

Waarom vriendschappen zo belangrijk zijn

Waarom vriendschappen zo belangrijk zijn

Jan Dirk van der Ploeg

Waarom vriendschappen zo belangrijk zijn

Jan Dirk van der Ploeg

ISBN 978 90 8560 241 5

NUR 740 / THEMA JBFX

DOI 10.36254/978-90-8560-241-5

© 2023 Uitgeverij SWP Amsterdam

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (Postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met Uitgeverij SWP voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen door een onderwijsinstelling van een gedeelte uit deze uitgave, in papieren vorm of digitaal, (bijvoorbeeld voor plaatsing ervan op uw digitale leeromgeving of in een reader) kunt u zich richten tot: Stichting UvO, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, Tel. 023-8700212, www.stichting-uvo.nl UvO@cedar.nl.

Inhoud

Voorwoord	11
1 De inhoud van vriendschappen	13
1.1 Inleiding	13
1.2 Voorbeelden van vriendschappen	13
1.3 Voorloper op het terrein van vriendschappen	15
1.4 Definities van vriendschap	16
1.5 Kenmerken van vriendschappen	17
1.6 Typen vriendschappen	18
1.7 Ontwikkeling in vriendschappen	21
2 De verrijkende en verrijkende invloed van vriendschappen	25
2.1 Inleiding	25
2.2 Positieve ontwikkelingen	25
2.3 Beschermende en compenserende werking van vriendschappen	27
2.4 Niet alle vriendschappen zijn positief	28
2.5 Beëindiging van vriendschappen	30
2.6 Ongewilde beëindiging van vriendschappen	31
2.7 Vriendschappen van jongens en meisjes	32
3 Waarom is Jan mijn vriend en Piet niet?	35
3.1 Inleiding	35
3.2 Het afstemmingsmodel	35
3.3 Het gelijkheidsmodel nader bezien	38
3.4 Het behoeftemodel	39
3.5 Vriendschap en opvoeding	41
3.6 Vriendschap en hechting	42
4 Empathie, een onmisbaar sociaal bindmiddel	45
4.1 Inleiding	45
4.2 Omschrijving	46
4.3 Verwante begrippen	46
4.4 Opvoeding	47

4.5	Aanleg	49
4.6	Empathie en vriendschappen	50
4.7	Twee tegengestelde voorbeelden	52
4.8	Te veel empathie?	54
4.9	Het bepalen van empathie	56
5	Het vaststellen van vriendschappen	57
5.2	Het verkrijgen van informatie	57
5.3	Vijf manieren om vriendschappen te meten	60
5.4	Tot slot	62
6	Hoe maak ik vrienden?	65
6.1	Inleiding	65
6.2	Sociale competentie, de basis in het maken van vrienden	65
6.3	Drie invloedrijke milieus	67
6.4	Programma's om sociale competentie te bevorderen	69
6.5	Concrete adviezen om de sociale competentie te versterken	70
6.6	De weg naar vriendschappen	72
7	Wat zijn internetvrienden waard?	75
7.1	Inleiding	75
7.2	Het internet	75
7.3	De sociale media	77
7.4	Het gebruik van sociale media	79
7.5	De invloed van sociale media op het welzijn	80
7.6	Kunnen vriendschappen zich via het internet ontwikkelen?	81
7.7	De invloed van het internet op bestaande vriendschappen	84
7.8	Tot slot	85
8	Jongeren die graag ongezien blijven	87
8.1	Inleiding	87
8.2	Omschrijving en vóórkomen van verlegenheid.	87
8.3	Verskillende vormen van verlegenheid	88
8.4	Samenhang met problemen	89
8.5	Risicofactoren	90
8.6	Aanleg en opvoeding	91
8.7	Vriendschappen van verlegen jongeren	94
8.8	Het internet als hulpmiddel?	94

8.9	Twee typen verlegen jongeren en hun vriendschappen	95
8.10	Sekseverschillen in vriendschappen	96
8.11	Tot slot	96
9	Jongeren die zich maar al te graag laten zien	99
9.1	Inleiding	99
9.2	Korte geschiedenis	99
9.3	Definitie	100
9.4	Narcisme, zelfbeeld en problematiek	102
9.5	Opvoeding	102
9.6	Narcisme-epidemie?	104
9.7	Hebben narcisten ook vriendschappen?	105
9.8	Vrienden onder elkaar	106
9.9	Het verloop van de vriendschappen nader bezien	107
10	Vriendschappen en toch eenzaam	109
10.1	Inleiding	109
10.2	Wat houdt eenzaamheid in?	109
10.3	Het besef van eenzaamheid	110
10.4	Prevalentie	111
10.5	Vier visies op eenzaamheid	112
10.6	Gevolgen van eenzaamheid	113
10.7	De omgeving	114
10.8	Vriendschappen	116
10.9	Helpt het internet eenzame jongeren aan vrienden?	117
11	De vriendschappen van leerlingen met een beperking	119
11.1	Inleiding	119
11.2	Beknopte geschiedenis van het speciaal onderwijs	119
11.3	De huidige typen onderwijs voor leerlingen met een beperking	120
11.4	Streven naar inclusief onderwijs	121
11.5	Bepalen van de sociale participatie	122
11.6	Uiteenlopende onderzoeksbevindingen	123
11.7	Vriendschappen	124
11.8	Sociale participatie en vriendschappen	126
12	Hebben ADHD-jongeren ook vrienden?	129
12.1	Inleiding	129

12.2	Beknopte geschiedenis	129
12.3	Beschrijving	130
12.4	Het vóórkomen van ADHD	131
12.5	Samenhang met problemen en vooruitzichten	132
12.6	Verklaringen	133
12.7	Barrières die vriendschappen in de weg staan	134
12.8	De vriendschappen van ADHD-jongeren	135
12.9	De kwaliteit	136
12.10	Bieden de vriendschappen van ADHD-jongeren bescherming?	137
12.11	Verschillen tussen vriendschappen van ADHD-jongens en -meisjes	138
13	De struikelblokken op het pad van jongeren met autisme	139
13.2	Beknopte terugblik	139
13.3	Huidige omschrijving	140
13.4	Prevalentie	140
13.5	Aanleg	141
13.6	Omgeving	142
13.7	Leven met ASS	143
13.8	Samenhang met andere problemen	144
13.9	Vriendschappen	146
13.10	Verschil in vriendschappen van jongens en meisjes	147
13.11	Verschillen met andere jongeren met een beperking	148
13.12	Verschillende typen vriendschap	149
13.13	Vriendschappen als buffer	150
14	Helpen vrienden als je in de put zit?	151
14.1	Inleiding	151
14.2	Definitie van depressie	151
14.3	Hoeveel jeugdigen hebben last van een depressie?	152
14.4	Verschillende vormen van depressie	153
14.5	Samenhang met andere problemen	154
14.6	Opvoeding en aanleg	155
14.7	Verklaringstheorieën	156
14.8	Depressieve jongeren en hun vriendschappen	158
14.9	Depressieve jongeren hebben vaak depressieve vrienden	158

14.10	De kwaliteit van vriendschappen van depressieve jongeren	159
14.11	Het verloop van vriendschappen van depressieve jongeren	160
15	Wat betekenen vrienden voor suïcidale jongeren?	163
15.1	Inleiding	163
15.2	Stijgend aantal zelfdodingen onder jongeren in Nederland	163
15.3	Suïcides in het buitenland	164
15.4	Suïcidale gedragingen	165
15.5	Wie zijn de suïcidale jongeren?	167
15.6	Achterliggende gevoelens	168
15.7	De vriendschappen van suïcidale jongeren	169
15.8	De invloed van suïcidale vrienden	170
15.9	Kwetsbare jongeren	171
15.10	Is suïcide besmettelijk?	172
16	De lange arm van de armoede	175
16.2	Armoede	175
16.3	Niet alleen het inkomen	176
16.4	Omgaan met armoede	177
16.5	De gevolgen van armoede	179
16.6	Vriendschappen	181
16.7	Hoe beleven arme kinderen hun situatie?	182
16.8	Hoe kijken niet-arme jongeren tegen armoede aan?	183
16.9	Het verhullen van de armoede in de hoop op acceptatie	184
16.10	Intergenerationele armoede	184
	Geraadpleegde literatuur	187
	Bijlagen	201



Voorwoord

Waarom heb ik dit boek over vriendschappen geschreven? Waarom denk ik dat vriendschappen zo belangrijk zijn voor de ontwikkeling van jongeren? Kun je zonder vrienden niet net zo gelukkig worden? Stellen vriendschappen van jongeren eigenlijk wel iets voor? Moeten we die echt serieus nemen?

Zijn vriendschappen toevalstreffers of moet je eraan werken? Wanneer ben je vrienden van elkaar? Is er een moment dat je kunt zeggen: nu zijn we vrienden? Hoe ontstaan vriendschappen? Verschillen de vriendschappen in kwaliteit? En zo ja, om welke aspecten gaat het dan?

Kun je ook eenzaam zijn mét vrienden of is dat alleen het geval zónder vrienden? Wat doet het met jongeren als hun vriendschap ongewild wordt beëindigd? Verschillen de vriendschappen van meisjes van die van jongens?

Zijn alle jongeren even vaardig in het vinden van vrienden en sluiten van vriendschappen? En zo nee, welke jongeren zijn dat? Wat zijn hun hindernissen op de weg die naar vriendschap leidt? Kunnen vriendschappen je ook helpen als je in de put zit of met suïcidale gedachten rondloopt? En wat zijn internetvriendschappen eigenlijk waard?

Met dit boek probeer ik antwoord te geven op deze vragen en hoop ik dat ouders, leerkrachten, sportleiders en hulpverleners inzien waarom vriendschappen zo belangrijk zijn.

Jan Dirk van der Ploeg

1 De inhoud van vriendschappen

*Vriendschap is een zone zonder gevaar
(Verhoeven 1928-2001)*

1.1 Inleiding

Het is moeilijk voor te stellen, maar het fenomeen vriendschap is in de psychologie en psychiatrie decennialang nauwelijks een onderwerp van onderzoek geweest. In de psychologiehandboeken kwam vriendschap tot voor kort als thema niet voor. Driekwart eeuw geleden bestond er binnen de psychologie überhaupt amper aandacht voor het belang van de relaties van kinderen met hun leeftijdgenoten. Die relaties werden toen vrijwel geen enkele betekenis toegedacht in de ontwikkeling van kinderen. Het waren vooral de relaties tussen kinderen en ouders die van belang werden geacht voor de sociale en emotionele ontwikkeling van kinderen. Een opvallende uitzondering in Nederland was destijds de eerste vrouwelijke hoogleraar kinderpsychologie Rita Vuyk (1963) die wel veel aandacht besteedde aan het kind en zijn leeftijdgenoten. De aandacht voor vriendschappen is in de loop van de 70er jaren van de vorige eeuw langzaam toegenomen. Steeds meer werd ingezien dat relaties met leeftijdgenoten en in het bijzonder vriendschappen van invloed zijn op de ontwikkeling van kinderen. Vooral de laatste jaren is daarover veel kennis verzameld. Dat is rijkelijk laat als we bedenken dat eeuwen geleden al over de betekenis van vriendschap werd gefilosofeerd door grote denkers en wetenschappers als Aristoteles en Cicero. Zij oordeelden destijds dat zonder vriendschap het leven geen waarde heeft. Vooral de Griekse filosoof Aristoteles heeft veel bijgedragen aan de discussie over de waarde van vriendschappen. Niet toevallig komt in filosofie het Griekse woord 'philia' voor, dat verwijst naar vriendschap als een vorm van liefde.

1.2 Voorbeelden van vriendschappen

Vriendschappen onder volwassenen

Er bestaan talrijke voorbeelden van vriendschappen. Een van de eerste en bekendste voorbeelden is de vriendschap tussen David en Jonathan.

Dit Bijbelse verhaal gaat over de vriendschap tussen David, de eenvoudige schaapherder en Jonathan, de zoon van Koning Saul. David kwam na zijn heldendaad waarbij hij de reus Goliath met zijn slinger had gedood, onder de hoede van Koning Saul. Daar raakte hij bevriend met Jonathan. De innige vriendschap duurde tot de dood van Jonathan. Daarna nam David de zorg op zich van de kreupele zoon van Jonathan en behandelde hem als zijn eigen kind. In de Bijbel zijn meer voorbeelden van vriendschappen terug te vinden zoals die tussen Ruth en Naomi.

Een ander veelgenoemd voorbeeld is de vriendschap tussen Desiderius Erasmus (1469-1536), grondlegger van het humanisme, en de jurist en filosoof Thomas More (1478-1534). Deze vriendschap duurde bijna 36 jaar en eindigde met de executie van More vanwege zijn verzet tegen koning Hendrik VIII. Erasmus schreef in 1535: 'In de dood van More ben ik zelf gestorven: we deelden één ziel'. Hij overleed zelf een jaar later.

Er zijn meer beroemde vriendschappen waar ook studies aan zijn gewijd, zoals die tussen Hannah Arendt en Karl Jaspers, Goethe en Schiller, Vincent van Gogh en Paul Gauguin.

Het betreft hier vriendschappen onder volwassenen met wereldfaam.

Maar ook dichterbij huis en actueler zijn voorbeelden te vinden van hechte vriendschappen. Zo verscheen in de NRC van 18 juni 2022 een interview van Coen Verbraak (2022) met de vrienden Viggo Waas en Peter Heerschop, bekende conferenciers. Waas kreeg een jaar eerder een herseninfarct. Heerschop dacht: 'Nu ben ik mijn beste vriend kwijt' om zich daarna te realiseren: 'Ik heb een nieuwe vriend'. Heerschop over vriendschap: 'Vriendschap is diepe verbinding en is onvoorwaardelijk'. Waas vult aan: 'Vriendschap is een hechtere band dan liefde'.

Vriendschappen onder jongeren

Logischerwijs hebben de vriendschappen onder jeugdigen een andere inhoud. Ze zijn minder doorwrocht, hebben minder diepgang en zijn minder doorleefd. Dat kan ook niet anders omdat zij de tijd niet hebben gehad om elkaar door en door te leren kennen. Ten tweede hebben bevriende jeugdigen samen nog niet zo veel ervaringen opgedaan om hun vriendschap te schragen. En ten derde zijn jeugdigen nog volop in ontwikkeling. Dat laatste betekent dat zij hun potenties en capaciteiten nog niet tot wasdom hebben gebracht.

Zijn daarom de vriendschappen onder jongeren van minder waarde? Moeten we die nu minder serieus nemen? Nee!

In vriendschappen onder jongeren komen vergelijkbare kenmerken voor, zoals trouw, onderlinge verbondenheid, voor elkaar opkomen en elkaar in vertrouwen nemen, als in vriendschappen van volwassenen. In objectieve zin zijn de vriendschappen van volwassenen echter van een hoger niveau en hebben zij meer inhoud. Dat is echter in subjectieve zin niet het geval. Jeugdigen kunnen hun vriendschappen net zo absoluut beleven en ervaren als volwassenen. Gevoelens van vreugde en verdriet kunnen net zo omvattend en totaal zijn als bij volwassenen, ook al zijn ze objectief vergelijkenderwijs minder intens en verstrekkend.

Niet toevallig wemelt het in de jeugdliteratuur van boeken waarin vriendschappen centraal staan. In 2018 was de Kinderboekenweek gewijd aan het thema Vriendschap. Het onderstreept hoezeer vriendschappen in het leven van jeugdigen een belangrijke rol spelen. Toch zullen maar weinigen weten dat 30 juli de dag van de vriendschap is, uitgeroepen door de Verenigde Naties

1.3 Voorloper op het terrein van vriendschappen

Harry Stack Sullivan komt met zijn in 1953 verschenen baanbrekende boek ‘The Interpersonal Theory of Psychiatry’ de eer toe zich als eerste in de betekenis van vriendschappen te hebben verdiept. Deze bekende hoogleraar psychiatrie schreef al voor 1940 over de invloed van de interpersoonlijke relaties op de ontwikkeling van de mens. Als neo-freudiaan nam hij het opmerkelijke standpunt in dat psychosociale problemen niet alleen voortkomen uit ongunstige intrapsychische processen, maar ook uit negatieve onderlinge sociale relaties. Sullivan wees destijds op de volgende twee aspecten van vriendschappen:

De betekenis van vriendschappen

Sullivan beschouwde een vriendschap als een belangrijke positieve factor in de ontwikkeling van jeugdigen. Binnen een vriendschap streven jongeren naar intimiteit en zoeken ze wederzijds voldoening. Daardoor ontwikkelen zij niet alleen gevoeligheid voor de belangen van hun vriend, maar krijgen zij ook oog voor de wensen, verlangens en behoeften van andere jeugdigen. Jongeren met vrienden blijken gemakkelijker contact te maken met leeftijdgenoten omdat zij in hun vriendschap meer zelfvertrouwen hebben opgedaan. Later ging de Amerikaanse psychologe en onderzoekster Judith Rich Harris (1998) met haar beroemde boek ‘The Nurture Assumption’ nog een grote stap

verder door te stellen dat de vriendschappen tussen vrienden belangrijker zijn voor de ontwikkeling dan de relatie tussen ouders en kinderen.

Leeftijd waarop vriendschappen beginnen

Sullivan stelde dat vriendschappen pas beginnen in de pre-puberteit tussen 8 en 10 jaar. Voor die tijd kunnen geen vriendschappen ontstaan. Jonge kinderen zouden daarvoor te weinig psychische bagage in huis hebben.

Inmiddels zijn we vele decennia verder en volgens de huidige inzichten kunnen kinderen al op 4-jarige leeftijd een beste vriendje hebben. Uiteraard is de inhoud en kwaliteit van vriendschappen bij jonge kinderen anders dan bij adolescenten.

1.4 Definities van vriendschap

In je eentje kun je geen vriendschap vormen. Daar zijn twee personen voor nodig. Geen drie, want dan is het geen vriendschap. Dan ben je vrienden van elkaar. Maar wat houdt de vriendschap tussen twee personen nu eigenlijk in? In de samenleving zijn opvallend veel spreuken en gezegden over vriendschappen te vinden. Veel van deze kernachtige oneliners laten verschillende facetten zien van wat een vriendschap kan inhouden en betekenen.

We geven hier enkele typerende beschrijvingen van filosofen en auteurs:

- Zonder vriendschap is het leven niets waard (Cicero).
- Vriendschap is één ziel in twee lichamen (Aristoteles).
- Niemand is waarlijk mijn vriend, voordat we geleerd hebben in elkanders tegenwoordigheid te zwijgen (Maeterlinck).
- Vriendschap is voor mij een zone zonder gevaar (Verhoeven).

Over die vraag wat vriendschap nu precies inhoudt, hebben zich inmiddels meerdere wetenschappers zoals psychiaters, psychologen en sociologen gebogen. Er bestaan dan ook veel definities van het begrip vriendschap. Die definities komen vaak niet met elkaar overeen, maar recht overeind blijft de stelling dat het in vriendschappen gaat om een wederkerige relatie die wordt gekarakteriseerd door bepaalde kenmerken. Over die kenmerken lopen de meningen uiteen.

We illustreren dat aan de hand van vier definities van vriendschappen:

1. Een vriendschap is een relatie tussen twee personen die een wederzijdse band van vertrouwen hebben, op elkaar zijn gesteld, gecommitteerd zijn

aan elkaar en persoonlijke gevoelens en ervaringen met elkaar delen en profijt hebben van elkaar.

2. Een vriendschap bestaat uit personen die de bedoeling hebben elkaar nooit te kwetsen, niet tegen elkaar te liegen, elkaar te bedriegen, te manipuleren of te misbruiken, maar eerlijk en loyaal tegenover elkaar te zijn en voor elkaar klaar te staan.
3. Een vriendschap is een relatie is tussen twee personen die elkaar steunen, veel tijd met elkaar doorbrengen, elkaar vertrouwen en die het vermogen hebben om eventuele conflicten in der minne op te lossen.
4. Een vriendschap is een emotionele band tussen twee personen die een sterke voorkeur voor elkaar hebben, samen veel met elkaar optrekken en zich samen vermaken.

Deze vier voorbeelden maken duidelijk dat in vriendschappen uiteenlopende kenmerken van vriendschap worden benadrukt. In de volgende paragraaf gaan we daar nader op in.

1.5 Kenmerken van vriendschappen

Gedurende de laatste decennia zijn in onderzoek naar vriendschappen zoveel kenmerken zichtbaar geworden dat je gemakkelijk het spoor bijster raakt. Veel kenmerken liggen vaak erg dicht bij elkaar en vertonen veel overlap. Ook wordt aan de kenmerken niet evenveel gewicht toegekend. Wat in de ene definitie centraal staat, is in de andere bijzaak.

De zes meest genoemde kenmerken die in onderzoeken naar vriendschappen onder jeugdigen naar voren komen zijn:

- wederzijdse waardering en genegenheid (wordt gezien als het meest basale kenmerk van vriendschap),
- wederzijdse steun (kan uiteenlopen van psychologische hulp zoals bij verdriet tot materiële steun zoals spullen of geld lenen),
- intimiteit (gevoelens van wederzijdse emotionele binding en nabijheid),
- vertrouwen (zich veilig voelen bij elkaar en delen/bewaren) van onder meer geheimen,
- affectie (verwijst naar de aanwezigheid van positieve emoties die in de onderlinge relatie optreden).
- conflicthantering (het wederzijdse vermogen om conflicten te hanteren en ruzies niet laten escaleren).

Voor een kort, helder overzicht refereren wij aan het recente onderzoek van Kitts & Leal (2021) naar veel genoemde kenmerken van vriendschappen onder jongeren. Zij kwamen op basis van factoranalyses tot de conclusie dat de vele verschillende kenmerken van vriendschappen tussen jeugdigen zijn onder te brengen in de volgende drie redelijk onafhankelijke factoren:

- elkaar verdedigen, niet kwetsen, steunen en vertrouwen,
- wederzijdse genegenheid en affectie,
- elkaar steun verlenen en tijd met elkaar doorbrengen.

De verschillende kenmerken kunnen meer en minder *intensief* de vriendschap bepalen. Niet in alle vriendschappen zijn de verschillende kenmerken even sterk aanwezig. In het ene geval trekt men wel veel met elkaar op, maar staat men psychologisch niet zo heel erg dicht bij elkaar. In het andere geval geeft men elkaar wel veel steun, maar zijn er ook meer conflicten.

We sluiten deze paragraaf af met de opmerking dat in principe binnen vriendschappen alle positieve kenmerken van mensen zijn terugvinden. Dat is ook het waardevolle van vriendschappen: vrienden halen het beste bij elkaar naar boven. Maar dat geldt niet altijd. Vrienden kunnen ook bij elkaar het slechte stimuleren zoals antisociaal gedrag en agressie (zie hoofdstuk 3).

1.6 Typen vriendschappen

Behalve op basis van verschillende kenmerken zijn vriendschappen ook te typeren op grond van andere criteria.

1.6.1 Verschil in niveau

De eerste die zich met deze vraag bezighield was de Griekse filosoof Aristoteles. Hij maakte een onderscheid in drie niveaus. Wanneer we dat vertalen naar de hedendaagse jongeren, gaat het in grote lijnen om de volgende drie typen, die elkaar in de praktijk vaak overlappen.

Vriendschap te eigen bate

In deze vriendschappen staan de voordelen die het oplevert voorop, zoals iemand hebben om mee te spelen, mee op te trekken en steun aan te ontleen. Voor de ander geldt hetzelfde. Die heeft ook baat bij de vriendschap.

Het nut van de vriendschap staat centraal, wat overigens niet betekent dat het om puur zakelijke vriendschappen gaat. Ook in deze vriendschappen zijn de basiselementen terug te vinden van wederkerigheid en het beste met elkaar voor hebben.

Deze vriendschappen houden meestal niet lang stand en vallen vaak snel uiteen als één (of beiden) het gevoel krijgt dat de vriendschap gaat knellen omdat deze te weinig oplevert of te veel vraagt.

Vriendschap om plezier aan te ontfenen

Binnen deze vriendschap zijn de vrienden graag bij elkaar om samen activiteiten te ondernemen waar ze beiden plezier aan beleven en blij van worden, zoals samen gaan stappen, concerten bezoeken, muziek maken of andere bezigheden. Maar op dit niveau worden ook wel gevoelens gedeeld die gepaard kunnen gaan met tegenslagen of teleurstellingen.

Vriendschap op basis van 'involvement'.

Op dit niveau voelen de vrienden zich sterk tot elkaar aangetrokken, waarden zij elkaar intensief en voelen zij grote genegenheid voor elkaar. De wederzijdse betrokkenheid is kortom groot. Ervaringen en gevoelens worden intensief gedeeld. Ze komen voor elkaar op en helpen elkaar. Ze zien elkaar als 'second self'.

1.6.2 Verschil in gedrag

We wijzen hier op de indeling die onderzoekers aan de Radboud Universiteit in Nijmegen maakten (Guroglu et al., 2007) in vriendschappen van scholieren met een gemiddelde leeftijd van 14 jaar. Er werd specifiek gekeken naar het psychosociale gedrag. Dat leverde drie typen op.

Prosociale vriendschappen

Deze vriendschappen laten jeugdigen overwegend positief gedrag zien met de volgende kenmerken coöperatief, altruïstisch, zelfvertrouwen, oog hebben voor de ander en sociale situaties doorzien.

Antisociale vriendschappen

Binnen deze vriendschappen geven de vrienden blijk van antisociale gedragingen waaronder pesten, vechten en ruzie maken.

Teruggetrokken vriendschappen

Het betreft hier vriendschappen van jeugdigen die zich vaak terugtrekken uit het sociale verkeer. Er is een onderscheid te maken in vriendschappen tussen sociaal teruggetrokken jeugdigen die ervoor kiezen liever alleen te zijn en teruggetrokken jeugdigen die het slachtoffer zijn van pesten of afwijzing.

1.6.3 Verschil in kwaliteit

Om de kwaliteit van vriendschappen te beoordelen maakten Hiatt et al. (2015) gebruik van de volgende kenmerken:

kameraadschap	hulp bieden
intimiteit	affectie
wederzijdse waardering	betrouwbaarheid
satisfactie	voor elkaar zorgen
conflicten	evenwicht

Op basis van deze criteria bleek het goed mogelijk een onderscheid te maken in vriendschappen met een *hoge* kwaliteit (de vrienden scoren wederzijds positief op de meeste genoemde criteria) en vriendschappen met een *lage* kwaliteit (de vrienden scoren wederzijds overwegend negatief op de criteria) en vriendschappen van *diffuse* kwaliteit (de vrienden oordeelden verschillend over de kwaliteit van hun vriendschap; waar de ene vriend een hoge score gaf, gaf de ander een lage score).

1.6.4 Verschil in stabiliteit

Vriendschappen noemen we stabiel als ze langere tijd achtereen blijven bestaan. Een exacte tijdsperiode is niet te noemen. Er wordt verondersteld dat ongeveer de helft van de vriendschappen van kinderen en adolescenten langere tijd overeind blijft. Dat betreft een gemiddelde.

Er zijn veel vriendschappen die niet lang duren. Vriendschappen onder jongere jeugdigen zijn vaak 'fleeing'. Maar er zijn ook langerdurende vriendschappen. Hiatt et al. (2015) die een jaar lang de ontwikkeling van vriendschappen van oudere jeugdigen (adolescenten) volgden, stelden vast dat na een jaar nog 90% van de vriendschappen bestond.

Behalve de duur van vriendschappen worden ook wel andere aspecten genoemd die verwijzen naar de mate van stabiliteit, zoals de diepgang en psychologische nabijheid.