Voorbereide Lees: Teks 1

Hulle skinder van my!

Skinder - Dit is iets wat alle tienermeisies (en selfs volwassenes!) doen, of jy dit nou wil erken of nie. Ons almal is skuldig daaraan en soms is dit selfs vir ons lekker, maar wanneer iemand anders oor ons skinder, is ons gou om op ons perdjie te spring.Dit kan nogal sleg voel as iemand oor jou skinder (veral as dit jou vriende is) en dit is 'n moeilike situasie om aan te pak – veral as jy nog drama wil vermy.

Hier is wenke vir wat jy kan doen as mense oor jou skinder:

1. Beperk die drama tot 'n minimum

As iemand by die skool of iewers anders leuens oor jou versprei, kan dit nogal aanloklik klink om wraak te neem. Maar voordat jy nog 'n erger skinderstorie begin en versprei, haal asem en dink mooi na daaroor. Wil jy regtig daal tot die ander persoon se vlak? En wil jy regtig die situasie nog verder vererger? Dit gaan jou boonop net ook sleg laat lyk.

2. Stel die feite reg

Ongelukkig gaan daar mense wees wat die skinderstorie glo! Die beste ding wat jy kan doen, is om die ware feite op die tafel te sit en jou naam so in ere te herstel.

3. Steun op jou ware vriende

Dit is 'n moeilike tyd en soos die storie versprei, gaan jy gou agterkom wie jou regte vriende is! Steun op dié mense. Maar as jy voel asof jy niemand het nie, begin van voor en maak nuwe en meer vriende. Sluit by 'n klub aan of neem deel aan sport - hoe groter jou sirkel van vriende is, hoe groter is jou ondersteuningsbasis.

4. Laat jouself geld, maar moenie aggressief wees nie

Probeer uitvind waar die skinderstorie begin het en gaan praat met daardie persoon. Wees rustig en probeer die gesprek kalm benader. Dalk is dit net 'n groot misverstand en draai julle later uit om weer vriende te wees. Maar as die gesprek nie na wense verloop nie, moenie aggressief raak nie. Loop eerder net weg.

5. Gee hulle iets anders om oor te klets

So, dis nie lekker as mense oor jou skinder nie, maar dit sal uiteindelik ophou en hulle sal iemand anders kry om oor te skinder. In die tussentyd kan jy vir hulle iets positief oor jou gee om oor te praat – presteer in iets of breek 'n rekord.