

Vriendschap



INFORMATIE
Documentatiecentrum

1 Wat is vriendschap?

Stel: je beste vriend gaat van school af, of je gaat zelf verhuizen. Hoe voel je je dan? Verdrietig? Alleen? Zou je het spannend vinden om nieuwe vrienden te maken? Sam maakte het mee: 'Ik zat in groep 7 toen ik ging verhuizen. Dat vond ik eerst verschrikkelijk, want ik wilde mijn vrienden niet kwijtraken.' Vriendschap is een niet-romantische nauwe relatie tussen twee mensen. Geen liefdesrelatie dus, maar met een vriend of vriendin heb je wel een hechte en vertrouwelijke band. Vrienden vinden elkaar leuk en vertellen elkaar persoonlijke dingen. Meestal begint vriendschap bij elkaar aardig vinden. En dat je al goede vrienden hebt, betekent niet dat je geen nieuwe kunt maken. Dat ontdekte Sam ook: 'Nu zit ik in groep 8 op een nieuwe school. Op het verjaardagsfeestje van een klasgenoot leerde ik gelukkig meteen leuke kinderen kennen. Mijn oude vrienden zie ik nu vooral online en in het weekend logeren we soms bij elkaar.'

Kenmerken

Vriendschap betekent niet voor iedereen hetzelfde, maar volgens veel mensen horen deze kenmerken erbij:

- Je kunt elkaar vertrouwen. Zo vertelt een vriend niks door wat je in vertrouwen hebt verteld, bijvoorbeeld op wie je verliefd bent.
- De vriendschap komt van twee kanten.
- Je steunt elkaar bij pijn en verdriet.
- Je vindt elkaar aardig en onderneemt samen leuke dingen.
- Je kunt jezelf zijn.



Met vrienden kun je dingen doen die in je eentje niet of minder goed mogelijk zijn.

Leren over jezelf en anderen

Een peuter kan zomaar een ander kind slaan als het zijn of haar speelgoed afpakt. Dat is heel normaal: jonge kinderen moeten nog ontdekken hoe je goed met anderen omgaat. Aandacht hebben voor iemand en ruzies oplossen horen daarbij, maar ook voor jezelf opkomen en spullen delen. Die **sociale vaardigheden** leren ze van hun ouders, op de kinderopvang en later ook door vriendschappen. Vrienden leren van elkaar door te vertellen wat ze leuk en vervelend vinden aan elkaars gedrag.

Ook leer je jezelf beter kennen door je vrienden. Als jij je rot voelt, kan een vriend je vragen stellen waardoor je gaat nadenken over de oorzaken van dat rotgevoel. Vrienden kunnen ook adviezen geven die je zelf niet had bedacht.

Voordelen

Kinderen met vrienden blijken vaak goed te kunnen samenwerken en meer **zelfvertrouwen** te hebben. Zelfvertrouwen betekent dat je vertrouwen hebt in wie je bent en wat je kunt. Het is waardevol als je met een vriend kunt praten over je onzekerheden. Als blijkt dat vrienden dezelfde dingen lastig vinden als jij, ontdek je dat jij niet raar bent. Dit versterkt je zelfvertrouwen en tegelijk leer je je inleven in anderen. Dat heet **empathie**. Daar heb je ook wat aan als je volwassen bent.

Een ander groot voordeel: vriendschap helpt tegen **eenzaamheid**, je alleen voelen. Uit onderzoek blijkt dat eenzame mensen minder gelukkig zijn dan mensen die daar geen last van hebben.

3 Soorten vrienden

Hoe zien jouw vrienden eruit? Welke hobby's hebben ze? Grote kans dat jullie op elkaar lijken! Uit onderzoek blijkt dat de meeste vrienden ongeveer dezelfde leeftijd, hetzelfde geslacht en veel dezelfde interesses hebben. Maar mensen met heel verschillende karakters kunnen ook bevriend zijn. Zoals een druk persoon met veel praatjes die bevriend is met iemand die rustig en wat stiller is. In zo'n **complementaire** vriendschap vullen vrienden elkaar aan. Het is wel belangrijk dat de vriendschap in balans is, dus dat de een niet de baas speelt over de ander.



Gamevrienden, sportvrienden, buitenspeelvrienden of vakantie vrienden, wat voor soort vrienden heb jij allemaal?

Vriendschap

Met de een ga je sporten, met de ander fiets je naar school of kun je urenlang kletsen: vrienden! Bijna iedereen heeft ze. Hoe belangrijk zijn ze eigenlijk? En wanneer noem je iemand een echte vriend?

Vriendschappen kunnen al op jonge leeftijd ontstaan en een leven lang duren. Een vriendschap maakt mensen vrolijk en geeft steun in moeilijke tijden. Toch kunnen er ook problemen ontstaan, zoals ruzie of uit elkaar groeien. Wat kun je dan doen? En hoe ga je online om met vrienden?

Op www.docukit.nl vind je nog veel meer leuke boeken!

