



ACHTER PESTEN SCHUILT EEN GROTE, MOEILIJKE WERELD

Waarom pesten kinderen en wat doet het met je als je gepest wordt? De thema-avond *Dag tegen pesten* zoekt naar antwoorden. Dat is nodig, want slachtoffers én daders kunnen er in hun latere leven veel last van hebben.

Naar het effect van pesten worden steeds meer internationale studies gedaan, zegt Gijs Huitsing, onderzoeker aan de Rijksuniversiteit Groningen en gespecialiseerd in pesten en sociale netwerken. 'Doordat langlopende studies mensen steeds vaker van kindertijd tot volwassenheid volgen, weten we nu dat je als pestslachtoffer later een grotere kans hebt op psychische problemen. Depressies en angststoornissen komen bij deze groep vaker voor.' Maar, benadrukt de onderzoeker, er zijn ook genoeg mensen die er later géén last van hebben. 'Als je op de basisschool werd gepest maar wél een leuke middelbare schooltijd had, kan dat al een groot verschil maken.'

Hoe werkt pesten door in je volwassen leven? Huitsing: 'Als veel over je werd geroddeld in je kindertijd en je het gevoel had dat je werd buitengesloten, dan ontwikkel je daar een speciale antenne voor. Je betreft dingen eerder op jezelf. Als er wordt gelachen,

denk je sneller: het zal wel over mij gaan. Terwijl dat helemaal niet zo hoeft te zijn.'

Alle onderzoeken wijzen uit dat steun belangrijk is. 'Kinderen die één verdediger hebben op school voelen zich al veel beter dan kinderen die er helemaal alleen voor staan.' Dat geldt ook op latere leeftijd. 'Je kunt eroverheen groeien, maar het is belangrijk om daarbij hulp te zoeken, in je omgeving of bij een professional. Dat is gemakkelijker gezegd dan gedaan. Achter pesten gaat een grote, moeilijke wereld schuil en het is lastig om je zwaktes te tonen.' Opmerkelijk genoeg lijden niet alleen mensen die gepest worden, ook pesters hebben kans op negatieve langetermijengevolgen. Huitsing: 'Uit onderzoek blijkt dat zij een grotere kans lopen om verslaafd te raken aan alcohol of drugs, of in de criminaliteit te belanden.'

► **DAG TEGEN PESTEN 21.00 NED. 3**