



Fleur van Groningen

William

Dossier  
**Pesten**  
 en de gevolgen later

LOOSER

# ‘De eerste mannen in mijn voor mij. Maar ik had dat niet om zo te worden behandeld

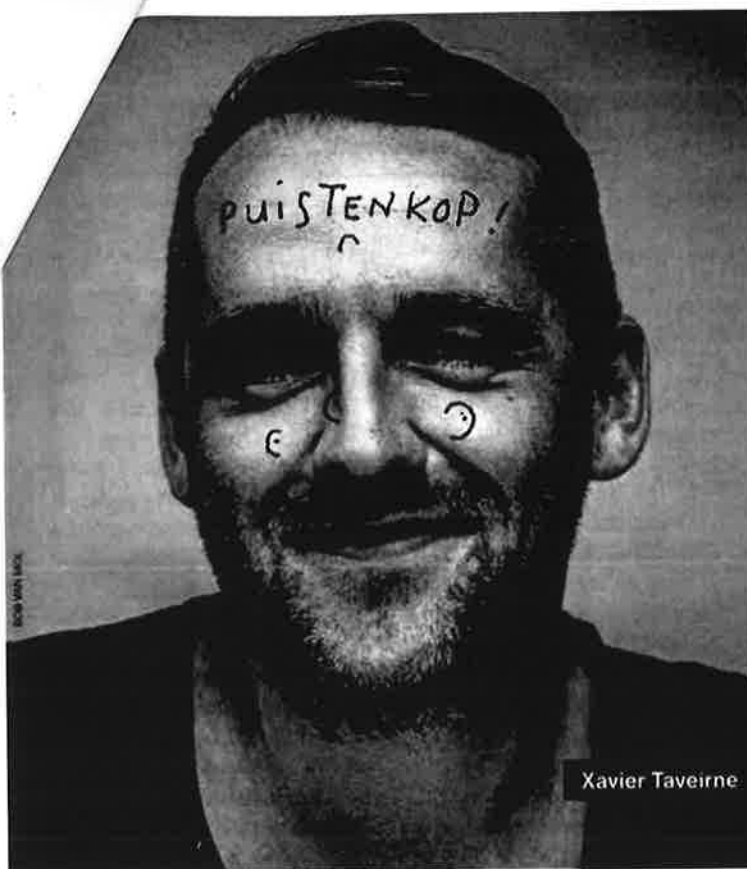
**R**utger Verhoeff was 14 jaar toen hij met een zware rugzak op de reiling van een hoge brug ging staan. Hij werd al twee jaar gepest op school en wilde uit het leven stappen. Hij deed het uiteindelijk niet, maar het pesten zou hem tot ver in zijn volwassen leven blijven achtervolgen. Zijn eigen ervaringen en die van een rist bekende en onbekende mensen bundelde Verhoeff in ‘Laat je niet verpesten’, een handleiding om sterker te worden na een pestverleden. **HUMO ‘Een bril, een beugel en goede cijfers. Daarom was ik een doelwit,’ schrijf je. Hoe werd jij gepest?**

Na de eerste windstille weken op de speelplaatsen hebben pesters op scholen intussen hun potentiële slachtoffers gewikt en gewogen. Pesten is een oud zeer, dat lastig uit te roeien blijkt. Journaalanker Xavier Taveirne (37), schrijfster Saskia De Coster (42), comedian William Boeva (28) en columniste Fleur van Groningen (36) kennen tegen wil en dank het klappen van de zweep. De Nederlandse huisarts Rutger Verhoeff (39) ook: hij schreef er een boek over. ‘De impact van pesten is vergelijkbaar met oorlogstrauma’s en incest.’ **JEROEN DENAEGHEL**

**RUTGER VERHOEFF** «In het begin bleef het bij opmerkingen, ze noemden me een nerd. Daarna kwamen de échte pesterijen: ze namen mijn stoel steeds weg, schoten papierproppen naar mijn hoofd en maakten mijn fiets stuk.

Uiteindelijk werd ik ook fysiek aangepakt, met als dieptepunt een steniging op de speelplaats. Maar het negeren vond ik het ergst, dat deed meer pijn dan de fysieke aanvallen.» **HUMO** En dat dreef je tot op een brug boven een rivier, om

daar de verdrinkingsdood tegemoet te springen? **VERHOEFF** «Ik zag geen andere oplossing meer. ‘Mijn pesters hebben gelijk, ik ben een slonk en onbenul. Waarom loop ik niet nog rond?’ dacht ik. Op die brug droeg ik een rugzak v



# leven hadden geen respect door omdat ik het gewend was

met studieboeken, een symbolische verwijzing naar de oorzaak van het pesten: dat ik een nerd was.»

**HUMO** Waarom heb je uiteindelijk de stap niet gezet?

**VERHOEFF** «Ik durfde niet. De angst voor de dood overheerste die om mijn pesters weer onder ogen te komen. Een opluchting was dat niet, ik voelde me een nog grotere mislukking. Een paar uur nadien ben ik ingestort en heb ik alles aan mijn ouders verteld. Zij lieten me naar een andere school gaan, waar de anderen ook hogere cijfers haalden, en waar ik dus niet meer het buitenbeentje was. Dat was mijn redding, het pesten hield op.»

**HUMO** Maar daarmee was het leed niet geleden. Je pestverleden bleef je achtervolgen.

**VERHOEFF** «Ik hield er faalangst, onzekerheid en wantrouwen tegen andere mensen aan over. Pesters laten je geloven dat je niks waard bent, waardoor je een laag zelfbeeld krijgt. Als je bij een spreekbeurt door de hele klas uitgelachen wordt, ga je later niet makkelijk een groep toespreken. Een congres in Milaan, dat de meeste van mijn collega's als een snoepreisje zagen, was voor mij een nachtmerrie omdat ik er een presentatie moest geven.

»Je neemt dat lage zelfbeeld ook mee in relaties. Slachtoffers van pesters starten met een achterstand in de liefde. Je denkt: 'Ik heb toch niks te bieden, waarom zou dat meisje op mij vallen?«

**HUMO** Uit een soort wrok trachtte jij nadien de ene vrouw na de andere in je bed te krijgen.

**VERHOEFF** «Ik genoot van de macht bij die veroveringen, van het gevoel om zelf de controle te hebben. Het had ook met zelfbevestiging te maken. Elke vrouw in mijn bed gaf mijn ego een boost. Maar dat volstond niet om de gigantische krater in mijn zelfvertrouwen te vullen, dus ging ik steeds op zoek naar een nieuwe flirt. Dat werkte verslavend.

»Na de bindingsangst kwam dan de verlatingsangst. Mijn eerste serieuze relatie ging om zeep omdat ik ervan overtuigd was dat mijn vriendin me ontrouw zou zijn. Omdat ik haar zo wantrouwde, ging ze uiteindelijk bij me weg.»

**HUMO** Naast psychische problemen hield je ook een eetstoornis over aan de pesterijen.

**VERHOEFF** «Een Brits onderzoek toonde aan dat 75 procent van de mensen met een eetstoornis vroeger gepest werd. Pestslachtoffers willen iemand anders zijn, omdat ze denken dat ze dan met rust gelaten zullen worden. Een ander uiterlijk helpt daarbij, dus ging ik minder eten.

»Het heeft jaren geduurd vooraleer ik al mijn problemen met elkaar in verband kon brengen. Daarom heb ik mijn boek geschreven. Op mijn 15de had ik graag een boek gehad dat mijn zelfverwonding in verband bracht met pesten. Het had me veel ellende kunnen besparen.»

**HUMO** Bestaat er een duidelijk profiel van de pester?

**VERHOEFF** «Vaak is het een afleidingsmanoeuvre voor eigen problemen. Eén van mijn pesters groeide op in een

► omgeving met veel huiselijk geweld. Mijn grootste pester ben ik gaan opzoeken, hij beweerde dat hij zelf gepest was geweest.»

**HUMO Bestaat er een typisch profiel van slachtoffers?**

**VERHOEFF** «Afwijken van de norm is sowieso dé aanleiding, of dat nu over je uiterlijk, kleedij of geloof gaat. Helaas wordt die norm ook bepaald door de pesters. Zo ken ik iemand die gepest werd omdat hij de enige christelijke jongen in een klas was.»

**HUMO Veel slachtoffers van pestgedrag bouwen later een zeer succesvolle carrière uit. Heeft het ene met het andere te maken?**

**VERHOEFF** «Pesten is heftig. Uit studies blijkt dat de impact ervan vergelijkbaar is met oorlogstrauma's en incest. Als je er doorheen slaat, ben je een winnaar. De drive om je te bewijzen tegen de boze geesten in je klas wordt later een kracht om uitdagingen aan te gaan.»

»Janine Abbring, de presentatrice van 'Zomergasten', zegt dat ze haar minderwaardigheidscomplex compenseerde door een grote bek op te zetten. Daardoor schopte ze het tot lid van De Jakhalsen in 'De wereld draait door'. Gepest worden heeft wellicht ook bijgedragen tot de uitbouw van mijn eigen carrière.»

**HUMO Moeten de getuigenissen van bekende mensen in je boek aantonen dat er hoop is na de pesterijen?**

**VERHOEFF** «Ja, ik hoop dat die mensen een rolmodel kunnen zijn. Het zou mij enorm geholpen hebben als ik op mijn 13de had geweten dat Johnny Depp en George Clooney ook ooit werden gepest. Dan zou ik gezegd hebben: 'Als zij zo ver zijn kunnen geraken, dan ik ook.'»

**HUMO Schets je geen te rooskleurig beeld? Het lijkt bijna alsof je eventjes door de zure appel heen moet bijten en dat nadien alles sowieso goed komt.**

**VERHOEFF** «Niet alle gepeste mensen bouwen een succesvolle carrière uit, ik heb ook getuigenissen verzameld van mensen die er nog steeds onder lijden. Schrijfster Esther Verhoef blokkeerde tijdens een lezing in Duitsland omdat ze het gestaar van de mensen in de zaal niet kon verdragen. Dat kapulsteerde haar terug naar de basisschool. 'Keken ze je aan in de klas, dan was het jouw beurt om in elkaar geslagen te worden,' zei ze.»

**HUMO In je boek stel je een aantal manieren voor om aan je zelfvertrouwen te werken.**

**VERHOEFF** «Ja, bijvoorbeeld door aan je sociale vaardigheden te werken. Maak je lid van een theatergezelschap, of volg een presentatiecursus. Als je dáár op het podium kunt kruipen, zul je je faalangst en minderwaardigheidscomplex overwinnen.»

**HUMO Je raadt af om fysiek geweld tegen pesters te**

Rutger Verhoeff: 'Het zou mij enorm geholpen hebben als ik op mijn 13de had geweten dat Johnny Depp en George Clooney ook ooit werden gepest.'



**gebruiken. Terwijl bijna elke ouder tegen zijn kind zegt: 'Als ze je pesten, geef je ze maar een klap.'**

**VERHOEFF** «Inderdaad. Vooral omdat je vaak tegen een overmacht staat en er dan meer klappen terugkeren dan je uitdeelt. En je doet niks aan de oorzaak. Pas als je de drijfveren van je pester kent, kun je aan de slag. Als ik eerder had geweten wat mijn pesters dreef, dan was ik minder wantrouwig geweest tegenover de mensen die na hen kwamen.»

**SASKIA DE COSTER 'VIJFDE WIEL AAN DE WAGEN'**

Schrijfster Saskia De Coster werd sinds haar 11de vier jaar lang gepest.

**SASKIA DE COSTER** «Als ik erop terugkijk, was het bijna onvermijdelijk dat ik gepest zou worden. Ik was een tomboy, en had een hekel aan dat typische gegiechel van meisjes in klikkies. Ik zonderde me vaak af om te tekenen of te schrijven. Dan loop je natuurlijk in de kijker. Al snel kreeg ik basketballen naar mijn hoofd gegooid en vond ik aluminiumfolie tussen mijn boterhammen. Maar genegeerd worden vond ik het ergste, dat ze me het gevoel gaven dat ik niet bestond.»

»De leerkrachten wisten niet wat ze ermee aan moesten. Ze gaven mij de schuld: 'Als jij je zo

gedraagt, moet je niet schriken dat je gepest wordt.' Da kwam natuurlijk omdat ik (isolement begon te cultivere 'Jullie hoeven me niet leuk te vinden, laat mij hier achter in de klas maar rustig tekenen zei ik. Het had toch geen zin inspanningen te leveren om bij te horen. Die houding vonden de leerkrachten dan wel arrogant.»

**HUMO Wat voor types ware jouw pesters?**

**DE COSTER** «Mijn beste vriendin heeft de pesterijen in gari gezet. Na het interdiocesaan examen had ik 99 procent en zij maar 95 procent. Daardoor werd mijn beste vriendin plots mijn grootste vijand. Ze heeft hele klas tegen me opgezet.»

»Ik denk dat pesters zelf problemen worstelen, en dat hun frustraties op zwakkere afreageren. Volgens mij worden ze niet de gelukkigste mensen. Mijn grootste pester zit ergens zuur te wezen aan een muf bureau in een bank.»

**HUMO Had het pesten een impact op je verdere leven?**

**DE COSTER** «Ja, en dat heb ik onderschat. Als je als kind het gevoel krijgt dat er heel wat mis met je is, maar je kunt niet achterhalen wat precies, dan zet je dat niet zomaar opzij. Ik voelde me voortdurend bedreigd en gestresseerd. Op mijn 11de begon ik fanatiek op mijn nagels te



Saskia De Coster: 'Ik was doodsbang voor mijn pesters. Die angst wil ik nooit in de ogen van mijn zoon zien.'

JONATHAN JACOBS

lijten, en dat is nu nog steeds een zenuwtrek. Je krijgt ook een laag zelfbeeld, en dat is nefast voor je sociale leven. Ik voelde me vaak het vijfde wiel aan de wagen, en dacht dat niemand me leuk vond. Als gesprekspartners niet meteen enthousiast reageerden op wat ik zei, dan klapte ik dicht. 'Ik heb vast weer iets stoms gezegd,' dacht ik dan.

»Het grootste gevolg is het gevoel dat ik nooit goed kan doen voor een ander. In het begin probeerde ik mijn pesters te charmeren. Dan stapte ik op hen af met een boek van Madonna, of met van die grote jaren 80-oorbellen. Ik probeerde erbij te horen, maar werd toch uitgelachen. Die angst om afgewezen te worden heb ik nog steeds. Als ik een cadeau moet kopen voor een vriendin, ga ik kapot van de stress. Dan kom ik thuis met vier geschenken, maar slaat de schrik me om het hart dat ze die niet leuk zal vinden. En dan daag ik uiteindelijk zonder cadeau op.»

**HUMO Als je gepest wordt, ga je later mensen wantrouwen, zegt Rutger Verhoeff.**

**DE COSTER** «Klopt. Ik had nog één vriendinnetje, en haar had ik een 'geheime brief' geschreven. Heel megalomaan, met al mijn wilde toekomstplannen erin – dat ik schrijver zou worden. Dat was mijn intiemste geheim, maar een uur later wist iedereen op de speelplaats het. Zo uitgekleed worden voor de hele wereld was het absolute dieptepunt. Door dat wantrouwen ben ik heel onzeker in mijn eerste relaties gestapt. Ik durfde niet te praten over belangrijke issues – een kinderwens, bijvoorbeeld – uit schrik om mijn partner te verliezen. Ik vermeed onderwerpen waarover we het oneens zouden kunnen zijn. En ik ben jaloers, op het kinderachtige af zelfs: 'Jij bent vijf jaar met haar geweest en wij zijn nog maar twee jaar samen. Ik zal je pas écht kunnen vertrouwen als je even lang met mij bent.' Héél uitputtend is dat.

»Veel #MeToo-gevallen hebben vast ook te maken met pesten. Het draait rond machtsverhoudingen en grenzen afbakenen. Iemand die gepest werd, weet vaak niet goed hoe grenzen te trekken. Je voelt je abnormaal, dus weet je ook niet meer wat de norm is. 'Die man zit ongevraagd met zijn tong in mijn mond, maar misschien hoort dat wel zo.' Je laat je veel makkelijker doen. Wie genoeg zelfvertrouwen heeft, zal het nooit zo ver laten komen.»

**HUMO Omdat je gepest werd, heb je het nu moeilijk met kritiek.**

**DE COSTER** «Klopt. Ik ben vroeger zo vaak neergesabeld geweest, dat ik er niet meer tegen kan. Ik lees nooit recensies van mijn boeken, ik kan dat gewoon niet aan. Zelfs van vrienden verdraag ik nauwelijks kritiek. Amper twee mensen mogen mijn manuscripten nalezen: mijn vriendin en mijn eindredacteur. De dag dat hun feedback me bereikt, zorg ik ervoor dat er geen breekbare spullen in mijn bureau staan – ik durf nogal snel met dingen te gooien (*lacht*). En wanneer ik hun mail open, moet ik eerst diep ademhalen. Een onafgewerkt boek is iets heel persoonlijks. Je toont je op je kwetsbaarst aan anderen. Er is dan weinig nodig om me door het lint te doen gaan. Gelukkig kan ik er intussen beter mee om: als ik het voel opkomen, ga ik twintig kilometer lopen. Ik speel

het soms ook tactisch. Aan dingen die ik minder goed kan – koken, bijvoorbeeld – veeg ik dan bewust mijn voeten, zodat ze zeker mislukken. Zo bespaar ik mezelf de ontgoocheling dat iemand mijn tiramisu afkraakt, waar ik zo lang aan gewerkt heb.»

**HUMO Zou je kunnen stellen dat gepest worden een perfectionist van je gemaakt heeft, of zelfs een betere schrijver?**

**DE COSTER** «Misschien, maar het zou wel heel cynisch zijn om te beweren dat pesten de sleutel tot succes is. Da's als zeggen: 'Joepie, ik ben een been verloren in een auto-ongeluk en nu kan ik goed hinkelen.' Ja, je kweekt er een sterker pantser door, maar is dat een goede zaak? Ik wil dat overlevingsmechanisme niet verheerlijken. Het romantische cliché 'ik maakte veel ellende mee, maar dat maakte me tot de succesvolle mens die ik nu ben' is niet aan mij besteed. Al moet ik toegeven dat ik vroeger wel revanchegevoelens had: wacht maar, pesters, op een dag zul je nog eens wat van me zien.

»Het enige positieve aan gepest worden, is dat je je afzet tegen een kuddementaliteit. Je wordt gedwongen om je eigen ding te doen. Maar ik denk dat ik ook zonder dat pesten schrijfter was geworden. Iemand die zwak is nog zwakker maken, dat is voor niemand goed. Ik zou het vreselijk vinden als mijn zontje gepest zou worden. Gelukkig is hij een kleine bulldozer

die opkomt voor zijn rechten. Als hij niet mee mag voetballen, geeft hij een flinke por, terwijl ik ineen zou krimpen.»

**HUMO Fysiek reageren wordt nochtans afgeraden om pestgedrag te bestrijden.**

**DE COSTER** «Daar zijn we te soft in. Als een kind dat durft, toont het dat het geen schrik heeft en assertief is. Ik heb liever dat mijn zoon zich verdedigt, dan dat hij elke dag zelf de boksbal is. Ik was doodsbang voor mijn pesters. En die angst wil ik nooit in zijn ogen zien.»

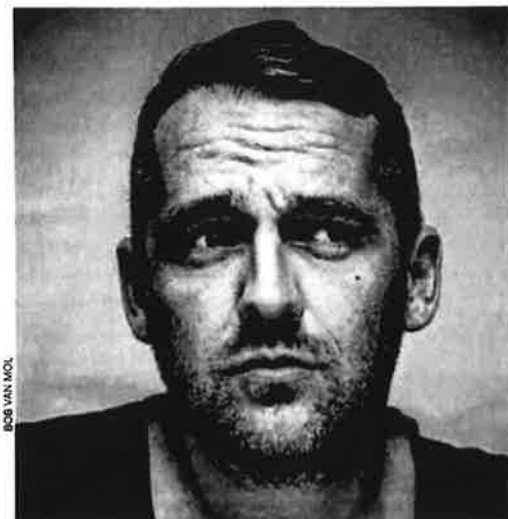
**XAVIER TAVEIRNE 'IK HOORDE NERGENS BIJ'**

Xavier Taveirne is anker van het laatavondjournaal op Eén, 'Slimste mens ter wereld' en radiopresentator. Hij werd twee jaar gepest.

**XAVIER TAVEIRNE** «Dat gebeurde in de eerste twee jaren van de middelbare school. Ik had acne, was nogal corpulent en droeg een bril met dikke glazen, dus riepen ze 'puistenkop', 'dikzak' of 'blinde mol' naar me. Het hielp ook niet dat ik in niks uitblonk. Ik hoorde nergens bij en niemand gaf me het gevoel dat ik wél ergens bij hoorde. Maar ik berustte daar snel in. Als ze me niet tof vonden omdat ik niet voetbalde, of niet voortdurend 'Dikke tetten!' riep, dan was dat maar zo. Meer nog, ik wilde geen lid van dat clubje worden. 'Ik wil niet zijn zoals jullie, liever niet zelfs,' zei ik. Ik wil er wel op hameren dat ik niet structureel gepest werd. Soms gebeurde er weken helemaal niks. Je kunt mijn situatie niet vergelijken met iemand die dagelijks lastiggevalen wordt.»

**HUMO Pesten werkt bijna altijd op dezelfde manier: een paar ettertjes nemen de rest op sleeptouw en maken het leven van een klasgenootje zuur.**

**TAVEIRNE** «Ja, en meestal zijn het de *prom queens* en *kings* die de lijnen uitzetten. Wie populair is, bepaalt de norm, en alles wat daar niet mee strookt, ▶



Xavier Taveirne: 'Ik had acne, was nogal corpulent en droeg een bril met dikke glazen, dus riepen ze 'puistenkop', 'dikzak' of 'blinde mol' naar me.'

► moet eraan geloven. Het heeft ook te maken met territoriumdrang: de school is van mij.»

**HUMO Hoe stopte het?**

**TAVEIRNE** «Deels door de desinteresse die ik toonde: als je pesters niks in de weg legt, zoeken ze vaak de confrontatie niet op. In het derde jaar begon ik ook een felle bek op te zetten. Ik zag dat ik hen daarmee pijn kon doen. Dat werd mijn wapen en daardoor lieten ze me met rust.»

**HUMO Veel bekende mensen werden ooit gepest en beweren dat ze daaruit een zekere drive gehaald hebben. Wie een succesvolle mediacarrière wil, moet eerst gepest worden?**

**TAVEIRNE** «Oei, dat zou ik niet zeggen. Ik denk dat veel meer mensen er negatieve gevolgen aan overhouden. Mijn carrière heb ik alvast niet aan pesterijen te danken. Mijn doel lag al heel lang vast. Ik wilde journalist worden, en niks of niemand zou me dat verhinderen.»

**FLEUR VAN GRONINGEN 'BANG VOOR MENSEN'**

Fleur van Groningen is columnist, schrijfster en cartooniste. Zij leed vijftien jaar onder pestgedrag.

**FLEUR VAN GRONINGEN** «Het begon al in de eerste kleuterklas, omdat ik anders was dan de rest. Ik droeg andere kleren, mijn ouders waren gescheiden en ik zat liever in mijn eentje te tekenen dan te ravotten met de rest. In het begin was dat pesten nog onschuldig: ze lieten me struikelen, stopten iets vies in mijn jaszak of dwongen me zand te eten. Toen ik 16 werd, heeft iemand me stiekem drugs toegediend, waardoor ik op mijn fiets begon door te draaien - in volle avondspits in Antwerpen! Dat was heel heftig en gevaarlijk. Maar wat ik vooral erg vond, was het niet aflatende getreiter omdat ik gewoon anders was. Dat heeft tot mijn 19de geduurd.»

**HUMO Riep niemand die pesters dan een halt toe?**

**VAN GRONINGEN** «Daar werd helaas weinig aan gedaan. Ik had zelfs een leraar die meedeed. Nadat een jongen uit mijn klas me in mijn kruis had gegrepen, sprak mijn moeder die leerkracht aan. 'Ze moet maar wat eelt op haar ziel kweken,' zei hij. In de klas liet hij me voor de lol alleen liedjes zingen, zodat de rest van de klas me kon uitlachen. Terwijl ik het haatte om op het voorplan te treden. Eigenlijk was het gewoon overleven, die hele schooltijd. Ik heb heel jong leren incasseren.»

**HUMO Hoe groot was de impact van dat pesten op je verdere leven?**

**VAN GRONINGEN** «Op mijn 16de kreeg ik een identiteitscrisis. Dat kwam door een dramatische ervaring uit mijn kindertijd en omdat ik in een sekte ben opgegroeid, maar ook door het pesten. Die depressie heeft zeven jaar geduurd, en ging van kwaad naar erger. Ik had suïcidale neigingen. Ik ben ook veel ziek geweest, vaak chronische aandoeningen, zoals hoofdpijn en darmklachten. Vroeger raakten die niet opgelost, maar nu ik mentaal sterker sta, zijn ze verdwenen.

»Ik was en ben nog altijd bang van mensen. Vriendschappen ging ik aan uit dankbaarheid: als mensen me accepteerden, was ik zó dankbaar dat ik meteen met hen bevriend wilde worden, ook al

hadden we amper iets gemeen. Net daardoor sneuvelden die vriendschappen altijd, en was ik triest omdat ik eenzaam werd.»

**HUMO Slachtoffers van pesters starten met een achterstand in de liefde, zegt Rutger Verhoeff.**

**VAN GRONINGEN** «Ik had veel nood aan liefde en geborgenheid, waardoor ik me heel snel blootgaf aan andere mensen. In de hoop dat zij wél lief voor mij zouden zijn. Dat gebeurde vaak niet, en dan werd ik nog harder gekwetst. De eerste mannen in mijn leven hebben me respectloos behandeld. Alleen had ik dat niet door omdat ik het gewend was om zonder respect te worden behandeld. Dat is natuurlijk geen gezonde situatie.»

**HUMO Vergaf je die mannen uit schrik dat ze je zouden verlaten?**

**VAN GRONINGEN** «Nee, want ik heb zelf bindingsangst. Ik verlaat mensen vóór ze mij kunnen verlaten. Als er iets niet goed zat in mijn relatie, was ik weg en verbrak ik alle banden. Door zo vaak gekwetst te worden, bouw je een muur om je heen. Gelukkig heb ik aan mezelf gewerkt en is die 'vermijdende hechtingsstijl' - zoals ze dat in de psychologie noemen - achter de rug. Nu sta ik op het punt om te trouwen.»

**HUMO Dokter Verhoeff blijkt in zijn boek geen fan van**

**therapeuten, maar jou heeft ze wél geholpen?**

**VAN GRONINGEN** «EMDR-tapie heeft bij mij wonderen richt. Ze herprogrammeer hersenen door je je trauma laten herbeleven. Als je die lijke situatie en het verdriet nieuw meemaakt, kun je die negatieve gevoel in een andere richting sturen. Dat heb ik jaar lang heel intensief gedaan en het heeft mijn leven gereviseerd.»

**HUMO Verhoeff vindt dat vtherapeuten positiviteitsroes zijn, die je enkel zeggen wat je wil horen. Ze wape je niet tegen de buitenwereld?**

**VAN GRONINGEN** «Wat een ander tegen je zegt, is altijd minder sterk dan je eigen overtuiging. Ik heb nooit een therapeut gehad die me complimentjes gaf. Ik moest zélf geloven dat ik waardig, zelig en achterlijk was. Als mensen me nu ophemelof verguizen, zal me dat veel minder raken. Mijn eigen overtuiging is nu sterker dan de woorden van anderen. Die zijn immers altijd gekleurd, noch waarheid.»

**HUMO Geloof jij dat pesten positieve invloed kan hebben op je carrière?**

**VAN GRONINGEN** «Ja. Hoe lager men je kopje onder duw hoe groter je vechtlust om boven water te komen. Dat pestgaf me een enorme drive. Ik me heel lang geschaamd om ik anders ben, maar op een bepaald moment besepte ik dat het moest omarmen. Ik heb op dat tekenen gestort om mezelf te bewijzen. Ook al was heel onzeker en angstig, toch had ik de energie om hoofdredacteuren op te bellen en mijn cartoons te gaan tonen.»

**HUMO De Nederlandse schrijver Abdelkader Benali had moeite met zijn succes omdat hij vroeger gepest werd. Hij was het alleen megewend om kritiek te krijgen dus kon hij er niet bij dat hij plots bewierookt werd.**

**VAN GRONINGEN** «Dat herken ik. Vroeger zeiden mensen dat i

Fleur van Groningen: 'Ze lieten me struikelen, stopten iets vies in mijn jaszak of dwongen me zand te eten.'



CAROLINE DE VOS

niks waard was, maar omdat ik nu een bestseller heb geschreven, ben ik plots fantastisch. Maar als je daar naar luistert, ben je opnieuw de speelbal van de mening van anderen. Dat wil ik niet. Toen 'Leven zonder filter' pas uit was, kreeg ik tot zestig brieven per dag. Aan mijn tafeltje op de Boekenbeurs stonden honderden mensen aan te schuiven. Die bewondering wil ik echt niet. Mijn mensenangst is in die periode een stuk groter geworden, ik durfde amper nog buiten te komen. Dat hoeft niet te verbazen, als een onbekende je in de Delhaize plots omhelst en in tranen uitbarst.»

**HUMO Heb jij je pesters later nog ontmoet?**

**VAN GRONINGEN** «Nee, maar iemand heeft zich wel geëxcuseerd via Facebook. De coolste chick, naar wie iedereen vroeger opkeek, is nu een zielig figuur die in een marginaal café werkt. Niet dat het me vrolijk stemt, ik vind het alleen verbijsterend hoe bepaalde zaken in het leven een andere wending kunnen nemen.»

**WILLIAM BOEVA 'NÓG HARDER LACHEN'**

William Boeva is stand-up-comedian en won in 2012 Humo's Comedy Cup. Hij werd drie jaar gepest.

**WILLIAM BOEVA** «Mijn kleine gestalte was natuurlijk de aanleiding. Ik werd vooral uitgelachen – Kabouter Plop-mopjes – maar soms ook bewust tegengewerkt. Ik kon mijn schooltas niet zelf dragen, en soms lieten klasgenoten me er maar ergens mee achter, waardoor ik niet in de klas geraakte. Dat verdraaide ik dan tot een gunst: 'Dank u, vrienden, want door jullie moet ik niet naar de saaie wiskundeles.'»

»Ik kon die pesters ergens wel begrijpen. Ik was anders, en als er iets nieuws op het pad van een mens komt, schiet hij van nature in een kramp. Hij voelt zich bedreigd. Pesten zie ik als een verdedigingsmecha-



WOUTER VAN VAERENBERGH

William Boeva: 'Soms moet je shit meemaken om ergens te geraken.'

nisme: de beste verdediging is immers de aanval. Wraakgevoelens heb ik dan ook niet. Soms kruisen pesters van vroeger mijn pad. 'Ken je me nog?' vragen ze dan vol verwachting. 'Ja, nu wil je ineens mijn beste vriend zijn,' denk ik dan. Ach, ze waren jong en onbezonnen. Hadden ze toen geweten wat ze nu weten, ze zouden me wellicht niet gepest hebben.»

**HUMO Je bent wel heel vergevingsgezind. Prettig zal het toch niet geweest zijn?**

**BOEVA** «Nee, maar ik heb altijd geweten dat die ellende niet zou blijven duren. Hun pestereien raakten me al snel niet meer. 'Fuck you,' dacht ik. Ik werd ook steeds sterker in mijn verdediging. Als iemand me voor de groep uitlachte, counterde ik met een *joke* waarmee ze nóg harder moesten lachen. Zo kom je er als winnaar uit. Dat ik zo ad rem ben, vindt daar zijn oorsprong – mijn comedycarrière dus ook. Je moet natuurlijk dat talent hebben, maar ik denk dat gepest worden me heeft geholpen om het te ontwikkelen. Op het podium is mijn sterkste punt nog steeds de interactie met het publiek. Als iemand onverwacht iets roept, zal ik daar snel op inspelen. Dat leerde ik door van me af te wijken.»

**HUMO Je hield geen trauma's over aan dat pesten?**

**BOEVA** «Nee, al heb ik wel diep gezeten. Maar soms moet je shit meemaken om ergens te geraken. De kunst is om beschadiging om te zetten in kracht. Een stigma, in mijn geval mijn gestalte, hoeft niet altijd negatief te zijn. Maak het positief: je bent uniek. Van de norm afwijken kan in je voordeel uitdraaien. Dan val je meer op, je treedt uit de grijze massa. Ik zou morgen geen meter tachtig willen zijn. Mijn gestalte maakt me wie ik ben.»

**HUMO In je comedyshow's lach je zelf met je kleine gestalte.**

**BOEVA** «Een comedian lacht met alles, en moet ook met zichzelf kunnen lachen, vind ik. Maar ik wil meer zijn dan 'die komiek met zijn dwergenmoppen'. Daarom staat er nu een telraam op het podium. 'Tien dwergenmoppen op twee uur, één elke twintig minuten, dat moet volstaan,' zeg ik aan het begin van mijn show (*lacht*).»

**HUMO Hoe stopte het pesten?**

**BOEVA** «Toen ik van school veranderde. In mijn eerste school, het Sint-Janscollege, vond de directie dat pesten niet bestond. Het waren gewoon jongens die elkaar maar wat plaagden. Daarna ging ik naar 'De dames' – voluit Instituut Dames van

het Christelijk Onderwijs – waar vooral meisjes zaten. De focus op beleefdheid en solidariteit was daar zo groot, ik heb er nooit pestgedrag gezien. Het bewijs dat een school wel degelijk een bijdrage kan leveren.»

**HUMO Veel kinderen die gepest worden, hebben later een laag zelfbeeld en zijn onzeker. Dat was dus bij jou niet zo?**

**BOEVA** «Aanvankelijk wel, maar ik had het geluk dat ik vrienden had die me het gevoel gaven er altijd bij te horen. Eén voorbeeld: elk jaar gingen we samen op reis, maar nooit heeft iemand voorgesteld om te gaan skiën. Omdat ze wisten dat ik dat helemaal niet kon. Als je voelt dat mensen rekening met je houden, geeft dat zelfvertrouwen. En ik moet mijn ouders ook een pluim geven. Zij hebben me eerlijk opgevoed. 'Er zijn dingen die je niet kunt, en dingen die je wel kunt. Je moet focussen op die laatste,' zeiden ze. Mijn handicap was nooit een issue, ze hebben me nooit naar een school voor kinderen met een beperking willen sturen. Hadden ze dat wel gedaan, dan zou mijn onzekerheid wellicht een pak groter geweest zijn.»

**HUMO Heb je tips voor kinderen die gepest worden?**

**BOEVA** «Ja, zorg dat je ego  *fucking*  groot is. Bij mij is dat groter dan mezelf (*lacht*). Wie gepest wordt, weet diep van binnen dat hij wél ok is. Dat is heel belangrijk, daar mag je nooit aan twijfelen. En er is wat zelfvertrouwen voor nodig, maar het kan geen kwaad om af en toe eens te bluffen, te tonen dat je jezelf heel wat beter waant dan wat de pester denkt. Wie geen angst toont, maakt de aanvaller zenuwachtig.»



Rutger Verhoeff, 'Laat je niet verpesten', Prometheus