

Van je vrienden moet je het hebben

Spelen, sporten, kletsen. Met je vrienden deel en doe je een heleboel. Maar wat is vriendschap eigenlijk en wat betekent het om vrienden te zijn? Twee vriendenduo's vullen een vriendenboekje over elkaar in. *Tekst Judie Jaspers, foto's Martijn Beekman en Kees van de Veen*

RESA EN NINA (ALLEBEI 11)
UIT ZEVENHOVEN

Nina over Resa

Vriendschap is voor mij...

'Dat je iemand kunt vertrouwen en met elkaar kunt spelen. En dat de ander een geheim kan bewaren als dat nodig is.'

Is vriendschap voor altijd?

'Vriendschap kan ook overgaan, bijvoorbeeld als je naar de middelbare school gaat. Mijn moeder vertelt wel eens dat ze vroeger vriendinnen had die ze nu niet meer heeft, dus het is zeker niet voor altijd.'

Ik ben bevriend met Resa omdat...

'Ze heel grappig en aardig is. En niet veel kinderen spelen in groep 8 nog met Playmobil en dat vinden wij allebei heel leuk.'

Lijken jullie op elkaar?

'Ik houd erg van TikTok en dansen. Resa wat minder. Zij houdt erg van muziek, ze speelt piano. Ik houd wel van muziek, maar ik maak het niet zelf. Verder wordt Resa wat meer verlegen als ze bijvoorbeeld voor een groep moet praten. Ik ben tegen iedereen heel open.'

Samen doen wij...

'Naast spelen met Playmobil en volleybal: heel veel kletsen. Of we al verliefd zijn bijvoorbeeld. Dat doen we vooral als we met meer meiden zijn, maar ook wel met z'n tweeën.'

Dit moment met Resa vergeet ik nooit:

'Haar kinderfeestje bij het huisje van haar opa en oma. We hebben toen het spel Kubk gedaan. Dat vond ik zo leuk dat ik het meteen voor mijn verjaardag heb gevraagd.'

Resa over Nina

Vriendschap is voor mij...

'Dat je het gezellig met elkaar kunt hebben en elkaar kunt vertrouwen. Als je ergens mee zit, is het soms makkelijker om te praten met een leeftijdsgenoot dan met bijvoorbeeld je ouders.'

Is vriendschap voor altijd?

'Dat kan, maar het kan ook overgaan. Er kan van alles gebeuren.'

Ik ben vrienden met Nina omdat....

'We het gezellig hebben en goed kunnen spelen. We zitten bij elkaar in de klas en ook op volleybal, dus daar zien we elkaar ook weer.'

Wij hebben het samen over...

'Van alles en nog wat. School, sport, dingen die we meemaken...'

Lijk je op Nina?

'Een beetje, maar niet heel erg. Ik denk dat ik gekker ben, zij is wat normaler.'

Dit moment met Nina zal ik nooit vergeten:

'Dat we samen in een tent in de tuin hebben geslapen. Of eigenlijk: vooral gekletst.'



Vriendschap betekent voor mij:

'Heel veel. Zonder vrienden zou het heel saai zijn. Spelen doen we veel, en we praten ook wel eens over hoe we ons voelen.'

Ik vind iemand een goede vriend als...

'Diegene aardig is en vaak met je speelt. En dat-ie er altijd is als je 'm nodig hebt.'

Ik had steun aan Elia toen....

'We samen een hut bouwden. Dat had ik niet in mijn eentje gekund.'

Is vriendschap voor altijd?

'Soms kan een vriendschap ook overgaan. Als iemand vervelend doet ofzo. Maar dat doet Eli niet.'

Elia en ik lijken...

'Wel een beetje op elkaar. We hebben allebei veel fantasie. We houden allebei van *Star Wars*.'

Ik ben bevriend met Elia...

'Omdat ik hem heel leuk vind. Hij wil altijd graag meedoen met mij, en ook met andere vrienden die er soms bij zijn.'

Dit moment zal ik nooit vergeten:

'Dat we samen een hut bouwden. In de zomer hebben we 'm met spijkers en een hamer in elkaar getimmerd. En hij staat er nog steeds. Nu zitten we er niet meer in. We zijn weer toe aan andere dingen. Zoals voetballen.'

Elia en ik...

'Blijven waarschijnlijk altijd bevriend. En als de vriendschap ooit minder wordt, zou ik daar wel moeite voor doen.'

Elia over Bram

Ik vind vriendschap:

'Samen dingen doen. Minecraften, voetballen, hutten bouwen'

Ik ben bevriend met Bram omdat:

'We dezelfde dingen leuk vinden.'

Is vriendschap voor altijd?

'Een vriendschap kan altijd over gaan. Als je stom tegen elkaar doet ofzo, of als je veel ruzie maakt. Eigenlijk is dat mij nog nooit gebeurd.'

Ik ken Bram van...

'School, en hij woont tegenover mij. We kunnen uit het raam naar elkaar zwaaien vanuit onze kamers. Vroeger speelden we wel eens op die manier. Dan deden we de lichten steeds aan en uit in onze kamers.'

Dit moment met Bram zal ik nooit vergeten:

'Dat we samen een boomhut hebben gemaakt. We hebben er in de zomer vaak samen in gezeten. Dat is echt onze vriendschap.'

Bram is mijn...

'Beste vriend. Echt mijn allerbeste. Ik vertel hem dingen die ik aan niemand anders vertel. En ik denk dat we altijd bevriend zullen blijven.'

ELIA EN BRAM (ALLEBEI 9) UIT GRONINGEN



KINDERPSYCHOLOOG TISCHA NEVE: 'VRIENDEN GEVEN EEN GOED GEVOEL'

Waarom is vriendschap belangrijk?

'Vrienden geven je een goed gevoel. Ze zorgen ervoor dat je je gezien en begrepen voelt. En daardoor zit je lekker in je vel. Bijna iedereen heeft behoefte aan vrienden. Hoeveel je er hebt, is heel verschillend. De één heeft veel losse vriendschappen, de ander één heel goede vriend.'

Hoe blijf je vrienden?

'Probeer te bedenken: wanneer is iemand een goede vriend? Bijvoorbeeld als iemand aardig is, eerlijk, dezelfde dingen leuk vindt als jij. Of aandacht aan jou geeft, óók als er nieuwe vrienden bij komen. Als jij weet wat je belangrijk vindt, weet je ook hoe je een goede vriend kunt zijn voor een ander. Dat geldt ook voor dingen die je niet fijn vindt. Bijvoorbeeld als iemand jouw geheimen doorvertelt.'

Hoe kun je ze maken als je er niet goed in bent?

'Houd jij van schaken/knutselen/gamen? Zoek dan kinderen die dat ook doen. Dan kun je makkelijker praten. Op een clubje gaan, helpt. Ook online kun je vrienden hebben. Bijvoorbeeld door te chatten tijdens een spel. Maar het is fijn als je óók in het normale leven vrienden hebt.'

Is het erg als vriendschap verwatert?

'Dat is heel normaal. Als je elkaar kent van sport en één van jullie stopt daarmee, bijvoorbeeld. Of als je naar een andere middelbare school gaat. Dat is niet erg. Als één van de twee zich in de steek gelaten voelt, kan het helpen om er samen over te praten.'