



Universiteit
Leiden

The Netherlands

Friendship stress buffering in young people with childhood adversity

König, M.

Citation

König, M. (2025, September 25). *Friendship stress buffering in young people with childhood adversity*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/4262091>

Version: Publisher's Version

License: [Licence agreement concerning inclusion of doctoral thesis in the Institutional Repository of the University of Leiden](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/4262091>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).

Dutch Summary (*Nederlandse Samenvatting*)

Vriendschap als buffer tegen stress bij jongvolwassenen met ingrijpende jeugdervaringen

Ongeveer 60% van de kinderen en adolescenten maakt ten minste één ingrijpende jeugdervaring mee, zoals mishandeling, verwaarlozing, ouderlijke psychische problemen, armoede, pesten of oorlog. Langdurige en herhaalde blootstelling aan dergelijke stressvolle en mogelijk traumatische ervaringen, vooral tijdens gevoelige ontwikkelingsfasen, verhoogt het risico op zowel ouderschap als slachtofferschap en op diverse mentale problemen later in het leven. Maar deze ervaringen en gerelateerde gezondheidsproblemen zijn te voorkomen. Daarom is het belangrijk om te onderzoeken welke risico- en beschermende factoren een rol spelen bij de impact van ingrijpende jeugdervaringen.

Theoretische modellen stellen dat neurocognitieve aanpassingen als gevolg van zulke ervaringen het risico op slachtofferschap en psychische kwetsbaarheid verhogen via hun invloed op sociaal functioneren. Het neurocognitieve sociaal-transactionele model van psychische kwetsbaarheid (geïntroduceerd in **Hoofdstuk 1**) stelt bijvoorbeeld dat deze aanpassingen kunnen leiden tot sociale uitdunning (minder beschermende relaties) en stressgeneratie (meer stressvolle interpersoonlijke ervaringen), met verhoogde kwetsbaarheid tot gevolg.

Belangrijk is dat jongeren die steun van vrienden ervaren, een verminderd risico lopen op slachtofferschap en psychische kwetsbaarheid. Dit fenomeen heet stressbuffering. Het is nog grotendeels onduidelijk welke mechanismes het stressbufferende effect van vriendschap verklaren. De literatuur over sociale stressbuffering suggereert dat de aanwezigheid van steunende partners kan zorgen voor minder sterke waarnemingen, reacties en fysiologische processen bij acute stress, wat leidt tot een lagere stressrespons en betere gezondheid.

Voortbouwend op dit kader onderzoekt dit proefschrift de psychologische, cognitieve en neurobiologische mechanismes waarmee sociale steun, met name vriendschap, het risico op slachtofferschap en psychische kwetsbaarheid bij jongeren met ingrijpende jeugdervaringen kan verminderen. Hiervoor is gebruikgemaakt van literatuuronderzoek, en van cross-sectionele en longitudinale analyses met gedragsdata en hersenscans.

Het eerste deel van dit proefschrift laat zien hoe ongunstige (maladaptieve) neurocognitieve en sociale aanpassingen na kindermishandeling het risico verhogen om later slachtoffer of dader te worden. **Hoofdstuk 2** bespreekt de literatuur over de spiraal van geweld, met de link tussen kindermishandeling en slachtofferschap binnen en buiten het gezin. Drie mechanismes en de mogelijke

beschermende rol van sociale steun worden besproken. Slachtofferschap binnen het gezin wordt besproken in het kader van de hypothese van intergenerationele overdracht van mishandeling, met twee perspectieven: slachtoffer-naar-pleger (waarbij slachtoffers later zelf mishandelen) en slachtoffer-naar-slachtoffer (waarbij kinderen van slachtoffers zelf ook slachtoffer worden, zelfs als de ouder geen dader is). Slachtofferschap buiten het gezin wordt besproken in het kader van de hypothese dat geweld geweld voortbrengt.

In lijn met modellen van latente kwetsbaarheid en adaptieve kalibratie worden drie mechanismes besproken die verminderde sociale functie en geweldpleging kunnen verklaren: (1) sterkere aandachtsvertekening (bias) voor dreiging; (2) zwakkere beloningsverwerking en een verminderd vermogen om te leren van feedback; (3) zwakkere emotieregulatie. Een sterkere dreigingsbias kan adaptief zijn in een bedreigende omgeving, maar in veilige contexten leidt dit tot maladaptief gedrag zoals vijandige intenties toeschrijven aan anderen, wat samenhangt met agressie, vermijding, minder sociaal functioneren en verhoogde kwetsbaarheid. Het hoofdstuk laat zien dat veilige, stabiele sociale steun beschermt tegen slachtofferschap en mentale problemen, mogelijk via invloed op deze drie risicomechanismen. Om de spiraal van geweld te doorbreken, is echter meer kennis nodig over hoe ingrijpende jeugdervaringen en sociale steun neurocognitieve processen beïnvloeden.

Het tweede deel van het proefschrift richt zich op mechanismes die vriendschap koppelen aan verminderde psychische kwetsbaarheid bij jongeren met ingrijpende jeugdervaringen. **Hoofdstuk 3** beschrijft een systematisch literatuuronderzoek naar de vraag of vriendschappen neurale stressreacties verminderen bij jongeren met zulke ervaringen. Het literatuuronderzoek richtte zich op Engelstalige empirische studies bij jongeren (gemiddeld 10–24 jaar) met ingrijpende jeugdervaringen. Vriendschap moest binnen dit leeftijdsbereik zijn beoordeeld en neurale stressreacties gemeten met MRI. Van de 4.297 zoekresultaten en 66 beoordeelde artikelen voldeden slechts twee studies aan de criteria. Twee extra studies werden toegevoegd na het verbreden van de criteria door ook andere neurobiologische stresssystemen mee te nemen. Slechts twee van deze vier studies onderzochten direct of vriendschappen stressreacties bufferen. In een steekproef van geïnstitutionaliseerde jongeren vond Tang et al. (2021) dat vriendschapskwaliteit op 12-jarige leeftijd het effect van maladaptieve stressfysiologie op problemen met leeftijdsgenoten op 16-jarige leeftijd kon verminderen. Daarentegen vond Fritz et al. (2020) in een kleine steekproef van goed functionerende jongeren geen verband tussen vriendschap en gedrag of hersenactiviteit bij sociale afwijzing. Deze bevindingen ondersteunen dat meer onderzoek nodig is naar het effect van vriendschap op neurobiologische stressreacties bij jongeren met ingrijpende jeugdervaringen.

Hoofdstuk 4 onderzocht of waargenomen vriendschapskwaliteit samenhangt met betere mentale gezondheid en verminderde neurale stressreacties bij jongeren met ingrijpende jeugdervaringen. Hiervoor werden gedrags- en fMRI-data geanalyseerd van het *Resilience After Individual Stress Exposure* (RAISE) onderzoek, waaraan 102 jongeren (16–26 jaar) in het Engeland deelnamen. Hoewel geen bewijs werd gevonden voor sociale uitdunning na ingrijpende jeugdervaringen, was er een sterke associatie tussen hoge vriendschapskwaliteit en betere mentale gezondheid. Bij een representatieve subset van 62 jongeren werd fMRI-data verzameld tijdens een taak die acute stress opwekte. Deze stress verhoogde angst en neurale activiteit in vijf frontolimbische hersengebieden. Een zwakke interactie werd gevonden tussen dreigingservaringen en vriendschapskwaliteit die hippocampusactiviteit voorspelde. Specifiek nam deze hersenactiviteit toe bij ernstigere dreigingservaringen en lage vriendschapskwaliteit. Dit effect was echter niet significant na correctie voor meervoudige vergelijkingen en vereist replicatie.

Hoewel COVID-19 de fMRI-dataverzameling van RAISE stillegde, bood deze collectieve stressor een unieke kans om dezelfde steekproef longitudinaal te volgen in het *Resilience after the COVID-19 Threat* (REACT) onderzoek. **Hoofdstuk 5** onderzocht het bufferende effect van vriendschap op mentale gezondheid vóór en tijdens drie tijdstippen in de pandemie. Via op afstand verzamelde gedragsdata werd mentale gezondheid vergeleken tussen de meting voor de pandemie, de eerste lockdown, de heropening en de tweede lockdown in Engeland. Angst symptomen piekte tijdens de eerste lockdown en normaliseerde daarna; depressieve symptomen bleven stijgen. Vriendschapskwaliteit was verhoogd tijdens beide lockdowns, maar keerde terug naar het niveau van vóór de pandemie tijdens de heropening. Sociale uitdunning werd waargenomen: ernstiger jeugdtrauma hing samen met lagere vriendschapskwaliteit. Over alle metingen heen was hogere vriendschapskwaliteit geassocieerd met lagere angst en depressieve symptomen. Vriendschapskwaliteit vóór de pandemie beschermde de mentale gezondheid tijdens de pandemie door waargenomen stress te verminderen.

Ten slotte onderzocht **hoofdstuk 6** of vriendschap kan zorgen voor minder stress na ingrijpende jeugdervaringen door cognitieve patronen te veranderen en zo de mentale gezondheid te bevorderen. Geïnspireerd door het neurocognitieve sociaal-transactionele model van psychische kwetsbaarheid, onderzocht dit hoofdstuk of vriendschap de mentale gezondheid bevordert bij jonge mensen met ingrijpende jeugdervaringen door de specificiteit van positieve autobiografische herinneringen aan vriendschap te beïnvloeden, wat vervolgens de ervaren stress zou kunnen verminderen. Dit onderzoek analyseerde zowel kwantitatieve als kwalitatieve cross-sectionele-gedragsdata van de eerste 100 deelnemers van het *Towards Health and Resilience in Volatile Environments* (THRIVE) onderzoek,

een lopend longitudinaal onderzoek naar jonge mensen van 18-24 jaar in Nederland, die retrospectief een laag tot gematigd niveau van jeugdtrauma hebben gerapporteerd. Dit onderzoek laat zien dat ernstiger jeugdtrauma geassocieerd was met sociale uitdunning, terwijl vriendschap juist samenhang met lagere scores op zelf-rapportages van stress en depressieve symptomen. Anders dan verwacht, was de specificiteit van positieve autobiografische herinneringen aan vriendschap niet geassocieerd met sociale steun uit vriendschap. Deze resultaten, samen met de longitudinale bevindingen beschreven in het vorige hoofdstuk, suggereren dat vriendschap de mentale gezondheid van jonge mensen met ingrijpende jeugdervaringen kan bevorderen door stress te verminderen, in plaats van door de verwerking van autobiografische herinneringen te beïnvloeden.

Samengevat markeert dit proefschrift een belangrijke stap naar een meer genuanceerd begrip van de psychologische, cognitieve en neurobiologische mechanismes waardoor sociale steun, met name vriendschap, het risico op slachtofferschap en mentale problemen kan verminderen bij jongeren met ingrijpende jeugdervaringen.

Conclusies

In een wereld waar ingrijpende jeugdervaringen een gezondheids crisis vormen vanwege de ernstige en langdurige gevolgen voor de gezondheid en ontwikkeling, biedt het begrijpen en benutten van de beschermende kracht van vriendschappen een veelbelovende weg naar het opbouwen van veerkracht bij kwetsbare jongeren. Dit proefschrift heeft als doel de stress-gerelateerde mechanismes te onderzoeken waarlangs sociale steun, met name vriendschappen, het risico op gedragsproblemen en psychische kwetsbaarheid bij jonge mensen met ingrijpende jeugdervaringen vergroot. In vijf hoofdstukken worden inzichten gepresenteerd uit literatuuronderzoeken (**Hoofdstukken 2, 3**), cross-sectionele analyses (**Hoofdstukken 4, 6**) en longitudinale analyses (**Hoofdstuk 5**), die laten zien dat ingrijpende jeugdervaringen een krachtige risicofactor zijn voor sociale uitdunning, slachtofferschap en zowel internaliserende als externaliserende problemen. Vriendschap bleek daarentegen een belangrijke beschermende factor die stress kan verlagen en vervolgens internaliserende symptomen kan verminderen. Om een bijdrage te kunnen leveren aan gerichte interventies voor jonge mensen met ingrijpende jeugdervaringen, zou toekomstig interdisciplinair onderzoek een benadering vanuit de complexiteitstheorie moeten hanteren, waarbij de complexe en dynamische wisselwerking tussen psychologische, sociale en neurobiologische systemen wordt onderzocht, bij voorkeur door middel van grote, prospectieve longitudinale studies met representatieve steekproeven.