

A

Jeg tror bare du er lidt paranoid. Jeg har også venner der ryger, og jeg er ligeglad. Så længe du ved at du ikke ryger, så er det lige meget, hvad andre tænker.



C

Hej! Jeg syntes helt klart ikke, at du skal stoppe med at være sammen med dine venner, fordi de ryger. Det er også ret synd for dine venner, at de skal føle sig afvist af dig... En af mine bedste veninder har også en masse venner, der ryger. Og nogle gange lugter hun lidt af røg, men vi ved alle sammen, at hun altså ikke ryger, fordi hun for det første er sådan en sød og god pige, og for det andet er hun også så viljestærk osv. Og det er jeg sikker på at du også er <3 Og husk på, at det jo ikke ændrer på, hvordan folk er, bare fordi de er begyndt at ryge. Det er nok også en hård tid for dem, og det er endnu en grund til, at du virkelig bør være sammen med dem og hænge ud. Knus en pige der kender det <3



VENSKABER

BURDE JEG HOLDE MIG VÆK?

Jeg er en pige på 15 år.

Mange fra min klasse og årgang er begyndt og ryge. Jeg føler mig slet ikke presset til at begynde med at ryge, fordi jeg synes, det er forfærdeligt klamt.

Men jeg er bange for at gå sammen med nogle af dem, fordi jeg ikke vil have, at folk tror jeg ryger.

Så, jeg vil bare vide, om I synes, jeg burde stoppe med at være sammen med mine venner som ryger, eller er jeg bare paranoid?

PIGE, 15 ÅR

BØRNS
VILKÅR

TrygFonden

B

Det betyder ikke noget for dig at du ikke ryger, selvom at dine venner gør det. Det er ofte meget tydeligt, at en person blandt en flok rygere ikke ryger selv, på grund af personens reaktion på røgen. Så det skal du ikke bekymre dig om. Og lad nu være med at prøve "bare lige en enkelt en". Du bliver meget sandsynligt afhængig af den ene cigaret. Det skete for mig, og det tog mig måneder, at komme ud af det igen på grund af den ene, lille cigaret.



D

Du skal ik' stoppe med at være venner med dem. Og hvis der er nogen, der tror, du ryger - så fuck dem. Du ved, du ikke ryger.



A

Det er en ond cyklus, du er i der. Jeg har selv været der. Måske der er en person eller to i din klasse, du aldrig har tænkt over at gå hen til. Måske kan du prøve at småsnakke med? I folkeskolen blev jeg først accepteret, da jeg begyndte at gå i dyrt mærkevarerøj, men det anbefaler jeg ikke! Du kan måske prøve at interesse dig for det samme, som de populære gør i din klasse. Vis noget selvsikkerhed, humor og vær åben - det skal nok komme. Bare tag initiativ. Har du prøvet at snakke med nogen af pigerne? Det er heller ikke værst! Prøv dig frem! Held og lykke



C

Hvis du ikke har noget "imod" det, så spørg en pige gruppe, eller en gruppe hvor der er piger med! Hvis du går i sådan en klasse, hvor der er mange drenge så spørg nogle af pigerne og måske én dreng :)



VENSKABER

GRUPPEARBEJDE

Hej allesammen

Jeg har et problem med, at min sociale status ikke er så høj, og at jeg derfor har problemer med, at jeg altid arbejder alene.

Jeg har prøvet at gå ind i en gruppe, men blev afvist, og jeg har også spurgt lærerne, om de kunne hjælpe mig, men de gør ikke rigtig noget ved det.

Det skal dog siges, at jeg ikke har nogle problemer i pausen.

Det er kun, når de "seje" drenge er til stede, at jeg ikke kan være med i en gruppe, og det er sjældent de ikke er det.

Håber I vil hjælpe mig!
DRENG, 14 ÅR

BØRNS
VILKÅR

TrykFonden

B

Hej! Jeg forstår godt, at du synes, at det kan være svært. Jeg havde det også selv sådan i folkeskolen. Selvom det gør ondt at blive afvist, skal du ikke være bange for at prøve igen. Måske kan du prøve at snakke med nogle af de andre fra klassen og blive en del af deres gruppe. Chancen for at der er en anden i din klasse, der har det ligesom dig er ret stor, og du skal vide, at du ikke er alene om det. Prøv at udvid den vennegruppe, ved at snakke med nogle nye. Vær åben for nye ting, og vis at du gerne vil være en del af fællesskabet. Jeg lover dig, at det nok skal blive bedre, det blev det også for mig, og jeg ved, at du også godt kan. Held og lykke og tro på dig selv, så skal det nok gå! Knus



D

Hej du :) Det er lidt det samme som i min klasse og ved mig :) det er jo SUPER nederen osv., men hvis du har nogle gode venner i din klasse eller kun en, så spørg personen om I skal være sammen i en gruppe. Du kan også snakke med dine forældre om det, så de kan kontakte din lærer :)
Håber det går lidt bedre.
Held og lykke

