

## Oriëntatie

**Wat geeft vriendschap weer?**

Plaatjes, liedjes, foto's, gedichten zoeken die vriendschap weergeven.

Neem hiervoor bijvoorbeeld tijdschriften mee, (oude) gedichtenbundels, laptops, I-phone, enz. Laat de jongeren, wanneer ze klaar zijn met verzamelen, verwoorden waarom nu juist dit voor vriendschap staat:

- Hoezo is dit voor jou vriendschap?
- Wat laat hierin dan vriendschap zien?
- Wanneer is iets voor jou (dan) vriendschap?

## Oriëntatie



## Loesjes maken

Loesje zegt: 'Een omhelzing is als een boemerang, je krijgt hem gelijk terug.'

Verzin met elkaar 'Loesjes' over vriendschap.

Dat kan als volgt:

Eerst associëren op vriendschap. Iedereen heeft twee vellen blanco papier voor zich. Op één van de papieren schrijf je alles wat volgens jou met vriendschap te maken heeft kras door elkaar en gedurende één minuut. Na één minuut allemaal stoppen. Het blad mag je daarna bij je houden. Dan leg je het andere lege blad voor je.

Schrijf daarop een halve zin over vriendschap. Bijv. 'Vriendschap is als ...' of 'Alleen vrienden ...' enz. Probeer zo creatief en origineel mogelijk te zijn. Als je een halve zin hebt, zet er dan een streep onder en geef het blad aan degene die rechts van je zit. Hij of zij maakt dan jouw zin af. Dat doen ze door onder jouw halve zin verder te schrijven. Jij doet hetzelfde bij degene van wie jij dan het blad krijgt.

Bijvoorbeeld:

Vriendschap is als, ... een ketting die nooit breekt.

Wanneer diegene klaar is, geeft hij het blad aan degene rechts van hem of haar. Die persoon leest eerst jouw zin met de streep eronder en maakt hem op zijn of haar manier weer af. Dan heb je inmiddels jouw halve zin en twee zinnen eronder. Bijvoorbeeld:

'Vriendschap is als, ... een ketting die nooit breekt.  
... zuurstof. Je kunt er altijd op vertrouwen.

Zo ga je door, totdat je blaadje weer bij jou komt.  
Lees wat iedereen onder jouw zin heeft geschreven.  
Bepaal dan welke zin het beste past bij die van jou.

Lees ze aan elkaar voor of:

lijst ze in of  
schilder ze op tegeltjes of  
hang ze op of  
projecteer ze tijdens de dienst

## Oriëntatie



## Weekbrief 'Vriendschap'

Vriendschap komt van:

Het woord vriend vindt zijn oorsprong in een oud Germaans woord dat 'liefhebben' betekent. Een vriend is dus hij, die liefheeft. In de huidige betekenis is het een persoon aan wie men door genegenheid en persoonlijke voorkeur gebonden is, respectievelijk die ons een dergelijke genegenheid en voorkeur betoont. Hierin komt dus het wederzijdse tot uiting. Het wordt ook wel gebruikt voor een persoon met wie men goede betrekkingen onderhoudt, met name op een bepaald gebied. Voorbeelden zijn een sportvriend, een schoolvriend, een huisvriend. Vriendschap zouden we in bepaalde situaties kunnen omschrijven als een duurzame, sociale relatie van mensen die elkaar mede gevormd hebben tot wie ze nu zijn. Daardoor hebben vrienden dat bijzondere gevoel van onverbreeklijke verbondenheid. Zij delen meer dan een toevallige interesse, hebben gezamenlijke ervaringen en beleven dit als een verrijking van zichzelf. Vrienden voelen zich veilig bij elkaar en durven elkaar openhartig de waarheid te zeggen.

Dit is een fragment uit de Weekbrief van 13 november 1994, destijds geschreven door de Vrijdagkring.

- Wat vind je van deze beschrijving?
- Herken je je erin?

Er wordt gesproken over verschillende soorten vriendschappen.

- Verschillen die dan ook in duurzaamheid en intensiteit? Vertel eens.
- Ben jij een vriend?

Concreet  
ervaren

## Veiligheid creëren en voelen hoe dat is

Ga bij elkaar aan tafel zitten of zet stoelen in de kring. Vertel de jonge mensen dat we willen proberen mee te maken hoe het is om je veilig te voelen bij elkaar.

- Stel dan de vraag:  
Aan welke voorwaarden moeten we voldoen willen we dat voor elkaar krijgen?

Als met elkaar is besproken hoe de veiligheid gewaarborgd kan worden, begint u met het gesprek. Begin veilig en relatief gemakkelijk door bijvoorbeeld te vragen naar

- de favoriete hobby

In de tweede ronde over

- het favoriete tv-programma.

Daarna wordt het steeds persoonlijker. Bijvoorbeeld:

- Vertel eens van je ergste flater.
- Wat vind je echt eng/griezelig?
- Waarin ben je nogal teleurgesteld?

Wanneer u aanvoelt, dat het genoeg is, stel dan eens de vraag:

- Hoe is het zo met elkaar te praten?
- Waarom is dit zo belangrijk?
- Hoe voelt dat?
- Hoe zou je dat noemen?

Concreet  
ervaren**Toneelspelen**

Wissel samen met de jonge mensen mooie, goede, bijzondere, sterke, sprekende voorbeelden/verhalen uit waaruit vriendschap blijkt.

Kies met elkaar een of meerdere voorbeelden uit en speel die na.

U kunt ook kiezen voor dit voorbeeld:

Twee jongens, al jaren bevriend, zoeken elkaar wekelijks op. Ze hebben een nauwe band met elkaar en hebben samen al veel meegemaakt. Totdat één van hen, doordat hij zich teveel misdraagt op school, van diezelfde school verwijderd wordt en overgeplaatst naar een andere stad. De jongens zien elkaar in het begin nog regelmatig, maar langzaam wordt het minder door de grote afstand. Uiteindelijk verliezen ze elkaar uit het oog. Na jaren elkaar niet te hebben gezien, treffen ze elkaar stom toevallig op White Sensation in Amsterdam. Het voelt even ongemakkelijk, omdat ze zich alle twee wat schuldig voelen, omdat geen van beiden contact heeft gezocht. Maar de diepe band die ze ooit hadden, blijkt sterker dan het schuldgevoel en al snel praten ze met elkaar alsof hun leven ervan afhangt. Ze hebben elkaar en hun vriendschap weer gevonden.

Na het spelen nagaan of je ook daadwerkelijk iets van vriendschap voelt of blijft het onecht door het spel?

  
Concreet  
ervaren**Videoclip maken**

- Is er een nummer dat goed vriendschap weergeeft en waarom is dat zo volgens jou?

Studeer het nummer in door:

- rollen te verdelen of bij te bedenken, als er te weinig zijn;
- oefen de clip een paar keer, maak het niet te zwaar of te ingewikkeld;
- neem het op (mobiel/i-pad);
- eventueel delen in groter verband;
- als het in groter verband gedeeld wordt, maak dan ook duidelijk waarom de videoclip is opgenomen;
- wat ook kan, is zelf tekst bedenken op een bestaand nummer en dat instuderen; indien nodig kan het in twee kringavonden.

Waarnemen  
en overdenken



### With a little help from my friends

Er zijn veel liederen gemaakt over vriendschap en de verschillende kanten ervan. luister bijvoorbeeld eens naar Emeli Sandé.

<https://www.youtube.com/watch?v=TSE-ljLtdaw>

- Over welk aspect van vriendschap zingt ze?
- Wat bedoeld ze met 'But if you're too big to follow rivers'?
- Wat vind je van de inhoud van dit nummer?

In het jeugdkoorboek staan ook veel liederen:

Doorbraak

You can count on me

With a little help from my friends

You've got a friend

Standing by

Vriendschap

Zing met elkaar één of een paar liederen. Wat doet het met je?

- Waardoor gaan vriendschappen soms voorbij?
- Wat vraagt het om vriendschap te onderhouden?
- Welke invloed heeft of kan vriendschap hebben op jou?
- Waar gaat vriendschap eigenlijk over?
- Wat wil je nog leren als het gaat om vriendschap?

Lees de tekst van het lied 'Boven op de berg' van zanger Bram Vermeulen, over vriendschap met jezelf:

<http://www.songteksten.nl/songteksten/80728/bram-vermeulen/boven-op-de-berg.htm>

- Waarom is het belangrijk vriend van jezelf te zijn?
- Ben jij dat ook en/of hoe kun je dat voor elkaar krijgen?

Waarnemen  
en overdenken



### Ruzie en teleurstelling

Vriendschap is belangrijk en voelt goed, wanneer het goed gaat.

Echter, ook in vriendschappen komen ruzies voor en raak je weleens teleurgesteld. Je kunt elkaar ook kwijtraken; vriendschappen duren niet altijd levenslang ...

Deel eens dergelijke ervaringen met elkaar.

- Ben je eroverheen gekomen of ben je er samen uitgekomen?
- Hoe heb je dat gedaan?
- Als je ruzie hebt gehad of je bent teleurgesteld geraakt, durf je dan opnieuw te vertrouwen?
- Wat als het niet lukt?
- Hoe pak je dat dan verder op?
- Welke tip kun je een ander geven?



Waarnemen  
en overdenken



## Ubuntu; wit is ook een kleur

Bespreek met elkaar de volgende stellingen:

- Kun je van alle mensen vriend zijn?
- Hoe is dat met mensen die heel anders zijn/denken/doen dan jij?
- Ubuntu betekent: jij bent mij in een andere gestalte. Als je zo over mensen denkt, veranderen je eerdere antwoorden dan?

Jij bent mij in een andere gestalte, is een principe dat uitgaat van gelijkwaardigheid. Dat gaat niet alleen over hoe jij kijkt naar of omgaat met de ander. Soms is het goed ook te reflecteren op jezelf en welke plek jij verworven of zomaar gekregen hebt in de maatschappij. Hoe zou die ander naar mij kunnen kijken? Zijn we dan werkelijk zo gelijkwaardig als we willen?

Kijk met elkaar de 50 minuten durende documentaire 'wit is ook een kleur' ([https://www.npo.nl/2doc/18-12-2016/VPWON\\_1257605](https://www.npo.nl/2doc/18-12-2016/VPWON_1257605)), om stil te staan bij deze prikkelende vragen.

Bespreek na: kijk je nu anders naar dingen? Of is je mening juist bevestigd?

## Begripsvorming



## Zuid Afrikaanse dichteres Antjie Krog

Antjie Krog spreekt over 'Ik word in interactie met de ander'

[https://www.npo.nl/lux-heilig/16-05-2010/POW\\_00305050](https://www.npo.nl/lux-heilig/16-05-2010/POW_00305050)

Bekijk het fragment uit aflevering 3: vanaf 14min46 t/m 19min00

Wat is je eerste reactie op Antjie Krogs overtuiging dat

- 'Je alleen iemand wordt in interactie met de ander'.
- Wat heeft dat met vriendschap te maken?
- Wat kan dat voor jou en je bestaan betekenen?
- Hoe denk jij over de woorden van Antjie Krog als ze zegt dat het goed voor jou is, als je ook aan een ander goed doet?
- Wat maakt volgens haar Mandela en bisschop Tutu zo bijzonder?

## Begripsvorming

45 min

**Zijn wij elkaars broeder en zuster?**

In het fotoboek 'Ubuntu' van broeder Frank van den Ham, staat een Chassidisch (joods) verhaal:

'Een oude rabbi vroeg eens aan zijn leerlingen: 'Hoe kun je bepalen dat de nacht ten einde is en de dag begint?'

'Is dat het moment, dat je uit de verte een hond van een schaap kunt onderscheiden?', vroeg een van zijn leerlingen.

'Neen', zei de rabbi.

'Is het 't moment, dat je van verre een dadelboom van een vijgenboom kunt onderscheiden?', vroeg een andere leerling.

'Neen', zei de rabbi.

'Maar wat dan?', vroegen de leerlingen.

'Het is,' zei de rabbi, 'als je in het gezicht van een mens kunt kijken en daarin je zuster of broeder ziet. Tot dat moment is de nacht nog bij ons.'

- Wat bedoelt de rabbi?
- Waarom noemen wij elkaar broeder en zuster?
- Wat is de link met vriendschap?
- In ons genootschap noemen we dit 'religieus', maar wat houdt dat dan in en wat helpt het je om zo te denken?

## Begripsvorming

**Ben ik mijn broeders hoeder?**

Bezoek eens de site [www.buddynetwerk.nl](http://www.buddynetwerk.nl)

- Wat vind je van dit initiatief?
- Waarom kan een buddy van levensbelang zijn?

Een van de projecten die zij doen is 2tegen1zaamheid.

- Zie jij jezelf ooit als buddy?
- Kom je eenzaamheid in jouw omgeving tegen?

Hun motto is 'Geef zin aan je leven'.

- Maar hoezo op deze manier zin aan je leven geven?

Probeer eens met elkaar een beeld te krijgen van wie er eenzaam is in jullie omgeving.

- Wat zou je voor deze mensen kunnen doen?

De kracht van een goed plan zit hem in de uitvoering ...

## Experimenteren

**Het effect van vriendelijkheid**

Een kenmerk van vriendschap is vriendelijkheid.

Bespreek eens met elkaar wat vriendelijkheid eigenlijk is, waarom het zo aangenaam voelt en wat je er zoal mee kunt doen.

Ga eens met elkaar na hoe je vriendelijkheid bewust kunt inzetten in het contact met medemensen.

- Kun je voorspellen wat het effect zal zijn?
- Wat zal het met jou doen?

Voer het uit! Je zult versted staan ...

## Experimenteren

45 min



## Zielenvriendschap

In ons genootschap wordt soms gesproken over zielenvriendschap.

- Heb je een idee wat daarmee bedoeld wordt?

De Apostel zegt tegen confirmanten: “Ik wil een vriend voor je zijn.”

- Wat houdt deze vorm van vriendschap in?
- Wat is het niet en wat is het wel?

## Evalueren



## Wat wil ik nog leren?

Geef iedereen twee A3 vellen papier en twee kleuren stiften.

Zet op het ene vel 'Vriendschap is ...'.

Op het andere 'Wat ik nog wil leren...'

Schrijf op het vel met 'Vriendschap is ...'

- alles wat in je opkomt en/of wat je uit de achterliggende weken hebt opgepikt.

Op het andere vel

- Alles wat je nog zou willen leren over vriendschap

Lees als je klaar bent het resultaat na.

Onderstreep op beide vellen één ding dat er voor jou uitspringt.

Deel dit met elkaar.

- Hoe kun je elkaar helpen bij wat een ander nog wil leren?

  
Afsluiten**Hoe sluiten we deze themaperiode af?**

Schrijf samen een weekbrief over het thema 'Vriend zijn'. (Dit zal vermoedelijk meerdere avonden in beslag nemen).

Maak gebruik van het vel 'Vriendschap is...' van de evaluatie en van andere werkvormen.

Start door verschillende alinea's een onderwerp te geven, zodat er een opbouw in de brief zit.

Stem af met de voorganger of de brief kan worden gebruikt voor een plaatselijk voor te bereiden dienst.