

“Reageren is altijd beter dan niet reageren”

Hoe omzeil je het omstaanderseffect?

INES MINTEN

Een student krijgt een ongepaste opmerking naar het hoofd geslingerd. Er wordt gepest op de speelplaats. Iemand wordt lastiggevalen in de bus. Veel ogen zien het gebeuren, niemand grijpt in. Hoe komt dat en hoe ga je tegen de passiviteit in?

Wanneer mensen iets zien gebeuren, zullen ze sneller ingrijpen als ze alleen zijn dan in groep. Dat is het befaamde omstaanderseffect, een begrip uit de sociale psychologie. Het is een van de minder fraaie kantjes van de mens, maar er is goed nieuws: hoe beter je het omstaanderseffect doorgrondt, hoe minder vat het op je heeft.

Twijfel en groepsgedrag

“Het omstaanderseffect heeft een aantal oorzaken”, vertelt Ann Labeeuw van het Agentschap Integratie en Inburgering, dat geregeld omstaanderstrainingen organiseert. Mensen denken snel dat iemand anders vast beter geplaatst is om in te grijpen dan zijzelf: ik kan het niet, ben er niet voor opgeleid, heb de situatie misschien niet helemaal begrepen ... Zo ontstaat twijfel aan de eigen waarneming en het eigen kunnen.

Ook sociale druk speelt een rol. Zelfs een toevallige groep, zoals aan een loket of op een perron conformeert zich aan een groepsnorm: als niemand reageert, dan ik ook niet.

“Een derde oorzaak is angst”, zegt Ann Labeeuw. “Zeker wanneer er agressie in het spel is, vrees je al snel dat de situatie zich tegen jou zal keren. En uiteraard is bezorgd zijn om je eigen veiligheid waardevol.” Moei je niet in een caféruzie, bel liever de politie.

Van passief naar actief

Wanneer je iemand bijvoorbeeld racistische of seksistische opmerkingen hoort maken, is reageren altijd cruciaal. “Het draait om de normen die we als samenleving hanteren: zo gaan we niet met elkaar om. Reageer je niet, dan installeer je een norm die dat soort gedrag goedkeurt.”

Maar hoe maak je van een passieve omstaander iemand die actief ingrijpt? “Ook dat heeft met de sociale norm te maken: reageert één persoon in een groep, dan kun je er vrijwel zeker van zijn dat ook anderen zullen bijspringen.” Vaak heeft iemand maar een enkel zetje nodig om het effectief te doen.

De meeste mensen vinden reageren immers absoluut zinvol en noodzakelijk en voelen zich dan ook schuldig wanneer ze niets doen. Dat zorgt er vaak al voor dat ze een volgende keer wél zullen optreden. “Hoe meer je er al eens over hebt nagedacht, hoe groter de kans dat je bij een volgend incident zult reageren.”

Reageren is altijd beter

Ongewenst gedrag komt altijd onverwacht, je bent er niet op voorbereid. Dus hóé reageer je best? “Reageren is altijd beter dan niet reageren”, stelt Ann Labeeuw. “Je reactie hoeft daarom niet perfect te zijn. Ze mag bondig zijn, als ze er maar is, ook wanneer het over een thema gaat waar je weinig over weet. Stel dat een transpersoon het mikpunt wordt van een scheldpartij, dan vinden de meeste mensen dat fout, maar omdat ze niet veel over transpersonen weten, zwijgen ze. In zulke gevallen kun je het gerust houden op een kort en duidelijk: ‘Wat je hier zegt, vind ik niet respectvol’. Of: ‘Dit is kwetsend, hou ermee op.’”

Richt je eerst op de dader

Neem nu een context waarin racistische, seksistische of homofobe opmerkingen worden gemaakt. Richt je dan in eerste instantie op de pleger, al helemaal wanneer er nog andere omstaanders zijn: speel in op de sociale norm die dat soort gedrag afkeurt. “Vergeet niet dat zo’n situatie evengoed iets met de pleger doet als met mikpunt”, zegt Ann Labeeuw. “De pleger voelt de afkeuring evenzeer.”

Een tweede stap is uiteraard het mikpunt ondersteunen. “Die persoon heeft net recht op zorgzaamheid en het gevoel van steun die die krijgt van mensen die het gedrag publiekelijk afkeuren. Vraag ook actief wat die nodig heeft, wat je op dat mo-

HET OMSTAANDERSEFFECT WERKT EEN BEETJE ALS EEN LANGE RIJ DOMINOSTEENTJES...

EÉN, TWEE, DRIE... GO!

Zou ik...?

WAT MOET IK DOEN?

...HE

ER IS MAAR EÉN MOEDIGE DUWER NODIG...

ment kunt doen." Ten derde kun je andere omstaanders betrekken, wat de algemene afkeuring nog vergroot. Is er een persoon met autoriteit of een hiërarchische functie in de buurt? Spreek die ook aan.

Er is wél een probleem

Mensen worden om uiteenlopende redenen mikpunt van ongepast gedrag, maar personen met uiterlijke tekenen van diversiteit krijgen er vaker mee te maken. Sommigen onder hen relativeren ongewenst gedrag of opmerkingen gemakkelijk en geven daardoor al eens de indruk dat er eigenlijk geen probleem is. "Er is wél een probleem. Misschien reageert het mikpunt uit zelfbescherming en dat mag, maar dat ontslaat jou niet van je verantwoordelijkheid om wel degelijk te reageren." Het is voor alle betrokkenen én getuigen cruciaal: "Als jongeren bij een conflict op de speelplaats zien dat leerkrachten niet adequaat reageren, dan schept dat ook voor hen een verkeerde norm en een onveilig gevoel. Het heeft allemaal invloed op je schoolklimaat."

Keur gedrag af, niet een mening

En wat als verschillende visies en meningen met elkaar in conflict komen? "Focus op gedrag, niet op meningen", adviseert Ann Labeeuw. "Anders kom je misschien in polariserende dynamieken terecht: jij bent racistisch, jij bent seksistisch, jij bent homofob. Mensen mogen vinden wat ze willen, maar er is een onderscheid tussen een mening en gedrag: op een school of in de samenleving mag je verwachten dat mensen respectvol met elkaar omgaan en elkaar geen verwijten maken, wat ze ook van elkaar denken."

Belang van beleid

Reageren op ongepast gedrag binnen een onderwijsinstelling wordt een stuk eenvoudiger als er een duidelijk beleid rond bestaat. "Het gaat om een visie en afspraken over hoe je met elkaar omgaat: hoe reageren we op ongepast gedrag, wat vinden we belangrijk binnen ons schoolklimaat?" Licht dat vast, dan kun je je ertoe verhouden, ernaar verwijzen, dat maakt het voor een individu ook weer gemakkelijker om te reageren. "Het gaat om een engagement van een school: hier staan wij voor. Wij laten zullen dingen niet passeren."

Een beleid kan voortkomen uit de algemene visie van de instelling. "Het gebeurt dat er een spreker wordt uitgenodigd op een pedagogische studiedag en dat er vervolgens een groepje met het thema aan de slag gaat", zegt Ann Labeeuw. "Wat tot slot ook belangrijk is, is dat leerkrachten er onderling over praten. Ook dat stimuleert weer gepaste reacties op het juiste moment."

Word een actieve omstaander met zes A's:

■ Aanspreken

Spreek de betrokkenen direct aan: in eerste instantie de pleger, maar zeker ook het mikpunt en de omstaanders.

■ Afleiden

Afleiden kan een situatie ontmijnen. Als je in een station ziet hoe iemand lastiggevallend wordt, ga naar het groepje toe en vraag of dit de trein naar Leuven is. Je kunt ook het mikpunt aanspreken alsof je hem of haar kent. Laat desnoods je koffie vallen als je er één in de hand hebt: ook zo iets leidt af.

■ Anderen betrekken

Kijk rond, maak oogcontact, spreek andere omstaanders aan, vraag steun. Soms kun je een autoriteit betrekken: de buschauffeur of een steward op een festival. Wanneer er onder leerlingen iets gebeurt, kunnen ze een leerkracht betrekken.

■ Archiveren

Verzamel bewijsmateriaal, zeker wanneer het om strafbare feiten gaat. Let op, dit is geen oproep om allerlei filmpjes online te gooien! Maar bij verkeersagressie noteer je bijvoorbeeld een nummerplaat en bezorgt die aan het slachtoffer. Het gaat erom iets te doen ten behoeve van het slachtoffer.

■ Aanwezig blijven

Blijf in de buurt, hou een oogje in het zeil, bekijk hoe je het mikpunt kunt steunen. Afkeurende ogen werken soms ook de-escalierend.

■ Achteraf reageren

Durfde je op het moment zelf toch niets te doen? Bekijk of je nadien alsnog iets kunt rechtzetten. Laat het mikpunt bijvoorbeeld weten hoe je er tegenover staat en vraag hoe het nu met hem of haar gaat.

