

WAAROM WORD IK GEPEST?

MAIL VAN DE DAG

Hoi Francine!

In de klas word ik wel eens gepest. Dan gaan we bijvoorbeeld naar mijn schoolfoto kijken en dan lachen ze me uit! En de jongen naar mij is ook een pester. Eerst deed hij aardig tegen mij, toen zei ik 'ik vind je aardig' en nu zeggen ze allemaal dat ik verliefd op hem ben. Maar dat is niet zo, en nu pest hij me ook.

Waarom gebeurt dit? En heb je nog tips?

Xxx een bang meisje (11)



Hallo bang meisje,

Wat naar voor je. 'Waarom gebeurt dit?' is een hele goeie vraag.

1 Het gebeurt niet omdat er iets mis is met jou. Helemaal niet. Jij bent helemaal oké.

2 Het gedrag van de pesters is niet oké.

3 Het gebeurt wel omdat jij gevoelig bent. Dat vinden pesters leuk. Zodra ze dat merken gaan ze door.

4 Je gevoeligheid kun en hoef je niet te veranderen. Dat is juist een mooie eigenschap.

Waar je wel aan kunt werken is je zelfvertrouwen (zie punt 1).

5 Trek je niks aan van wat anderen zeggen, dan houdt het snel op. Wees gewoon je eigen, spontane zelf!

Er zijn ook Hoi-survivalgidsen: *In Hoe overleef ik de puberteit?*, *Hoe overleef ik vriendschap & liefde?* en *Hoe overleef ik school?* staan heel veel survivaltips om je te helpen.

Veel groetjes

Francine