

Gemanipuleerd

**ELK UITERLIJK  
IS MOOIER DAN  
EEN PESTKOP**

*Loesje*

Je moet er wat voor  
doen om niet gepest  
te worden..

Susanne Unlandt

- *Dit boek is voor iedereen die pest of gepest word of er van weg kijkt bang om zelf gepest te worden.*
  - *De reden van pesten maakt niet uit.*
  - *Draagt iemand een bril of gewoon erg onzeker.*
  - *Draag jij dure merk kleding en je slachtoffer niet?*
  - *Behandel de ander zoals je zelf behandeld wilt worden.*
  - *Zie je dat iemand gepest word, wees niet bang en help degene.*
  - *Samen sta je sterker dan het slachtoffer alleen.*
- 
- *Ben jij een pester probeer nu te bedenken hoe hij/zij zich zou voelen door in de schoenen van het slachtoffer te staan.*
  - *Desnoods pak je een papiertje en stel je je voor dat jouw handen de pesters zijn en je verfrommeld het.*
  - *Probeer nu het papier wat jou voorstelt het weer glad te strijken, lukt het niet?*
  - *De kreukels die je niet weg krijgt blijven voor altijd de littekens van je slachtoffer. Pesten is niet stoer!*
  - *Help pesten de wereld uit door elkaar te helpen.*

*Veel leesplezier ☺*

## ***1 nina***

Zuchtend sta ik met mijn fiets in de ijskoude regen te wachten op Amy. Voor de zoveelste keer kijk ik op mijn mobiel.

Dat word een telaar briefje halen'. Mompel ik geïrriteerd.

Joehoe! Hoor ik achter me. Amy komt als een verzopen kat aan fietsen.

Sorry, sorry. Ik was mijn huiswerk vergeten.' Zegt ze.

Ik knik en begin hard te fietsen.

Met wat geluk krijgen we nog net geen briefje.' Zeg ik tegen haar.

Amy lacht. Zullen ze echt zo streng zijn na de kerstvakantie?

Ik weet het niet maar ik kan niet nablijven vandaag dus ik neem het risico niet.' Bijt ik haar toe.

Moet je alweer op je broertje oppassen? Vraagt Amy verbaasd terwijl we bij school aankomen. Ik knik en zet zo snel mogelijk mijn fiets in het rek en haal de sleutel eruit.

Hee daar heb je die nerds ook weer.' Word er achter me gefluisterd. Ik kijk nijdig om terwijl Amy met

een rood hoofd doorloopt. Al sinds de eerste klas zijn Amy en ik de buitenbeentjes en waarom? Ik weet het niet.

Snel stoppen we onze spullen in de kluisjes als er gefluit van jongens klinkt. Ik kijk waar ze naar kijken en zie een bloedmooi meisje binnenkomen.

Dat is vast die nieuwe.' Mompelt Amy.

Het meisje kijkt onzeker rond en ziet ons staan en loopt op ons af. Ik kijk haar verbaasd aan.

Hoi, ik ben Lore en dit is mijn eerste dag op school. Ik weet eigenlijk niet zo goed waar ik moet zijn.' Zegt ze iets verlegen.

De jongens lopen achter ons langs en eentje stoot Amy expres zo hard dat ze tegen de kluisjes valt. Lore lijkt geen moment zich te bedenken en steekt haar voet uit waardoor de jongen hard voorover valt. Boos staat hij op en wil in de aanval gaan.

Maar iets in Lore's houding houdt hem tegen.

Krijgen we een derde buitenbeentje in de klas? Sist hij tegen haar. Ze geeft hem een kushandje terug.

Als je me zo wilt noemen, ga je gang. Zegt ze op een kalme toon terug.

Koen kom nou, laat die grieten.' Zegt een van zijn vrienden.

Lore draait zich naar ons om. Buitenbeentjes?  
Vraagt ze.

Ik voel dat ik rood word. We zijn niet zo populair.’  
Mompel ik.

Lore draait met haar ogen en kijkt ons aan.

Als je deze houding hebt. Zul je altijd het pispaaftje  
blijven.’ Zegt ze. Mag ik met jullie meelopen? Vraagt  
ze en ik staar haar ongelovig aan.

Amy wrijft over haar schouder en knikt en wijst  
naar de gang waar een deur van een klaslokaal nog  
open staat.

Dit is Nina en ik ben Amy.’ Zegt ze terwijl we naar  
de klas lopen.

We schieten nog net de klas in voor de leraar de  
deur wilt dicht doen.

Dat was bijna te laat dames.’ Zegt hij streng.

Lore loopt naar hem toe.

Sorry ik ben nieuw en wist de weg niet.

Ze hebben me geholpen de weg te vinden.’ Zegt ze.

De leraar knikt dat hij het begrijpt.

Ik had begrepen dat je vandaag zou beginnen. Wil je  
je nog voorstellen aan de klas?

Lore lacht naar de klas.

Hoi, ik ben Lore maar zoals ik van die jongens  
achterin begreep heet ik buitenbeentje.’ Spottend

kijkt ze het groepje jongens aan wat langzaam rode wangen krijgt.

De klas schiet in de lach en Lore loopt zelfverzekerd naar ons toe en gaat naast ons zitten terwijl ze een knipoog geeft.

Zo doe je dat.' Fluistert ze.

Met een ingehouden lach bekijk ik haar eens goed.

Met Lore erbij zou het zomaar nog eens een leuk jaar worden.' Schrijf ik op een briefje en geef het aan Amy. Ze vouwt het open en knikt.

Als het pauze is zoeken Amy en ik ons gebruikelijke plekje op.

De kantine hebben we te vaak mee gemaakt dat we etensresten of drinken naar ons toe gegooid werden.

Om over de rouwe eieren op ons hoofd kapot slaan nog maar te zwijgen. Sindsdien eten we bij onze kluisjes om het hoekje om zoveel mogelijk onzichtbaar te blijven.

Wat vind jij van Lore? Vraag ik aan Amy die haar schouders ophaalt en haar flesje drinken opent.

Volgens mij is ze wel oké. Ze heeft de grootste pestkop gelijk op zijn plek gezet.' Zegt ze.

Ze is niet op haar mond gevallen.' Lach ik.

Op dat moment komt Lore er net aangelopen.



Ik zocht jullie in de kantine maar hier zijn jullie.’  
Merkt ze met een verbaasde blik op.  
Ik kijk beschaamd naar mijn afgetrapte schoenen.  
Hier zitten we veilig voor vliegend voedsel en  
rauwe eieren. Zegt Amy. Lore kijkt ons verbaasd  
aan en komt naast ons zitten.  
Worden jullie zoveel gepest? Waarom? Vraagt ze.  
Amy weet niet meer wat ze moet zeggen.  
Heb je ons goed bekeken en de rest? Vraag ik.  
Onze ouders hebben het niet zo breed als de meeste  
hier op school en dan ben je snel het mikpunt.’  
Lore knikt begrijpend.  
Triest.’ Mompelt ze terwijl ze onze outfits bekijkt.  
Hebben jullie vanmiddag tijd? Vraagt ze ineens.  
Ik schud mijn hoofd.  
Sorry, iets met op een jong broertje passen.’ Zeg ik.  
Morgen? Probeert Lore.  
Amy en ik kijken elkaar aan.  
Ja hoor, dat lukt wel.’ Zegt Amy.  
Lore knikt goedkeurend. Dit word leuk meiden.’  
Verbaasd kijken we haar aan.  
Jullie zien het morgenmiddag wel.’ Reageert ze.

## ***2 Lore***

Nat van de regen kom ik voor het eerst aan op mijn nieuwe school. Onzeker zet ik mijn eerste voet over de drempel. Als ik het gebouw binnen loop hoor ik naast me een groepje jongens fluiten. Ik weet zelf ook dat ik niet bepaald lelijk ben maar om een meisje zo na te fluiten?

Onzeker kijk ik even om mij heen en zie dan 2 meisjes bij de kluisjes naar me staren.

Ik haal even wat adem en stap op ze af.

Hoi, ik ben Lore en dit is mijn eerste dag hier.' Zeg ik.

Ik probeer zo vriendelijk mogelijk over te komen. Deze 2 meisjes komen nogal erg onzeker over.

Ze zien er ook minder modieus uit dan de rest die voorbij loopt. Kringloop en afdankkleding.

Ik herken het direct. Ooit was er een tijd dat ik heb ook met dat soort kleding moest doen.

Nu gelukkig niet meer.

Ik weet eigenlijk niet zo goed waar ik moet zijn.' Zeg ik en op dat moment komt dat irritante groepje

jongens voorbij lopen. Eentje ervan duwt het eerste meisje hard tegen de kluisjes.

In een reflex steek ik mijn voet uit en zie dat hij een goede smak maakt. Ik ga zo uitdagelijk mogelijk staan met een brutaal gezicht kijk ik naar hem. Hij sist iets over buitenbeentjes.

Ik hoor mezelf verrassend genoeg rustig zeggen dat hij me best een buitenbeentje mag noemen.

Als dat die sukkel gelukkig maakt.

Ik ben er niet onder de indruk van en dat heeft hij ook snel door.

De meisjes staren met een knalrood hoofd en onzekere houding naar wat er gebeurd.

Als je deze houding blijft aannemen, zul je altijd een pispaaftje blijven.' Zeg ik tegen ze terwijl ik aan mijn eerste schooljaar denk.

Ik kan het weten. Dit is mijn derde middelbare school en bij de eerste was ik net als deze 2 meiden. Op de tweede school besloot ik mezelf te veranderen en dat hielp. Alleen de school keurde mijn gedrag niet goed.

Dus nu ben ik hier. Als ik vraag of ik met ze mee mag lopen, komen we nog net optijd de klas in. De leraar begint al met zijn preek en ik besluit in te springen.