

De blijvende emotionele gevolgen van pesterijen

Al van jongs af aan krijg ik te maken met pesterijen. Van op vroege leeftijd voelde ik al dat ik weinig aansluiting had met leeftijdsgenoten. Ik neem voor alles graag mijn tijd en was daardoor niet altijd mee met de zaken waar leeftijdsgenoten mee bezig waren. En dat werd al heel snel als raar bevonden.

In de lagere school trok ik steeds op met kindjes die jonger waren dan mij. Daar had ik een beter contact mee en daarbij voelde ik me ook beter. Nu ik ouder ben vermoed ik dat het kwam doordat ik als ouder kind wat voor de jongere kindjes kon zorgen en dat ik hen probeerde te 'beschermen' tegen de grotere kinderen op de speelplaats. Het gaf me ook het gevoel dat ik nuttig was.

Doordat ik al van op vrij jonge leeftijd als 'raar' werd bestempeld heb ik al mijn hele leven last met mijn zelfbeeld. Als je van jongs af aan te horen krijgt dat je abnormaal bent en dat je er niet bij hoort dan ga je dit al snel geloven. Als gevolg hiervan werd ik steeds stiller, durfde ik amper iets te zeggen en kroop ik meer en meer in mijn schulp. De pesterijen in de lagere school bleven bij dit soort opmerkingen.

Dan was er helaas het moment dat ik naar het middelbaar moest. Ik wist op voorhand dat dit niet vlot ging lopen en dat ik daar nog meer het buitenbeentje zou zijn. In het eerste middelbaar heb je dan ook niemand die jonger is dan jou om je over te ontfermen. Al van in het begin waren er opnieuw de opmerkingen. Ik werd steevast bestempeld als dat stille, rare meisje. Gelukkig had ik toen twee vriendinnetjes, waarvan één een buurmeisje dat ik al mijn hele leven kende. Zij hebben me door die jaren gesleurd. Tijdens de lessen probeerde ik me steeds hard op de leerstof te concentreren. Helaas moest ik telkens enorm hard werken om middelmatige scores te halen. Wanneer tijdens de lessen de punten dan ook nog eens luidop werden voorgelezen was dat voor mij het moment om met het hoofd naar beneden, zwijgzaam te luisteren. De lastigste momenten waren voor mij persoonlijk de speeltijden. Iedereen stond in groepjes bij elkaar en de meesten deden absoluut geen moeite om te verbergen dat ze over me bezig waren.

Het grootste dieptepunt in mijn schoolcarrière vond plaats in het 4^{de} middelbaar. Ik volgde de richting handel. Ik was nog steeds een heel stil meisje dat amper iets durfde zeggen uit angst om uitgelachen en uitgesloten te worden. Tot overmaat van ramp zaten we ook maar met 5 in de klas waarvan 2 meisjes en 3 jongens. Het meisje zag ik wel als een goeie vriendin maar helaas was haar steun niet voldoende.

Één van de jongens had mij als doelwit gekozen en de andere jongens deden gretig mee. Gelukkig hebben ze me nooit fysiek aangevallen maar woorden kunnen evenveel pijn doen, soms zelfs nog meer. Het begon met uitsluiten in de klas, steeds over mij praten alsof ik er niet bij zat, me nadoen wanneer ik toch iets moest zeggen of naar voor brengen, en me verwijten maken, me vernederen. Elke dag opnieuw kreeg ik te horen dat ik lelijk was, dat ik stonk, dat ik dom was, dat ik niets zou bereiken in het leven, dat ik niets waard was,...

Als je dat elke dag opnieuw te horen krijgt dan kan ik je verzekeren dat het emotioneel enorm zwaar is.

Daarnaast zat ik thuis in een erg moeilijke en pijnlijke situatie. Mijn moeder had een herseninfarct gehad waardoor ze alles opnieuw moest aanleren. Het eerste anderhalf jaar nadien bestond mijn leven uit naar school gaan, eten, naar het ziekenhuis en later naar het revalidatiecentrum gaan, huiswerk maken en slapen. Het was enorm zwaar en vermoeiend voor mij en ik kon er de pesterijen emotioneel niet bijhebben. Eens mijn moeder terug thuis was werd het nog zwaarder. Oké ik moest niet meer naar het ziekenhuis of revalidatiecentrum maar ik moest er wel constant zijn voor haar. 'S Morgens voordat ik naar school vertrok hielp ik haar met wassen en aankleden. Ik was zo moe in die periode dat ik ook erg mijn slaap nodig had waardoor ik de moed niet had om vroeger op te staan om mezelf te verzorgen. Het is erg pijnlijk om dit toe te geven maar ja ik verwaarloosde mijn

persoonlijke verzorging hierdoor. Ik kon dat echt niet meer opbrengen. Toen ze me op school dus allerlei verwijten maakten geloofde ik hen ook en was ik kwaad op mezelf omdat ik zo zwak was.

De hele tijd heb ik thuis of tegen leerkrachten niets verteld over de pesterijen. Op school durfde ik dit niet vertellen omdat ik bang was dat ze me nog meer gingen pesten omdat ik gaan klikken was en thuis durfde ik het niet vertellen omdat we al genoeg aan ons hoofd hadden. Maar toen het verwijten niet enkel meer in de klas of op de speelplaats plaatsvonden maar ook gewoon toen ik op straat liep en mensen van school tegenkwam en digitaal via mail ben ik gebroken.

Op een ochtend vertelde ik mijn moeder huilend dat ik niet meer naar school wou dat het me allemaal te veel werd. Dat het leven me te veel werd en dat ik niet meer in dit leven wou zijn. Mijn leven bestond op dat moment alleen maar uit kommer en kwel, pijn en verdriet. Ik maakte ook mooie momenten mee met vrienden (die niet van mijn school of gemeente kwamen) en familie maar dit alles werd overschaduwd door het pesten.

De volgende dag ontdekte mijn moeder dat ik begon te huilen toen ik een mail las op de computer. Ik had haar niet horen afkomen en kon mijn tranen niet langer verbergen. Ze las de tekst die op het computerscherm stond, geschreven door de pester uit mijn klas. Niet alleen werden en allemaal verwijten en verwensingen naar mijn hoofd geslingerd ook mijn ouders betrokken ze er bij. En dat was de druppel. Ik ben toen gecrasht en onophoudelijk beginnen wenen.

Mijn moeder is toen naar een buurman gestapt die secretariaatswerk deed op mijn school. Ze heeft hem alles doen lezen en toen ging de bal aan het rollen. Ik heb op school alles verteld aan mijn klas verantwoordelijke en de directeur. De pesters zijn ook op het matje geroepen en hebben sancties gekregen.

Door alle gebeurtenissen zowel op school als thuis waren mijn punten alles behalve goed en had ik een C-attest op het einde van dat schooljaar. Dit was een geluk bij een ongeluk. Ik zakte naar de richting kantoor en kwam in een andere klas terecht. Ik ging nog steeds niet graag naar school maar de pesterijen in de klas stopten wel en ik voelde me er beter bij passen.

Ik kan niet omschrijven hoe blij ik was dat mijn middelbare schoolperiode erop zat. Weg met al die negativiteit en pesterijen. Maar helaas bleef ik wel de emotionele gevolgen dragen van de jarenlange vernederingen en verwensingen.

Tot op de dag van vandaag, ik ben er ondertussen 30, heb ik er gevolgen van. Ik heb nog steeds een laag zelfbeeld en kan nog altijd momenten hebben dat ik mezelf compleet waardeloos voel. Als ik ergens passeer en ik hoor mensen praten of ze kijken naar me dan denk ik meteen dat ze over me aan het praten zijn en voel ik me weer dat kleine, stille meisje.

Dankzij een cursus die ik volgde heb ik ondertussen wel geleerd dat ik goed ben zoals ik ben en dat ik recht heb op een eigen mening. Ik weet nu van mezelf en durf er ook openlijk voor uitkomen dat ik een persoon ben met een groot hart en een warme persoonlijkheid.