



# 1. Gekend!

Naast mij zit Sarah. Op verzoek van haar mentor is een gesprek met mij gearrangeerd. Ik vraag haar wat volgens haar de aanleiding van het gesprek is. Ze zegt dat ze niet gemotiveerd is (waardoor opdrachten niet (af)gemaakt worden) en dat ze depressief is. Als ik vraag hoe dat bij haar werkt ('maak het eens concreet') vertelt zij dat het krijgen van een slecht cijfer op de middelbare school haar helemaal uit balans kon brengen en somber kon maken. 'Je voelde je dan mislukt?' vraag ik. Ja, dat klopt. Sarah is namelijk gepest en daardoor worden kwesties maar al te gauw ervaren als een persoonlijke afwijzing en diskwalificatie. Wat ik bij mij aan tafel zie zitten is niet een meisje dat niet wil (gebrek aan motivatie) maar een meisje dat niet dúrft. Haar non-verbale gedrag is zó duidelijk wat dit betreft! Haar lange haren vallen als gordijntjes voor haar gezicht, haar hoofd is neergebogen en er druppen voortdurend tranen. Als ik haar vraag waar zij bang voor is, komt het antwoord meteen: voor mensen.

Zoals zoveel jongeren die gepest zijn, heeft Sarah een hoofd vol leugens. Alle dingen die tegen haar en over haar gezegd zijn, alle vernederende acties, heeft zij omarmd als de waarheid. En daarom durft zij niet meer. Uit angst om opnieuw teleurgesteld te worden en opnieuw de pijn van de afwijzing te voelen. Ze wil wel heel graag verbinding maken met leeftijdgenoten, maar zij weet niet meer hoe dat moet. En daarom maakt zij telkens een

terugtrekkende beweging als anderen wel toenadering zoeken. Want ja, dat is ook zo verwarrend: ze zit nu op een school waar nooit iemand gepest en vernederd wordt. Op mijn vraag wat zij daar nu van vindt, zegt zij dat ze dat bijna niet kan geloven. Het is te mooi om waar te zijn. Jongeren die gepest zijn vervuilen de mooie dingen van hun leven door er de mest van de te verwachten teleurstelling overheen te gooien. Daarom daag ik Sarah uit om met andere ogen naar het leven te gaan kijken. Ik adviseer haar om een notitieboekje bij zich te gaan dragen waarin zij de waardevolle elementen van haar leven opschrijft en verzamelt. Ik help haar om een aantal van die aspecten te benoemen. Dat kunnen heel praktische dingen zijn, zoals de zorg die zij van haar ouders ervaart in haar leven, het oog hebben voor een prachtige zonsondergang en de omgang met liefdevolle medestudenten.

Als ik haar vraag wat deze dag haar voor moois heeft gebracht, zegt zij: 'Dit gesprek.'