Spijt gaat over een jongen uit de tweede klas die heel erg wordt gepest, Jochem. De pesters vinden hem dik, maar Jochem durft niets van hun gepest te zeggen en lacht zelfs mee. David is één van zijn klasgenoten en vindt het getreiter eigenlijk te ver gaan, maar hij durft er niks van te zeggen. Hun mentor en gymleraar doet er ook niks tegen en pest gewoon mee. Jochem vertelt David dat hij een goede vriendin heeft die Nienke heet. Even daarna komt de avond van het klassenfeest. Als het feest is begonnen zoekt David Vera op om verkering te vragen. David kan niet geloven dat als hij in de gang komt Vera en Youssef staan te zoenen. Ondertussen dwingen Sanne, Remco en Justin Jochem bier te drinken. Hij staat even later te kotsen bij een boom en wordt door hen door z’n eigen braaksel gerold. Jochem smeekt David om hulp, maar David is te verdrietig om Jochem te helpen en wijst hem af.

De volgende dag komt de rector binnen met de mededeling dat Jochem die avond niet thuis is gekomen. Iedereen is stil en weet dat ze te ver zijn gegaan. David belt Nienke op om Jochem te zoeken en gaan eerst naar het meer. Daar krijgen ze de schrik van hun leven: In het water drijft de tas van Jochem. David en Nienke beginnen te huilen, Jochem is dood. De duikploegen duiken het lichaam van Jochem op. Niemand kan het geloven en treurt. David voelt zich nog het meest schuldig, omdat hij zijn woord heeft verbroken. De klas neemt afscheid van Jochem op de plek waar hij zelfmoord pleegde. De redactie van de schoolkrant vindt dat ze iets moeten doen om dit een volgende keer te voorkomen. Ze zetten een pestlijn op, als aandenken aan Jochem.