

## Meer informatie over stotteren

Voor al uw vragen over stotteren kunt u terecht bij het StotterFonds.

Het StotterFonds is een samenwerkingsverband van de Nederlandse Stotter Vereniging Demosthenes

[www.demosthenes.nl](http://www.demosthenes.nl)

en de Nederlandse Vereniging voor Stottertherapie (NVST)

[www.nedverstottertherapie.nl](http://www.nedverstottertherapie.nl)

Het StotterFonds beschikt over veel informatie en voorlichtingsmateriaal.



Postbus 80, 3860 AB Nijkerk

Tel: 030-233 33 36

E-mail: [info@stotteren.nl](mailto:info@stotteren.nl)

[www.stotteren.nl](http://www.stotteren.nl)



Stop  
het pesten!



### Word jij gepest met je stotteren? Dan is het belangrijk dat je een paar dingen weet.

- Je kunt er **niets** aan doen dat je stottert. Je stottert soms meer, dan weer minder en dat kun je vaak niet zelf regelen. Dat hoort nu eenmaal bij stotteren.
- Pesten is iets heel anders dan een beetje plagen. Plagen is meestal goed bedoeld, pesten niet.
- Pesten mag **nooit**. Pesten is gewoon foute boel en het moet altijd stoppen.
- Als je gepest wordt, komt dat **niet** omdat er iets mis is met jou.
- Als je gepest wordt, heb **jij** steun nodig.
- Het kind dat pest heeft ook hulp nodig bij het afleren om te pesten.
- Jij kunt heel veel doen om te zorgen dat het pesten **stopt**.

### Dit kun je doen om het pesten te laten stoppen.

- Praat over je stotteren.
- Wordt een stotterexpert en zorg dat je alles weet over stotteren.
- Vraag aan je stottertherapeut om samen met jou een spreekbeurt te maken en/of te houden over stotteren.
- Laat je stotteren horen. Je hoeft je er niet voor te schamen.
- Als iemand je pest met het stotteren, zeg dan iets wat kort is en eerlijk, zoals:
  - "Ik vind het vervelend dat je me pest. Ik wil dat je ermee stopt!"
  - "Ja, ik stotter en dat doe ik niet voor mijn lol."
  - "Stop hou op!"

- Als iemand je nadoet kun je ook zeggen dat je dat niet wilt. Je kunt er ook een grapje van maken en zeggen: "Hé, stotter jij ook? Dat wist ik niet. Je mag wel een keer mee naar stottertherapie. Ik hoor het al, *ik kan beter stotteren dan jij.*"
- Als het praten niet lukt is dat extra lastig. Houd dan je rug recht en loop weg met je neus in de wind!

### Wat je voor jezelf kunt doen.

- Weet dat kinderen die pesten dat vaak doen om zichzelf machtig te voelen, terwijl ze eigenlijk heel onzeker zijn.
- Kinderen die pesten vinden het vaak leuk als je laat zien dat je verdrietig of boos bent. Natuurlijk ben je verdrietig en boos en dat mag best, maar bewaar je tranen een poosje tot je thuis bent of bij een goede vriend of vriendin.
- Praat erover thuis of met de juf of met een vriend of vriendin.
- Hoe je je voelt en denkt over je stotteren, maakt hoeveel last je ervan hebt om ermee geplaagd te worden. Op stottertherapie kun je leren je steviger te voelen met je stotteren.
- Als je leert je stotters beter te besturen, ga je je ook steviger voelen.
- Vertrouw op je kracht. Soms voel je je machteloos, maar laat je niet uit het veld slaan door de pester! Jij weet zelf het beste wat je waard bent!

### En dit is ook heel belangrijk om te weten.

- Je staat er niet alleen voor!
- Zoek hulp.
- Praat met je ouders of iemand anders die je vertrouwt en waarvan je weet dat hij of zij je kan helpen!!
- Of bel met **stotteren.nl**.  
Tel: 030 - 23 33 336.  
Zij helpen je verder!

