

# Vrienden voor het Leven

Wat zou het leven kleurloos en eenzaam zijn zonder je vrienden! Ook kinderen zoeken altijd een kameraadje op. Maar wat betekenen vriendschappen precies voor kinderen? Hoe maken ze vriendjes – en hoe kun je ze helpen als dat niet goed lukt? En wat doe je tegen 'foute' vriendjes?



Wat waren we blij dat we tegelijk zwanger waren! Binnen twee weken van elkaar kwam er een dochter, en we wisten het heel zeker: deze kleine meisjes zouden, net als hun moeders, de beste vriendinnen worden. Ze zouden net zo met elkaar kunnen lachen, elkaar hun diepste geheimen vertellen en elkaar bijstaan waar het maar kon, ooit. Het begin was er al: de kleine baby's lagen schattig naast elkaar in de box en op het grote kleed dat we meenamen naar het park. Urenlang lagen ze te kwijlen en te kirren – net als hun trotse moeders. Maar van elkaars aanwezigheid waren ze bepaald niet op de hoogte. Logisch: een baby kan nog geen vriendschap sluiten. Een baby kan oogcontact maken en blij reageren op een andere baby, maar van geheimpjes delen is nog lang geen sprake. Dat snapten wij ook wel.



De baby's werden peuters, en we bleven het proberen. En ja hoor, ze vonden het leuk om samen te spelen. Nou ja, eerst speelden ze vooral naast elkaar. In de zandbak, bij de eendjesvijver, aan de rand van het zwembad, waar we ook kwamen, ze waren eerst en vooral met zichzelf (en hun eigen moeder) bezig. Bovendien leken ze net zo veel – of weinig, zo je wilt – met andere kinderen op te hebben. Jonge kinderen hebben wel degelijk een voorkeur voor bepaalde kinderen. Ze hebben vriendjes, bijvoorbeeld op de crèche of de peuterspeelzaal, waar ze steeds naar toe trekken. Maar heel diepgaand is het allemaal nog lang niet. Maakte ons niet uit, de afspraakjes in de dierentuin en het speelparadijs waren reuze gezellig, en met een beetje mazel konden wij onze vriendschap verder uitdiepen.

## Ware vriendschap

Raar, dat we onze kinderen zo graag bevriend zagen? Vonden wij helemaal niet. We gunden onze dochters net zo'n waardevolle vriendschap als de onze. We kennen elkaar door en door, en trouwens ook elkaars familie. We hebben het altijd superleuk samen, kunnen helemaal in een deuk liggen om dezelfde dingen. We vertrouwen elkaar blindelings en kunnen volledig onszelf zijn bij elkaar. We bellen elkaar meteen als we iets verdrietigs of juist iets heel leuks hebben meegemaakt. We vragen elkaar advies en kunnen ook heel erg eerlijk tegen elkaar zijn. We hebben ook weleens ruzie (eerlijkheid is niet altijd even leuk), maar dat leggen we weer bij. Eigenlijk versterken die ruzies onze vriendschap alleen maar. Dat is onze grote-mensen-vriendschap in een notendop.

Niet alleen wij koesteren onze vriendschap. 'In de vriendschap waarvan ik spreek, vermengen en versmelten beide geesten zich tot een zo allesomvattend samengaan, dat ze de naad die hen verbindt, doet verdwijnen en niet meer terugvinden.' De 16e-eeuwse filosoof Michel de Montaigne had het geluk, zei hij, zo'n ware vriendschap te hebben gehad. Sterker: die vriendschap was voor hem de belangrijkste ervaring van zijn leven.

'Vriendschap is 1 ziel  
in twee lichamen.'

- Aristoteles -

Eigenlijk zei hij hetzelfde als de Griekse Aristoteles zo'n 1800 jaar vóór hem: 'Vriendschap is één ziel in twee lichamen'. Ach, die Griekse filosofen, ze grossierden in bespiegelingen over vriendschap. Epicurus: 'Het mooiste van alles dat wijsheid ons biedt om het leven prachtig te maken, is zonder twijfel vriendschap.' Die moet je niet snel sluiten, vond Socrates, maar: 'blijf eenmaal gesloten vriendschap altijd trouw.' Grote woorden hoor. Vertaal dat eens naar de vriendschappen van je kleuter. Hoe leuk die het ook heeft met z'n boezemvriend, van het vermengen van geesten, een allesomvattend samengaan of verdwijnende naad is vooralsnog geen sprake. Ook wijsheid en trouw zijn nog ver te zoeken... Vriendschap op de 'volwassen' manier (nog even daargelaten of die lijkt op de ware vriendschap volgens De Montaigne) kennen kinderen pas vanaf dat ze een jaar of acht, negen zijn. Dat wil zeggen: vóór die tijd zijn vrienden speelkameraadjes. Vrienden vinden dezelfde dingen leuk. Ze spreken met elkaar af na school, logeren misschien wel bij elkaar, komen op elkaars feestjes, lenen elkaars spulletjes. Ze kunnen zelfs onafscheidelijk zijn. Maar wat ze aan elkaar bindt is activiteit. Samen leuke dingen doen. >



### Voorhanden

Dat merkten we ook aan onze meisjes. Vaak zagen ze elkaar niet; we woonden niet erg dicht bij elkaar. Ze gingen elk naar een andere school, waar ze hun eigen vriendjes en vriendinnetjes kregen. School is natuurlijk bij uitstek de plek waar leeftijdsgenootjes elkaar ontmoeten, en gedwongen worden tijd met elkaar door te brengen. Een goede (maar harde) leer-school voor het opdoen van vriendschappen! Maar een kindervriendschap kan natuurlijk ook ontstaan op de tennisclub of gewoon op straat. Of omdat hun moeders elkaar zo aardig vinden...

Als onze meisjes samen waren, dan speelden ze heel leuk met elkaar. Want dan doen kinderen: ze spelen met wie er voorhanden is. Dat kan dan zomaar iemand zijn die niet echt dezelfde interesses heeft, die (veel) ouder of jonger is, of van het andere geslacht. (Jonge kinderen spelen nog vaak met kinderen van de andere sekse, oudere kinderen al veel minder.) Onze kinderen werden echter ouder, en gek genoeg verdween daarmee de vanzelfsprekendheid waarmee ze elkaar opzochten als ze 'gedwongen' samen waren. De zandbak was allang geen bindende factor meer. Er was nu meer voor nodig om bevriend te zijn.

### Wat maakt iemand populair?

Het lijkt ongrijpbaar: waarom is het ene kind heel populair en wordt het andere afgewezen? Het heeft vooral te maken met sociale intelligentie. Een populair kind is sociaal vaardig; het kan goed samenwerken, zich in een ander verplaatsen, legt makkelijk zelf contact en houdt rekening met anderen. Maar er is meer. Populaire kinderen zien er leuk uit, hebben goede schoolprestaties en zijn sportief. Het zijn vooral kinderen uit hogere sociaaleconomische milieus die populair zijn, en kinderen die betrokken ouders hebben. Jawel, ook de opvoedingsstijl blijkt invloed te hebben op de populariteit op school.

Leuk, populair zijn? Tuurlijk, maar ook vermoeiend. Het kost behoorlijk wat energie om altijd bovenaan de voedselketen te staan...

### Van doen naar delen

Wanneer kinderen tussen negen en tien jaar oud zijn, krijgt vriendschap een andere invulling. Niet alleen het samen dingen doen vormt de basis, maar het samen dingen delen. Er ontstaat een behoefte aan emotionele intimiteit in de vriendschap. Een 'doe-vriendschap' kan uitgroeien naar een 'deel-vriendschap', maar het hoeft niet.

Een intieme vriendschap kan alleen ontstaan als kinderen in staat zijn om zich in anderen in te leven, iets dat jonge kinderen simpelweg nog niet kunnen. Dat betekent ook dat hoe sociaal competent het kind, hoe makkelijker het vriendschappen sluit en onderhoudt.

Daarnaast blijken kinderen vaak vriendschappen te sluiten met kinderen die op ze lijken; ze hebben vaak dezelfde leeftijd, dezelfde sekse, komen uit dezelfde etnische groep, zien er hetzelfde uit, hebben hetzelfde gevoel voor humor, dezelfde schoolprestaties etc. Maar tegelijkertijd trekken ook tegenpolen elkaar aan!

### Best Friends Forever!!!

Als wat oudere kinderen eenmaal besloten hebben boezemvrienden of het vrouwelijke equivalent BFF's (Best Friends Forever) te zijn, waaruit bestaat dan die vriendschap? Uit onderzoek blijken steeds deze aspecten naar voren te komen:

- Vrienden zijn eerlijk en spontaan tegen elkaar
- Vrienden voelen elkaar aan en begrijpen elkaar
- Vrienden zijn aan elkaar gehecht
- Vrienden geven en delen
- Vrienden vinden het fijn om samen te zijn
- Vrienden doen graag dingen samen
- Vrienden wisselen geheimen met elkaar uit
- Vrienden zijn loyaal naar elkaar

Eigenlijk dezelfde aspecten die grote-mensen-vriendschappen kenmerken! Een grote-kinderen-vriendschap is een serieuze aangelegenheid, en de briefjes met hartjes en BFF's vliegen over en weer. Tenminste, bij meisjes. Men zegt wel dat de intensieve meisjesvriendschappen al voorbereiden op latere liefdesrelaties. Hoe dan ook kan een breuk tussen twee BFF's tot hevig liefdesverdriet leiden. Jongens kunnen ook innige vriendschapsbanden hebben, maar het zijn vooral meisjes die erg op de ander gericht zijn.

### 'Ga maar even vriendjes maken'

Die emotionele intimiteit tussen onze dochters, het ging 'm gewoon niet worden. Waar lag dat toch aan? Vonden ze het soms moeilijk om vriendschappen aan te gaan? Sommige kinderen zijn daar nu eenmaal beter in dan anderen. Volwassenen denken er vaak heel makkelijk over.

'Ga maar even vriendjes maken', zeggen we tegen ons grut wanneer we ergens komen waar ook andere kinderen zijn.

Maar hoe voel jij je op een feestje waar je niemand kent? Loop je zelfverzekerd op iemand af om vervolgens ronduit te vertellen over je nieuwe baan, de volleybalcompetitie en je zieke kat? Of sta je ongemakkelijk in een hoek de feestvierders gade te slaan? Kinderen die goed zijn in het sluiten van vriendschappen zijn sociaal vaardige kinderen. Ze leggen makkelijk contact, hebben een praatje klaar, zijn zelfverzekerd, zitten lekker in hun vel. Fijn voor die kinderen, maar wat nou als je niet zo in elkaar zit? Het ene kind heeft heel veel vriendjes, het andere 'maar' een. Is dat dan erg? Is een kind met veel vriendjes oppervlakkig, en een kind met één vriendje zielig? Niet als die kinderen zich daar prima bij voelen. Het aantal vrienden is niet zozeer van belang, maar het hebben van vrienden is dat wel! Een mens is immers een sociaal wezen, dat altijd op zoek is naar contact met anderen. Logisch, want in je eentje red je het niet in de wereld. Een kind dat geen vrienden heeft raakt erg eenzaam. Het voelt zich buitengesloten en onwaardig. Het zal zich steeds onzekerder voelen, en weinig kunnen 'oefenen' in vriendschappen. Vriendjes maken moet dus – en gelukkig kan je daar je kind goed mee helpen (zie kader)!

"Vriendschap laat zich niet dwingen. Zelfs niet door twee wanhopige moeders."

### 'Foute' vriendjes

Ondanks onze inzet willen onze dochters, jonge tieners nu, elkaar helemaal niet eens meer zien. Ze hebben helemaal niets met elkaar gemeen. Maar daarnaast vinden ze elkaar gewoon stom. De een vindt dat de ander haar slecht behandeld heeft. Zucht. Voor ouders ligt een soms onaangename taak te wachten wanneer het om vriendjes gaat. Sommige vrienden liggen elkaar eigenlijk niet. Ze juttten elkaar op, kwetsen elkaar voortdurend, halen rottigheid uit, sluiten andere kinderen buiten en ga zo maar door. Soms klopt de chemie niet. Wat doe je met 'foute vriendjes'? Verbied je de vriendschap, die altijd tot gedonder leidt? Duw je je kind andere vriendschappen door de strot? Zou je wel willen hè? Toch kun je dat maar beter niet doen. Bijsturen, dat kan dan weer wel prima. Laat de lastige vriendjes bij jou thuis spelen, zodat je overzicht kunt houden. Bovendien: jouw huis, jouw regels.



### Zo help je je kind vrienden te maken

Sommige kinderen rennen op iemand af, vragen naar zijn naam en of-ie ook van Lego houdt en de vriendschapsband is gesmeed. Andere kinderen schuilen het liefst achter moeders rokken als er andere kinderen in de buurt zijn. Hoe krijg je je kind achter je rokken vandaan?

1. Maak vriendschappen mogelijk, door bijvoorbeeld te bemiddelen bij het maken van een speelafpraak of een (nog onbekend) kind uit te nodigen mee te gaan op een uitje.
2. Leer je kind omgangsvormen (en geef zelf het goede voorbeeld). Dank je wel zeggen, je speelgoed delen, mensen laten uitpraten, niet schreeuwen, zo is je kind bij iedereen welkom.
3. Kinderen die een goede band met hun ouders hebben blijken makkelijker vrienden te maken. Ze zijn sociaal vaardiger. Een veilige thuisbasis is dus belangrijk voor het aangaan van vriendschappen (en vele andere dingen).
4. Vriendschappen kunnen heel ingewikkeld zijn en met allerlei emoties en gevoelens gepaard gaan. Praat hier met je kind over, zodat hij zijn eigen gevoelens leert begrijpen, en zich in anderen in kan leven.

Die regels mag je best even opsommen vóór het spelen. Hou de speelafpraak kort, zodat het leuk blijft. Is je kind erg stout met dat ene vriendje? Wellicht kan jouw spruit niet tegen het kind op. Help je kind dan zijn grenzen aan te geven. Alles beter dan lopen rommelen in de vriendschap. Want als er één ding geldt voor vriendschap – dat schreef De Montaigne al zo lang geleden, en ontdekten wij door schade en schande – is het dat vriendschap uit vrije wil moet ontstaan. Vriendschap laat zich nu eenmaal niet dwingen. Zelfs niet door twee wanhopige moeders. <

