

Foute vrienden

Je hebt het misschien wel eens van je ouders gehoord: “Ik heb liever niet dat je met hem/haar omgaat.” Of: “Hij/zij is niet goed voor jou.” En dat, terwijl je altijd zo’n lol hebt met je vriend of vriendin. Herken jij je foute vrienden?

Nou.. herken jij ze?

Uit onderzoek blijkt dat brave jongeren het criminele gedrag van hun vrienden vaak onderschatten. Ze denken dat het wel meevalt. De criminele jongeren daarentegen, denken dat hun vrienden ook wel eens stelen of iets vernielen. Uit hetzelfde onderzoek blijkt echter, dat dit niet zo is. Criminele jongeren denken dat hun vrienden hetzelfde uithalen als wat zij zelf doen, terwijl hun vrienden een stuk minder crimineel zijn (Weerman, 2007, publicatie op www.kennislink.nl). Vrienden kennen elkaar onderling dus minder goed dan ze denken!

Waarom die hang naar foute vrienden?

Sommige jongeren hebben weinig zelfvertrouwen en een laag zelfbeeld. Om dit beeld wat op te krikken, zoeken ze naar stoere vrienden om hun status wat te verhogen. Ook is het mogelijk dat je op zoek bent naar wie en wat je wilt zijn. De kans is groot dat je je aangetrokken voelt tot mensen die populair zijn of mensen die bijvoorbeeld complimentjes krijgen over hun kleding. Het voelt fijn om je aan zo iemand te spiegelen.

Wat tenslotte meespeelt, is het provoceren van je ouders. Je wilt je losmaken van je ouders en misschien juist dingen doen waar je ouders niet achter staan. Bij het zoeken van spanning, kan het zijn dat je verkeerde vrienden treft.

Hoe kom je eraan?

Wanneer je voldoende zelfvertrouwen hebt, blij bent met je vrienden en een goede band met je ouders hebt, is de kans klein dat je foute vrienden treft. Het lukt je makkelijker om bij je eigen wensen te blijven. Simpel gezegd: je weet wat je wel en niet wilt. Je bent minder gevoelig voor de invloed en populariteit van anderen.

Je kent ze vast wel, jongeren met strenge ouders. Ze mogen weinig en ze worden erg gecontroleerd door hun ouders. Ze zijn weinig vrij gelaten en hen is een mening opgelegd door hun ouders. Vaak is het zo dat deze jongeren zich los willen maken van hun ouders en daarom dingen gaan doen om hun ouders te shockeren. Ook als je heel onzeker bent, kan het zijn dat je eigen wensen minder belangrijk zijn dan je verlangen om ergens bij te horen.

Vriend, fout of niet?

Ga na of jij binnen je vriendschap dingen doet die je eigenlijk niet wilt doen. Is je vriendschap gelijkwaardig? Oftewel: staat die ene vriend ook klaar voor jou? Doet hij/zij net zo aardig tegen jou als jij tegen hem/haar? Is hij/zij bevriend met andere mensen waar jij je twijfels over hebt? Brengt hij/zij je veiligheid in gevaar? Zet hij/zij je aan tot dingen waarvan je weet dat het verboden is of slecht voor je is?

En de belangrijkste vraag: is hij/zij nog steeds je vriend als je stopt met de dingen waar je eigenlijk zelf niet achter staat? Vrienden die je laten vallen, zodra jij je eigen mening geeft, staan niet achter je en kun je niet vertrouwen (zie: vertrouwen – controle).

Deze mogelijk foute vriend vergelijken met vrienden van ‘vroeger’ of vrienden op je sportclub, kan je ook helpen om vast te stellen of hij/zij dingen doet die eigenlijk niet bij jou passen.

Hoe kom je er vanaf?

Het klinkt eenvoudiger dan gedaan, maar praten helpt. Zeg tegen je vriend of vriendin dat je de dingen die je nu doet, eigenlijk niet wilt doen. Respecteer altijd de keuze van deze vriend. Je kunt bijvoorbeeld zeggen: "Ik wil liever niet meer stelen, want ik wil mezelf niet meer in gevaar brengen. Het past niet bij me en ik wil eerlijk zijn. Ik veroordeel jou niet en ik keur jou niet af. Ik keur alleen het stelen af."

Op deze manier kun je misschien ook je vriend in laten zien dat hij/zij er beter mee kan stoppen. Ziet iemand dat niet zo en laat hij/zij je vallen, dan weet je meteen dat dit geen echte vriend was.

Om te voorkomen dat je niet in een 'zwart gat' valt nu je niet meer met deze vriend omgaat, kun je bijvoorbeeld meer met mensen van je bijbaantje of sportclub omgaan. Het kan ook helpen om met je ouders te praten. Zij zullen je vast steunen in je (verstandige) keuze en jou helpen.

Bron: www.mindyourownlife.nl