

ONGEZELLIGE KLAS DOOR PESTERS

MAIL VAN DE DAG

Hoi Francine,

Mijn klas vind ik heel ongezellie.

En ik snap dat andere kinderen uit mijn klas dat niet vinden, maar ik word gepest en ik vind de klas daarom niet gezellig.

De meiden sluiten mij buiten. Als ik bijvoorbeeld bij het meidengroepje ga staan, dan rennen ze weg. Er is maar één ander meisje dat dat ook heeft. Maar ik vind haar niet zo aardig.

De jongens zijn nog erger: ze zeggen gewoon middenin een groep kinderen van alle klassen: als jij doodgaat, dans ik op je graf. Of: als jij dood bent, zin ik happy birthday. En dat soort 'hou op met leven'-dingen. Verder vindt iedereen me lelijk en dik. Zo raak ik zelfvertrouwen kwijt!!!

Wat moet ik doen?

Liefs anoniempje (10)



Hallo anoniempje,

Ik kan me goed voorstellen dat je heel ongelukkig voelt hierover.

Mijn survivaltips voor jou zijn:

1 Praat erover op school (met je leraar/lerares).

2 Praat erover met je ouders.

3 Denk niet dat aan het aan jou ligt. Jij ent oké, maar de pesters zijn niet oké bezig.

4 Pesters kiezen gevoelige, kwetsbare kinderen uit. Werk aan je zelfvertrouwen!

5 Dat doe je door hen niet geloven, wat ze zeggen van je af te laten glijden en jezelf te steunen, in plaats van af te kraken.

Wees je eigen beste vriendin! Als jij lekkerder in je vel zit, zul je zien dat het ophoud en dat je meer vrienden krijgt.

Maar vraag hulp want dit soort dingen zijn moeilijk om alleen op te lossen.

Veel succes en groetjes,

Francine