

**De**

**No Blame**

**methode**

**informatie over de cursus  
effectief omgaan met pestgedrag  
op basis- en middelbare scholen**

Door:  
Saskia Borstlap  
Niels Overzee  
Met speciale dank aan:  
Barbara Maines  
George Robinson

## **Inleiding**

Als een kind zich al langer ongelukkig voelt omdat hij of zij stelselmatig geconfronteerd wordt met vervelend of agressief gedrag, wordt geplaagd of buitengesloten van de sociale groep (school, klas, etc.), spreken we van pesten. Pesten is een vorm van een conflict. Het woord conflict heeft voor veel mensen een ernstige of heftige gevoelsbetekenis. Toch zijn conflicten in menselijke relaties vaak onvermijdelijk. We doen er dus beter aan conflicten serieus te nemen.

Jarenlange ervaring in onze therapiepraktijk, alsook ons eigen ouderschap heeft ons er ten eerste van doordrongen hoe belangrijk het is om pestgedrag aan de basis aan te pakken. In 2001 ontdekten we de **No Blame** methode en we hebben deze aanpak vervolgens, in overleg met de grondleggers en met collega's in andere Europese landen, vertaald, bewerkt en aangepast aan de Nederlandse situatie.

De **No Blame** methode is een aanpak om pesten te laten ophouden. De methode werkt vanuit een niet straffend model en is toch (of, volgens ons, juist daarom) zeer effectief.

Het is proefondervindelijk gebleken dat veel strategieën die gebruikt zijn om het gedrag van de pester of het slachtoffer te veranderen, niet effectief zijn.

Vaak kijken we naar de pester met gevoelens van boosheid en frustratie, en naar het slachtoffer met medelijden. Omdat we een verantwoordelijkheid hebben tegenover de kinderen en hun ouders is het belangrijk dat we accuraat en effectief kunnen reageren op pestgedrag. Dit betekent dat we een methode moeten kunnen inzetten die werkelijk leidt tot resultaten, n.l. het pesten te laten ophouden.

De **No Blame** methode is een zeer effectieve aanpak om pesten te laten ophouden, zonder veel administratieve rompslomp. Sommige onderzoeken in Engeland, Duitsland en België noemen succespercentages van +90%. (1) Waar de meeste andere methoden zich onderscheiden indien ze rond de 50% succesvol zijn, vinden wij dat we hier kunnen spreken van een revolutionaire ontwikkeling in de aanpak van pestgedrag.

Het doel van de cursus die wij geven is: leerkrachten kennis laten nemen en in de praktijk leren toepassen van de **No Blame** methode. Na de cursus kan op een effectieve manier ingegrepen worden bij pestgedrag onder scholieren, in de klas, rondom de school en onderweg van en naar school. Met de cursus bieden wij een totaal pakket aan. Scholen krijgen de kennis om pesten effectief te laten stoppen, informatie brochures voor ouders en kinderen en de mogelijkheid tot licentiering.

NoBlame  
Nederland

## **Filosofie**

Scholen hebben, net als ouders een zorgplicht ten opzichte van de leerlingen. Die zorgplicht omvat onzes inziens ook de verantwoordelijkheid om het aantal pestincidenten te verminderen, onder andere door er op een veilige en effectieve manier op te reageren. Veiligheid is een belangrijke randvoorwaarde voor kinderen om zich goed te kunnen ontwikkelen.

Een schoolsysteem zou eigenlijk zo ingericht moeten zijn dat het alle kinderen en stafleden steunt. Op die manier wordt een situatie vermeden waarin kinderen en/of stafleden aan zichzelf zijn overgeleverd met betrekking tot het oplossen van (pest)problemen. (2)

Eén van de gevolgen van het toepassen van de No Blame® methode is dat kinderen (en leerkrachten) leren om samen conflicten op te lossen door verantwoordelijkheid voor elkaar te aanvaarden. Bij deze methode wordt dat niet expliciet gemaakt of als een moraliteit ingehamerd, we volstaan met het laten ervaren van deze houding.

## **De methode**

De No Blame methode is een stappenplan.

Wat dit stappenplan bijzonder maakt, is dat het erin voorziet dat het pesten op een voor alle betrokkenen veilige manier wordt opgelost en dat het kinderen (en volwassenen) leert om op een andere manier om te gaan met conflicten. Bij deze methode is de manier waarop een en ander gebeurt essentieel. Wat voorop staat is de filosofie dat het uiteindelijk niet helpt om te (dreigen met) straffen en dat het probleem samen opgelost dient te worden.

Het is de bedoeling dat er op elke school[locatie] ten minste één pestcoördinator komt die als aanspreekpunt fungeert voor iedereen die met pesten geconfronteerd wordt. De pestcoördinator voert de aanpak uit, of schakelt een collega in die het stappenplan uitvoert om tot een bevredigende oplossing te komen.

Kort weergegeven behelst het stappenplan dat het gepeste kind wordt bevraagd naar zijn/haar ervaringen. Vervolgens worden pesters en omstanders bij elkaar geroepen en wordt er gezocht naar een oplossing. Later vindt er een evaluatie plaats. Op welke manier dit specifiek gebeurt en hoe je kunt omgaan met allerlei voetangels en klemmen, om te vermijden dat deze methode mislukt, komt in de cursus aan de orde.

NoBlame  
Nederland

## **De cursus**

De cursus geldt als bijscholing voor leerkrachten en bestaat uit de introductie en het aanleren van de methode.

Aan de orde komen:

- Het inventariseren en definiëren van pestgedrag aan de hand van voorbeelden.
- Het onderkennen; hoe weet je dat er gepest wordt?
- Het definiëren van de uitgangspunten.
- Het bekijken van ondersteunend videomateriaal.
- Introductie van de **No Blame** methode.
- Voorbeelden van toepassingen van de **No Blame** methode.
- Uitvoeren en integreren in de schoolpraktijk.
- Licentiering.

De cursus wordt als volgt aangeboden. Wij komen gedurende één dag (ongeveer van 09:00 uur t/m 16:00 uur) de methode aan het team of een deel ervan overbrengen, waarbij we uitgaan van maximaal 12 personen per keer. In de begintijd organiseerden we nog een aantal malen per jaar workshops, met bedoeling is dat er per school 2 leerkrachten afgevaardigd worden. We zijn daar van afgestapt omdat deze aanpak aanmerkelijk minder effectief bleek te zijn. In de loop van de jaren is ons gebleken dat het belangrijk is dat het grootste deel van een team ervaart en snapt hoe het werkt, ook al zal niet iedereen de interventie altijd zelf uitvoeren.

Voor grote scholen of scholengemeenschappen met meerdere locaties, schoolverenigingen die bestaan uit meerdere (gefuseerde) schoollocaties zijn aparte regelingen mogelijk. Neem daarvoor contact met ons op.

Bij de cursus inbegrepen is een werkboek met uitgebreide documentatie en het kopieerrecht voor twee meegeleverde informatie brochures over de No Blame methode; één voor de ouders en één voor de leerlingen. Scholen waarvan medewerkers de cursus gevolgd hebben en die daarnaast nog extra begeleiding willen bij de invoering van de methode op school, kunnen we assisteren. Ook supervisie behoort tot de mogelijkheden.

## **Wie zijn wij?**

Saskia Borstlap (1951) Ik ben ervaren in en werkt sinds 1976 met diverse behandelmethoden binnen de Haagsche TherapiePraktijk.

Mijn achtergrond; een jaar academie voor euritmie (een therapeutisch kunstzinnige bewegingsleer, gebaseerd op de filosofie van Rudolf Steiner), behandel assistent afdeling gedragstherapie "Bloemendaal" in Den Haag, T.L.G.-A, een training in het begeleiden van therapiegroepen aan het instituut voor voorlichtingskunde en communicatie, een opleiding Speyer therapie (een korte, intensieve methode om jeugdtrauma's te verwerken) en een driejarige opleiding aan het Institute of Unitieve Psychotherapy van dr. Jacob Stattman. Dit alles naast veel op zich zelf staande (lichaamswerk) trainingen en dansworkshops in

binnen- en buitenland.

Bij dr. Michiel Noordzij (kinder- en jeugdpsychiater) volgde ik een bijscholing in zijn "echt wel" aanpak voor kinderen met gedragsproblemen.

Ik heb inmiddels al vele jaren een eigen praktijk voor individuele- en relatietherapie, sinds 1987 binnen de maatschap Overzee/Borstlap. Sinds een paar jaar begeleid ik ook ouders van kinderen met gedragsproblemen en werkte daarbij van 2011 t/m 2016 samen met de praktijk van dr. Noordzij.

Ik ben lid en bestuurslid geweest van de vereniging van unitieve therapeuten in Nederland.

Niels Overzee (1958): Ik ben in 1980 afgestudeerd aan de pedagogische academie in Den Haag. Daarna heb ik een bijscholing gedaan voor het Vrije School onderwijs. De grote werkloosheid destijds in het onderwijs noopte mij om te scholen. Ik volgde de medisch-shiatsu opleiding en diverse bijscholingen aan de Nippon Nederlandse Shiatsu school in Baarn. Dit is in Nederland de enige school die, als officiële dependance van het Nippon Shiatsu college in Tokio, erkend is door het Japanse ministerie van volksgezondheid.

Daarnaast volgde ik de basisopleiding hypnotherapie en een workshop nieuwe energietherapieën bij het IEP in Nijmegen. Hierbij leerde ik, naast klassieke hypnotherapie, onder andere het werken met EMDR en EFT. Ik volgde bovendien workshops bij het Stattman Institute of Unitive

Psychotherapy en workshops energiewerk bij diverse andere instituten. Bij dr. Michiel Noordzij (kinder- en jeugdpsychiater) volgde ik een bijscholing in zijn "echt wel" aanpak voor kinderen met gedragsproblemen.

Sinds 1987 werk ik samen met Saskia Borstlap binnen de Haagsche TherapiePraktijk. Ik ben medeoprichter en voormalig bestuurslid van de Nippon Nederlandse Shiatsu Werkgroep en van de European Shiatsu Association en ben een paar jaar adviserend lid van het bestuur van de vereniging voor unitieve psychotherapie geweest.

Sinds ongeveer 2007 begeleid ik jongeren en jongvolwassenen met opgroeimoeilijkheden en vanaf eind 2011 werk ik ook als bewindvoerder en curator, met name voor jongeren die extra zorg nodig hebben. Ik werkte als jongerencoach van 2011 t/m 2016 samen met de praktijk van dr. Noordzij.

NoBlame  
Nederland

### **Ten slotte**

De **No Blame** methode is, hoe succesvol ook, geen panacee voor elk ongewenst gedrag. Het levert echter wel de bouwstenen voor een empathische en zorghebbende filosofie. Het geeft alle leerlingen een kans en geeft ze gestructureerde steun.

## **Financiën**

Onderstaande tarieven gelden voor scholen, per school of locatie.  
De door ons gehanteerde tarieven zijn als volgt:

|  |            |               |
|--|------------|---------------|
| Een gecompriëerde cursus op uw locatie:                  | € 1.600,00 | per dag       |
| Een na- of bijscholingsdag op uw locatie:                | € 1.450,00 | per dag       |
| Assistentie en supervisie ter plekke:                    | € 100,00   | per uur (I)   |
| Telefonische assistentie en supervisie,<br>of per email: | € 100,00   | per uur (II)  |
| Vervoerskosten boven de 25 km                            | € 0,60     | per km. (III) |

Voor de cursussen komen we naar de school toe en brengen gedurende één dag (ongeveer 6 uur excl. pauzes) de methode aan het team of een deel ervan over.

Elke workshop of cursus wordt door twee trainers gegeven. Bij de cursus inbegrepen zijn werkboeken met uitgebreide documentatie en het kopieerrecht voor twee meegeleverde informatie brochures over de No Blame methode; één voor de ouders en één voor de leerlingen. Ook kan men gedurende één jaar gratis gebruik maken van één uur supervisie.

Alle tarieven zijn, voor zover van toepassing, inclusief btw.

Wijzigingen voorbehouden. De meest recente en actuele tarieven zijn de tarieven zoals vermeld op de website.

( I ) Er wordt ten minste 1 uur + reistijd en reiskosten in rekening gebracht.

( II ) Vanaf 15 minuten en vervolgens per kwartier of deel daarvan.

(III) Kilometers op basis van enkelvoudige afstand volgens gangbare routeplanners.

## **Nuttige adressen kunnen zijn:**

### **De kindertelefoon;**

[www.kindertelefoon.nl](http://www.kindertelefoon.nl) 0800-0432 elke dag van 14:00 tot 20:00 uur.

### **Aktiepuntstudenten en scholieren;**

[www.laks.nl](http://www.laks.nl) 020-5244060, ma t/m do van 12:00 tot 17:00 uur.

### **Stichting korrelatie;**

0900-1450 of [www.korrelatie.nl](http://www.korrelatie.nl)



**Ouders Online:**

020 - 676 26 38

<http://www.ouders.nl>

**Ouders Online**

De aanpak van gedragsproblemen;

<http://www.echtwel.info>

<http://www.childpoint.nl>



**Noten:**

(1)-Young, S; The support group approach to bullying in schools; (1998) Educational psychology in practice, vol 14.nr 1

(2)-Besag, V.E. - Bullies and victims in schools - Milton Keynes, O.U.P. (1989)

Zie ook de website voor meer verwijzingen naar onderzoek.

**Disclaimer:**

No Blame is een beschermd merknaam. Het gebruik van deze naam, in welke vorm of verwijzing dan ook, is alleen toegestaan met schriftelijke toestemming van No Blame Nederland. Wij staan niet in voor organisaties en/of instellingen die, zonder onze medewerking en/of buiten ons weten, oneigenlijk gebruik maken van de naam.

Scholen die de naam No Blame gebruiken om zich als "No Blame school" te afficheren en niet door No Blame Nederland zijn opgeleid, zijn in overtreding van auteurs- en merkenrechtelijke wetgeving.

Organisaties (scholen, opleidingsinstituten, etc.) die de naam No Blame gebruiken, bijvoorbeeld door naar de methode te verwijzen terwijl zij geen toestemming hebben de naam te gebruiken, of door met de aanpak te reclameren in de verwijzing naar door hen gebruikte (eigen) pestaanpakken, eraan refereren bij (eigen) cursussen met een andere naam [al dan niet werkend vanuit hetzelfde principe en/of vanuit hetzelfde protocol], of door er in hun pestprotocol naar verwijzen, maar niet door ons zijn opgeleid, zijn over het algemeen in overtreding van merkenrechtelijke en auteursrechtelijke wetgeving. Andere aanpakken die naar eigen zeggen zijn gebaseerd op de No Blame methode, maar dat doen zonder toe- of instemming van No Blame Nederland doen dat voor eigen rekening en verantwoording. Alleen als er expliciet toestemming is voor het gebruik van de naam No Blame kunnen wij worden aangesproken op het gebruik en/of de uitvoering van de No Blame aanpak.

Op dit moment hebben wij geen opleidingslicenties of anderszins toestemming aan derden uitgegeven. Dit betekent dat in Nederland momenteel geen opleidingsinstituten gerechtigd zijn gebruik te maken van de merknaam. Ook instanties die, met betrekking tot No Blame cursussen, naar andere opleiders dan No Blame Nederland verwijzen, maken zich in feite schuldig aan overtreding van wetgeving.

Bij twijfel over de mogelijkheid tot gebruik van de naam (bijvoorbeeld in eigen publicaties, of over de rechtmatigheid van het gebruik van de naam) kunt u met ons contact opnemen via onderstaande gegevens of de contactpagina op de website.

### **Voorwaarden:**

Op al onze producten zijn onze algemene voorwaarden van toepassing. Een verkorte versie vindt u hieronder. Voor de uitgebreide versie kunt u ons mailen. Boeking is definitief zodra ze door ons bevestigd zijn. Het volledig cursusbedrag dient uiterlijk vier weken voor aanvang van de cursus aan ons te zijn overgemaakt. Bij annulering van de cursus tot vier weken voor aanvang wordt 10% van het factuurbedrag (met een minimum van 50,00 euro) in rekening gebracht voor administratieve kosten. Bij annulering van de cursus tot 14 dagen voor aanvang wordt 50% van het factuurbedrag in rekening gebracht. Bij annulering van de cursus binnen 14 dagen voor aanvang wordt 100% van het factuurbedrag in rekening gebracht. Bij aanvragen binnen vier weken voor aanvang van de workshop dient, na bevestiging van onze kant, de factuur per omgaande voldaan te worden. Annulering kan per telefoon en dient schriftelijk (per post, e-mail ) bevestigd te worden. De betalingsverplichting geldt vanaf onze schriftelijke bevestiging van de cursus aanvraag. Deze gaat meestal vergezeld van een factuur en inschrijfformulier.

© 2002-2018 Maatschap Overzee/Borstlap; No Blame Nederland  
Grt Hertoginnelaan 251 - 2517 ET Den Haag  
T: 070 3605559  
M: mail@noblame.nl  
I: <http://www.noblame.nl/>



De naam No Blame en logo's zijn geregistreerde merken, het gebruik ervan is aan strikte voorwaarden onderworpen.

Deze tekst is auteursrechtelijk beschermd. Het overnemen/gebruiken, kopiëren, of anderszins verspreiden van teksten en/of afbeeldingen is niet toegestaan behoudens uitdrukkelijke schriftelijke toestemming van de uitgevers. Voor informatie kunt u contact opnemen met de Maatschap Overzee/Borstlap.