkte tot verandering, en (3) een bij te dragen aan het vinden van een weg om met gepest worden om te gaan en in het vinden van een antwoord op de vraag hoe je te gedragen als jij het piespaaltje van de groep, van de klas of de club bent?

#### **Bestaan er spellen die anti-pesten zijn en pestpreventie beogen?**

Het spelen, of het (bord)spellen spelen heeft een belangrijke functie in het sociale leren van kinderen. Daardoor is het zo, dat kinderen door samen te spelen ze hun sociale competenties oefenen binnen de sociale relaties van hun leeftijdsgroep, die gelijk ook de groep is waarin kinderen hun plaats binnen de sociale rangorde, moeten vinden. En dat vinden gaat met veel wedijver gepaard. Subtiel of minder subtiel<sup>11</sup>.

Door het spelen van bijv. gezelschapsspellen, teamsporten en competities leren kinderen ook omgaan met winnen en verliezen en met regels en afspraken: houd je je eraan, of niet? Spreek je ze samen af, bedenk je eigen regels? Wat is sportief gedrag? Wat betekent het om deel uit te maken van een team?

Kortom: spellen spelen heeft biedt veel mogelijkheden om aan de attitudes van het kind te werken.

Spellen worden – globaal – ingedeeld in:

- *competitieve spellen*. Bij competitieve spellen spelen de spelers voor zichzelf. Dit type spellen vragen om een juiste balans van tactisch inzicht, geluk, bluffen en soms geheugen. Ieder spel is weer nieuw en kent – merendeels - niet te lastige regels. Vaak wel een spellentype met veel diepgang en meestal spannend tot het einde en is vaak met de kracht van eenvoud vormgegeven. Competitieve spellen zijn de gangbare spellen.

Zo maar wat voorbeelden van competitieve spellen zijn:

<ul style="list-style-type: none"><li>• Pesten</li><li>• Mens erger je niet</li><li>• Monopoly</li><li>• Ganzenborden</li><li>• Carcassonne</li><li>• Cluedo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Schaken</li><li>• Levensweg</li><li>• Scrabble</li><li>• Trivial Pursuit</li><li>• Risk</li><li>• Keezen</li></ul>
--	--

<sup>10</sup> Zie: Duijker, Dudink en Vroon, (1981), *Leerboek der psychologie*. Wolters-Noordhoff, Groningen. Blz. 461

<sup>11</sup> J. Rich Harris, *Het misverstand Opvoeding. Over de invloed van ouders op kinderen*. Contact, 1999.

• Dammen	• Carrière
----------	------------

- *coöperatieve spellen*. Bij coöperatieve spellen spelen de spelers niet tegen elkaar, maar met elkaar. De tegenstander is het spel zelf of "het bord" die de spelers samen proberen te verslaan. Zonder goed overleg en rekening houden met elkaars mogelijkheden wordt het erg lastig om te winnen!<sup>12</sup>

Zo maar wat voorbeelden van coöperatieve spellen zijn:

<ul style="list-style-type: none"><li>• Antarctica</li><li>• Pandemie</li><li>• In de ban van de Ring</li><li>• Tridio C</li><li>• De Legendes van Andor</li><li>• Flash Point</li><li>• Metapontum vredesschaak</li><li>• Arkham Horror</li><li>• Harley</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Defenders of the realm</li><li>• Ghost Stories</li><li>• Space Alert</li><li>• Stop de Stropers</li><li>• Shadows over Camelot</li><li>• Het verboden eiland</li><li>• Zonnespel: Winter!</li><li>• De Mol</li></ul>
---	--

*(Bord)spellen die focussen op preventie en versterking<sup>13</sup>:*

Er bestaan ook bordspelen die er op gericht zijn kinderen voor te bereiden op en weerbaar te maken tegen pesten. Ik denk dan (o.a.) aan de volgende spellen, terwijl ik gelijk ook min of meer citeer van de makers van deze spellen op hun websites zelf over die spellen en hun doelen en competenties schrijven:

- Pest'OOg: educatief spel over pesten, diversiteit, beperkingen en talenten;
- Het Antipestspel: dit spel is gemaakt door kinderen voor kinderen om het pesten en het omgaan met elkaar bespreekbaar te maken!
- Het babbelspel: Het originele Babbelspel nodigt op een speelse manier uit een aantal sociale vaardigheden te oefenen aan de hand van alledaagse opdrachten. Het is een positief spel. Negatief gestelde vragen werden niet gebruikt, de nadruk ligt op het positieve. Thema's zijn: thema's: beleefdheid, assertiviteit, goede manieren, inlevingsvermogen, sociale vaardigheden, taalontwikkeling, algemene kennis, weerbaarheid, trainen van vaardigheden, sociale redzaamheid, respect voor anderen.
- Een steekje los?: Dit nieuwe bordspel is voor mensen met een licht verstandelijke beperking en hun omgeving. Spelenderwijs in gesprek over kwaliteit van leven en meedoen in de samenleving.
- Geen grapjes over pesten: De kern van Geen grapjes over pesten bestaat uit 125 gemakkelijk uit te voeren sessies. De sessies zijn zorgvuldig opgezet om een pestvrije sfeer te scheppen, waarin kinderen kunnen leren en gedijen. De sessies duren elk zo'n twintig minuten en vragen heel weinig voorbereiding. De bedoeling is dat het voorkomen van pesten, oplossen van conflicten en opbouwen van sociaal-emotionele vaardigheden wezenlijke en haalbare elementen worden binnen het kader van je drukke schooldag. Ter ondersteuning van de lessen in het project kunt u met de leerlingen het Geen grapjes over pesten bordspel spelen. Met dit voor kinderen zeer aansprekende spel komen ze situaties van pesten uit de dagelijkse praktijk tegen. Daarmee leren ze de vaardigheden aan waarmee ze moeilijke situaties het hoofd kunnen bieden.
- Het ASO-spel: Hoe (a)sociaal ben jij?: Dit spel verrijkt het werk aan sociaal-emotionele ontwikkeling met Kinderen en... hun sociale talenten<sup>14</sup> door de inzet van Het Aso-spel. Kinderen doorlopen in dit bordspel een uitdagend parcours dat 's morgens thuis begint en 's middags eindigt in een pretpark. Geschikt voor leerlingen vanaf groep 5 om spelenderwijs sociaal gewenst gedrag te bespreken en toe te passen.

<sup>12</sup> Zie: [http://www.joukekorf.nl/jouke\\_korf\\_spellen.html](http://www.joukekorf.nl/jouke_korf_spellen.html);

<sup>13</sup> Zie, o.a.: <http://www.pestten.nl/product-categorie/spellen/>

<sup>14</sup> De alledaagse situaties van dit spel sluiten aan bij de acht gedragscategorieën uit de methode *Kinderen en... hun sociale talenten* en de SCOL.

- Het brugklasspel: Dit spel is onmisbaar voor alle bijna-brugklassers, maar ook leuk voor nieuwe brugklassers! Want er verandert straks heel veel in je leven; nieuwe vakken, nieuwe leraren en nieuwe vrienden. Hartstikke leuk natuurlijk, maar ook wel spannend, want pesten is ook iets wat daar op je weg kan komen. Daarom kun je maar beter voorbereid zijn. Een sterke kant van het Brugklasspel is dat er leuke weetjes in terugkomen m.b.t. de schoolvakken maar ook onderwerpen rond sociale thema's. Sociaal emotionele onderwerpen worden hierdoor luchtig afgewisseld kennisfeitjes. Dus ook prima te spelen als de begeleider sociale vaardigheden op een speelse manier bespreekbaar wil maken.
- Ik ben een topper – kaartspel: Dit kaartspel kan bij het boek 'Ik ben een topper' (isbn 978.90.206.3811.0) gebruikt worden, maar ook onafhankelijk. Het bevat 50 kaarten waarop belangrijke levenslessen of spreuken staan. Op de achterkant van elke kaart staat een vraag en een opdracht. Een opdracht leert het kind iets over zichzelf en over het leven. Er zijn knutselopdrachten, doe-opdrachten en interactieve opdrachten. De opdrachten zullen het kind helpen een positief zelfbeeld te krijgen en zich sterker te voelen.
- Ik denk me sterk: "Ik denk me sterk" bestaat uit 50 spelkaarten. Alle kaarten zijn aan de ene kant voorzien van een afbeelding en op de andere zijde staat een helpende gedachte. De helpende gedachten richten zich op vier thema's: (1) weerbare lichaamstaal, (2) opkomen voor jezelf en een ander, (3) zelfvertrouwen en (4) omgaan met eigen en andermans grenzen. Tijdens het spel leren de spelers de eigen niet helpende gedachten herkennen en omzetten in helpende gedachten. Wanneer zij de spelvormen vaker spelen zullen zij positiever gaan denken en gemakkelijker voor zichzelf en een ander opkomen. Hierdoor zullen zij als individu en als groep beter gaan functioneren. Het spel is gebaseerd op de werking van de vier G's.
- Krijg de pest (weg): Dit spel komt uit de Belgische scoutingswereld en is gericht op de volgende anti-pestthema's: (1) Het bestrijden van het symptoom dat een subgroep zich superieur opstelt ten opzichte van één of meerdere individuen, ten koste van de waardigheid van het slachtoffer. In de volksmond duidt men dat fenomeen aan met de term 'pesten'." (2) laten zien dat je (sommige) competitieve spellen ook coöperatief kunt maken, (3) het verdeel- en heersgedrag in tomen, bewust maken en dempen, (4) via z.g. stigmatiseringsspellen het stigmatiseren in eigen hoofd bewust te maken en te verminderen, bestrijden.

#### *Waaraan moeten (bord)spellen voldoen om anti-pest te zijn?*

Boven schreef ik dat pestgedrag uit een attitude bestaat, die drie componenten kent, te weten het (1) cognitief-evaluatie element van: "*ik vind iets van jou!*", vervolgens uit (2) een gedragsbereidheidselement in de zin van: "*ik heb de intentie jou dit of dat (aan) te doen!*" Te pesten dus. En, (3) de gedrags- of handelingskant die met de evaluatieve motivatie samenhangende gedragsbereidheid of intentie (3) om *die intentie in handelen om te zetten* om zo tot concreet pestgedrag te worden.

Spellen die bedoelen pestgedrag te verminderen, te voorkomen of te laten uitdoven zullen aan al deze drie componenten van de pestattitude wat moeten doen, en dat zowel naar de persoon van de pleger als naar de persoon van het pestslachtoffer toe. Alleen is de scope naar de pester en de gepeste toe anders. Bij de pester gaat het om *uitdoving* van pestgedrag, bij het gepeste kind gaat het om *weerbaar maken* tegen gepest worden (zie nog eens op blz. 5 van dit stuk). Want, het beste 'wapen' tegen pesten is een weerbaar kind<sup>15</sup> of een kind vol zelfvertrouwen<sup>16</sup>.

Om eens te kijken of (bord)spel makers van anti-pestspellen ook zich richten op de verandering van de drie (pest)attitudecomponenten heb ik een aantal van hun spellen (zie de op vorige pagina opgenoemde spellen) in een matrix geplaatst en de volgende criteria (afgeleid van de drie pestattitudecomponenten) geturfd:

1. Weerbaar maken
2. Zelfvertrouwen geven of vergroten
3. Zelfbeeld verbeteren
4. Beeld van de ander corrigeren, bijstellen en respect tonen
5. Eigen gedragsintenties bijstellen

---

<sup>15</sup> [http://www.zinloosgeweld.net/content/projecten/informatiefspel\\_diversiteit.php](http://www.zinloosgeweld.net/content/projecten/informatiefspel_diversiteit.php)

<sup>16</sup> E. de Visser, 'Sterkste wapen tegen pesten op school is zelfvertrouwen'. In: *De Volkskrant* van 09/11/98

6. Zich inleven in de ander
7. Sociale thema's aan de orde stellen
8. Emotionele thema's bespreekbaar en/of bewustmaken

Om te weten voor welke leeftijdsgroep de makers deze spellen bedoeld hebben noteerde ik ook die opgegeven leeftijden uit hun op de websites te vinden omschrijvingen. De gemiddelden van de opgegeven leeftijd spreiding blijkt de leeftijd spreiding van 7,7 – 13,6 jaar te zijn<sup>17</sup>. Dit resultaat past bij de leeftijdsgroep waarbinnen pestgedrag opkomt en ook weer – merendeels – verdwijnt.

**Conclusie:**

Conclusie uit de gegevens van het matrix-overzicht is, dat spellenmakers op allerlei manieren hun best doen om spellen te maken die zowel inspelen op de drie attitudecomponenten van pesten als van gepest worden. Het zou interessant zijn te onderzoeken of er ook daadwerkelijke effecten van deze spellen uitgaan op de attitude componenten van pestgedrag en omgaan met gepest worden. Maar, gelet op het feit dat de Anti-Pesten.nl Het Nederlandse Anti-pestportaal veel van de door mij genoemde spellen op haar website opgenomen heeft, geeft aan dat er bij dit anti-pestportaal waardering voor deze spellen bestaat.

---

<sup>17</sup> N.B. aan de gekozen spellen en de daarbij behorende leeftijd spreiding mogen geen wetenschappelijke conclusies worden getrokken. De door mij gekozen (bord)spellen zijn zeer select gekozen en omvatten niet het grote geheel dat er aan coöperatieve en anti-pestspellen bestaat.

<b>Naam van het (bord)spel</b>	<b>Leeftijd</b>	<b>Weerbaar maken</b>	<b>Zelfvertrouwen geven of vergroten</b>	<b>Zelfbeeld verbeteren</b>	<b>Beeld van de ander corrigeren / bijstellen / respect voor de ander</b>	<b>Gedrags-intenties bijstellen</b>	<b>Zich inleven in de ander</b>	<b>Stelt sociale thema's aan de orde</b>	<b>Maakt emotionele thema's bespreekbaar of bewust</b>
<b>Pest'OOg</b>	7 -10 jaar	Ja			Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
<b>Antipestspel</b>	6 -10 jaar	Ja	Ja	Ja	Ja		Ja		Ja
<b>Babbelspel</b>	7 – 18 jaar	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
<b>Geen grapjes over pesten</b>	7 – 12 jaar	Ja	Ja		Ja		Ja	Ja	Ja
<b>Het ASO-spel</b>	8 – 13 jaar				Ja		Ja	Ja	Ja
<b>Het brugklasspel</b>	11 – 14 jaar							Ja	Ja
<b>Ik ben een topper – kaartspel</b>	6 – 14 jaar	Ja	Ja	Ja				Ja	Ja
<b>Ik denk me sterk</b>	6 – 18 jaar	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
<b>Krijg de pest (weg)</b>	12 – 18 jaar	Ja			Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
<b>Gem. leeftijd:</b>	<b>7,7 – 13,6 jaar</b>								
<b>Ja's</b>		7 x	5x	4x	7x	4x	7x	8x	9x

Tabel 1: attitude componenten en anti-pestbedoelingen van anti-pestspellen