

Persbericht, Brussel, 30 november 2019

Hulplijn Awel wil meer aandacht voor de negatieve kant van vriendschap

Vriendschap is positief, toch? Zo klinkt de sociale *verwachting*. En toch staat het thema 'ruzie of problemen met vrienden' jaar na jaar in de top 10 van gespreksonderwerpen bij Awel, de hulplijn voor kinderen en jongeren. Sommige jongeren hebben geen of weinig echte vrienden. Anderen voelen zich gefrustreerd door grote verschillen: mijn vriendin is knapper, ik heb andere normen, ... Sommigen voelen zich door een vriend in de steek gelaten of gaan zelf gebukt onder de zorg voor een kwetsbare vriend.

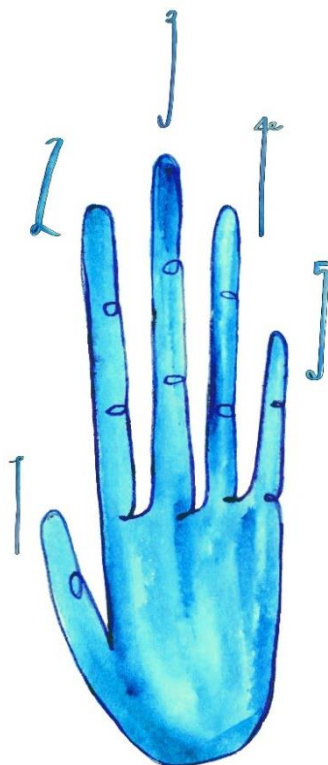
Regelmatig is er *sprake van jaloezie, negeren, pesten, ... 'Maar dat is dan geen vriendschap!', horen we u denken. Het is complexer dan dat. Jongeren blijven de ander een 'vriend' noemen, ondanks soms sterk grensoverschrijdend gedrag*. Vriendschap heeft ook een negatieve kant.

VRIENDSCHAP, EEN BASISBEHOEFTE

Verbondenheid, waardering en erkenning verlangen we allemaal. Het zijn fundamentele noden die vriendschap zo belangrijk maken. Daarom is het ook zo moeilijk om problemen met vrienden aan te pakken: we zijn bang om hen kwijt te raken, om alleen te staan. Jongeren vertellen vaak aan Awel dat het erger wordt wanneer ze een vriend confronteren. Mogelijks doordat ze zich erg emotioneel uiten, of de ander zich aangevallen of beschaamd voelt.

EEN HANDJE HELPEN

We moeten kinderen en jongeren kennis, inzichten, vaardigheden en houdingen aanreiken om met conflicten om te gaan. Sabine Coppens, deskundig conflictbemiddelaar, ontwikkelde een tool die Awel kan gebruiken in haar gesprekken. Kinderen en jongeren kunnen ook zelf een vereenvoudigde versie raadplegen op awel.be. Deze 'handtool' werkt met 5 herstelgerichte vragen, een voor elke vinger:



Ik heb ruzie met een vriend(in). Hoe maak ik het goed?

Ga naar je vriend(in) en:

- ↑ Zeg tegen hem/haar wat er gebeurd is: "Dinsdag heb ik je gezegd dat... en toen hoorde ik, zag ik..."; houd je bij de feiten, en maak het zo concreet mogelijk.
- ┌ Vertel hem/haar hoe jij je daarbij voelde of voelt.
- ┐ Zeg hem/haar wat jij zelf anders had kunnen doen.
- ↑ Zeg hem/haar wat jij nodig hebt/wilt.
- ┐ Spreek samen af hoe jullie het terug goed gaan maken.

Het is mogelijk dat dit gesprek niet meteen geholpen heeft. Soms heeft je vriend/vriendin meer tijd nodig. Probeer het dan later nog eens opnieuw.

Bedenk dat het ook OK is om in dit gesprek te beslissen om afstand te nemen of jullie vriendschap te verbreken. Het moet dan wel voor beiden OK zijn.

MOEIEN? WEES MEERZIJDIG PARTIJDIG EN DISCREET!

Meestal willen jongeren de vriendschap verder kunnen zetten en oplossingen aangereikt krijgen die ze zelf kunnen toepassen. Wanneer anderen zich met een ruzie bemoeien is de vriendschap vaak verderaf dan ooit, vertellen jongeren aan Awel. Vooral wanneer die kant kiezen. Niet alleen leeftijdsgenoten, maar ook ouders en leerkrachten bezondigen zich hier weleens aan. Kinderen en jongeren vragen ook om discretie, om ruzies niet publiekelijk of klassikaal aan te pakken. Volwassenen die met jongeren werken, kunnen dus beter elke betrokkene apart horen en erkennen voor eventueel onrecht. Het is daarom ook belangrijk om jongeren goed te informeren over beroepsgeheim en meldingsplicht: vertel wat er wel of niet tussen jullie blijft. Waar mogelijk kan verder gewerkt worden aan begrip voor elkaar. Vind je het moeilijk om geen kant te kiezen, geef de bemiddeling dan door aan iemand anders.

ZIE HET EENS WAT NEGATIEVER

We moeten vriendschap realistischer bekijken. We mogen jongeren niet alleen laten met hun ervaringen door ervan uit te gaan dat vriendschap alleen maar positief is. 'En die slechte ervaringen, daarvan zullen ze leren', zeggen we, maar dat geldt mogelijk alleen als het slechts af en toe fout loopt en een probleem ook constructief wordt aangepakt. Als we jongeren kunnen ondersteunen om de bijzonder belangrijke relatie met vrienden op te bouwen, te handhaven, te verbeteren, ... werken we meteen ook aan hun veerkracht en kunnen ze ook andere problemen beter het hoofd bieden.

Het onderzoeksrapport 'Het negatief van vriendschap', met alle resultaten en aanbevelingen, vind je terug in bijlage. Awel presenteert het rapport op 30 november om 10 uur in De Krook, Gent.

Noot voor de redactie:

Voor meer info, vragen of een interview kan je vanaf 11u contact opnemen met:
Sibille Declercq, coördinator Awel, op het nummer 0474 60 81 68