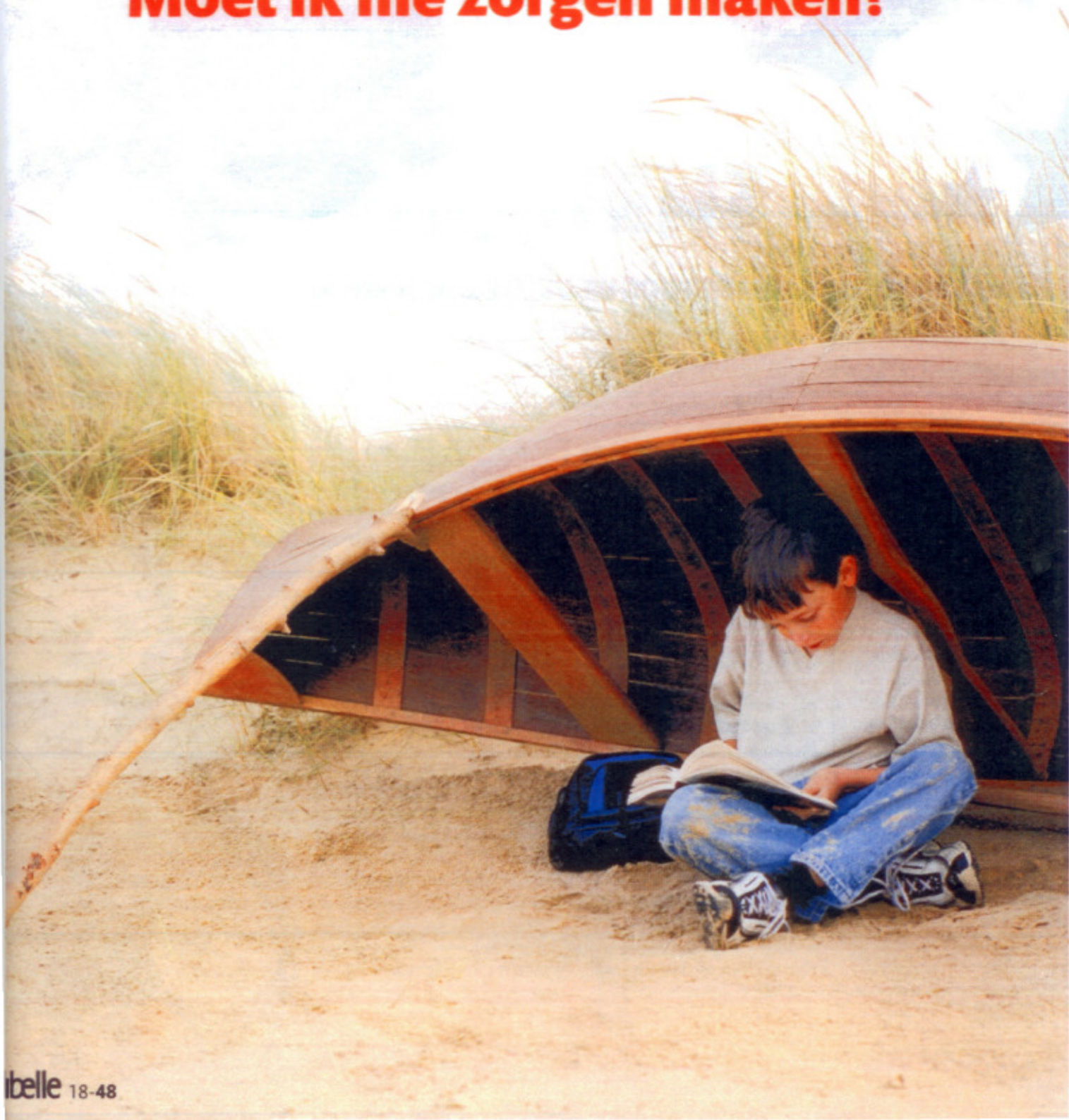


MIJN KIND
HEEFT **GEEN**
VRIENDEN

Moet ik me zorgen maken?



Sommige kinderen hebben al op hun vierde jaar een echte vriend, anderen talen niet naar vriendschap. Moet je je zorgen maken als je kind geen enkele vriend heeft? Ja dus. "Vriendschappen zijn van levensbelang", zegt pedagoog Emmeliek Boost.

Mirna is tien jaar oud, ze zit in groep zes. Ze heeft geen vriendinnetje en vindt dat erg moeilijk. "Als er feestjes zijn, word ik niet uitgenodigd. En op het schoolplein mag ik niet meespelen. Ik heb wel eens bij een meisje van ballet gespeeld, maar toen ik daarna vroeg of zij ook een keer bij mij kwam spelen, zei ze nee." Ieder kind heeft de behoefte om ergens bij te horen, om in vriendschappen ervaringen te delen en om zichzelf te leren kennen. Vriendschappen bieden steun en solidariteit en de kans om sociale rollen en vaardigheden te ontwikkelen. Ze vormen voor je kind vooral een klankbord om te ontdekken wie het is en helpen zo mee om het zelfbeeld en de identiteit te ontwikkelen. Kinderen kiezen al vroeg wie ze naast zich willen hebben, al vanaf een jaar of drie hebben ze een onbewuste voorkeur: met dit kind wil ik spelen! Eerst is dat nog intuïtief, maar al snel kiezen ze bewust. Als ze ouder worden, worden vrienden steeds belangrijker. Het allerbelangrijkst rond de puberteit.

Zo eenzaam

Vriendschappen zijn voor kinderen van levensbelang. Als je kind niet direct een hartsvriend heeft, is dat geen reden voor zorgen, als het maar ergens een vriendje weet te vinden: op school, de sportclub of in de straat. Zorgelijk wordt het wel als kinderen ouder worden en helemaal geen enkele vriend hebben, zoals Mirna. "Je kunt niet gezond groot worden zonder communicatie met vrienden, omdat je je niet kan ontwikkelen zonder dat klankbord om te meten en te spiegelen, zonder echt te ontdekken wie je bent", zegt

pedagoog en initiatiefneemster van de Opvoeddesk, Emmeliek Boost. Kinderen zonder vrienden zullen schade ondervinden omdat ze een enorme eenzaamheid voelen. En dat heeft een negatief effect op hun zelfbeeld. Er ontstaat een vicieuze cirkel, waardoor het steeds lastiger wordt om leuk contact te hebben met

type kind meer van slag dan een extravert type. Leeftijd is dan doorslaggevend", zegt Boost. "Als het gaat om een kleuter, dan kun je nog van alles doen en sturen, maar als het gaat om een eenzame, introverte puber, dan is hulp op korte termijn absoluut noodzakelijk, want isolement maakt een puber kwetsbaar. En kwetsbaar, dat

KINDEREN KIEZEN AL VROEG WIE ZE NAAST ZICH WILLEN HEBBEN, AL VANAF EEN JAAR OF DRIE HEBBEN ZE EEN ONBEWUSTE VOORKEUR

leeftijdgenoten. Maar terwijl het ene kind buikpijn voelt omdat het geen vriendjes heeft, is het voor een ander geen probleem. "Dat hangt van hun leeftijd af", zegt Boost, "maar ook van het type kind. Een introvert kind, dat graag op zichzelf is en goed alleen kan spelen, vindt het heerlijk om alleen te zijn. Maar een avontuurlijk kind dat juist geniet van vriendschappen, vindt het helemaal niet fijn om op zichzelf teruggeworpen te worden. En dat geldt ook voor een extravert kind."

Gevarenzone

De verschillen in type karakter maken ook dat het ene kind sneller dan het andere in de gevarenzone verkeert. "De meeste kinderen hebben een mix van eigenschappen en zijn niet uitsluitend tot één type te karakteriseren, maar je maakt je vanzelfsprekend meer zorgen wanneer je kind een introvert type is en geen vrienden in de buurt, op school of op een club maakt. Valt een beste vriend weg, door bijvoorbeeld een verhuizing, dan is een introvert

zijn ze, de kinderen die geen vrienden hebben. Dus hebben wij als ouders de plicht om dan aan de bel te trekken." Maar hoe doe je dat, de noodklok luiden en hoe weet >

HET DENKBEELDIGE VRIENDJE

Veel (jonge) kinderen hebben een denkbeeldig vriendje: dat kan een kind zijn, maar het kan bijvoorbeeld ook een hond of een kabouterje zijn. Denkbeeldige vriendjes worden niet alleen gefantaseerd door kinderen die geen vriendschappen hebben, maar zijn vooral bedoeld om het kind te versterken. Zo'n vriendje biedt steun in moeilijke perioden: bijvoorbeeld als het kind naar school gaat. Vanaf een jaar of zes krijgen kinderen steeds meer behoefte aan contact met andere kinderen en verdwijnen de denkbeeldige vriendjes vanzelf.

MIJN KIND HEEFT **GEEN** VRIENDEN

◁ je of je kind in de gevarenzone verkeert? De moeder van Mirna hoeft niet te twijfelen. Haar kind geeft zelf aan dat ze geen vrienden heeft en dat zij dat moeilijk vindt. Maar niet alle kinderen zullen dat heel gemakkelijk uiten. Boost: "Het is belangrijk dat je je verplaatst in de gevoels- en belevingswereld van je kind. Laat je zoon of dochter in z'n waarde en probeer hem of haar aan het praten te krijgen. Los het probleem niet op, maar focus op het gevoel

vriendje of voor een kind met een héél ander karakter. Ouders hebben daar soms moeite mee. Emmeliek Boost: "Zij hebben de neiging om zich te bemoeien met de vriendschappen van hun kinderen. Kiest je gedweeë dochter steeds weer het drukste en brutaalste meisje uit de klas, dan kun je de behoefte voelen om te manipuleren en het contact tussen de vriendinnen te verminderen. Meestal doen ouders dit

HOE OUDER KINDEREN WORDEN, HOE BELANGRIJKER VRIENDEN ZIJN. HET ALLERBELANGRIJKST ZIJN VRIENDEN ROND DE PUBERTEIT

van je kind, bijvoorbeeld: 'Ik zie dat je nooit een vriendje mee naar huis vraagt, ik denk dat je dat moeilijk vindt om te vragen, klopt dat?' Zo ontstaat een gesprek waarin je zicht kunt krijgen op de mate waarin het kind zelf last heeft van het probleem. Vragen die dat gesprek verder kunnen helpen zijn: 'Vind je dat er iets moet veranderen? en: wat zouden we kunnen doen?' Het is dus belangrijk dat je je het probleem van het kind niet toe-eigent. Laat het zelf nadenken over oplossingen. Als het zijn schouders ophaalt, begin dan de volgende dag nog een keer over de situatie." Probeer de oplossingen in de praktijk te brengen, laat je kind bijvoorbeeld kinderen uit de klas uitnodigen om eens langs te komen of organiseer samen een feestje voor leeftijdgenootjes uit de straat. Kom je er met je kind niet uit of leveren de eigen oplossingen nog steeds geen vriendschap op, raadpleeg dan een deskundige. Er worden in ons land – bij de bureaus Jeugdzorg en Maatschappelijk Welzijn en in buurthuizen – verschillende trainingen gegeven, bijvoorbeeld voor een positief zelfbeeld en voor sociale vaardigheden.

Liever niet dát vriendje...

Kinderen kiezen niet altijd voor gelijkgestemde vrienden: soms wordt er gekozen voor een veel ouder of jonger

uit bezorgdheid en soms ook omdat het type kind hen niet aanspreekt. Geef je echter de voorkeur aan gelijkgestemde vriendjes en stuur je je kind die richting op, dan onthoud je je gedweeë dochter de mogelijkheid om zichzelf te kunnen ontworstelen aan een bazig vriendinnetje. De eigen keuze van het kind garandeert eigenlijk de beste leerschool. Gaan wij het kind 'pamperen', dan ontnemen we het de kans om voor zichzelf op te komen. In Engeland wordt dit verschijnsel wel *helicopter parenting* genoemd: uit zorg zitten wij bovenop onze kinderen en beschermen we ze tegen alle mogelijke negatieve invloeden." □

CURSUS OF TRAINING

Voor (een verwijzing naar) cursussen en trainingen kunt u terecht bij uw huisarts, maar ook bij zelfstandig gevestigde pedagogen en psychologen, Bureau Jeugdzorg, het RIAGG en de Opvoeddesk.

Voor meer informatie:
www.bureaujeugdzorg.nl,
www.opvoeddesk.nl en
www.kanjertrainingen.nl.

VERSCHILLENDE TYPEN KINDEREN

Pedagoog Emmeliek Boost onderscheidt verschillende typen kinderen:

1 Het introverte, gevoelige kind (einzegänger): lief, aardig, sociaal, maar verlegen, wacht tot hij gezien wordt. Vaak een eenling

2 Het extraverte, gevoelige kind: lief, aardig, betrokken, sociaal en vaak populair, geeft eigen identiteit snel op

3 Het leergierige kind: ambitieus en competitief, wil in vriendschap graag weetjes uitwisselen en kennis toetsen

4 Het avontuurlijke kind: luchtig, gaat af op de eigen zintuigen. Legt gemakkelijk contacten, maar die zijn vluchtig en inwisselbaar

5 Het plichtsgetrouwe kind: behulpzaam, volgzzaam, voelt zich snel verantwoordelijk voor anderen.

BS

Kinderen die populair zijn en veel vriendjes hebben, voelen zich op school een stuk prettiger. Maar populair zijn heeft meer voordelen, zo blijkt uit onderzoek. Populaire scholieren blijven minder vaak zitten en zakken ook minder vaak af naar lagere onderwijstypes.