

Universiteit Antwerpen
Faculteit Sociale Wetenschappen
Academiejaar 2019 - 2020

MASTERPROEF

VRIENDSCHAP 2.0: ALTIJD ONLINE – NOOIT ALLEEN

Debra De Grootte

Master in de Communicatiewetenschappen – afstudeerrichting strategische communicatie

Promotor: Dr. J. Van Ouytsel

Medebeoordelaar: Drs. S. Mariën

VOORWOORD

Als sluitstuk van mijn masteropleiding in de communicatiewetenschappen, optie strategische communicatie, schreef ik deze masterproef. “Vriendschap 2.0: Altijd online – Nooit alleen”, het was een titel die meteen mijn aandacht trok in de lijst van onderwerpen. Ik merk namelijk zelf op bij mijn jongere broer van 15 jaar dat alles snel evolueert, en was zeer benieuwd naar de impact van technologieën en sociale media op vriendschappen bij jongeren. Een keuze die ik me geen moment heb beklagd. Het was soms zwaar werk om deze masterproef te brengen tot wat hij nu is, maar mijn enthousiasme rond het thema maakte veel goed.

Hoewel de masterproef een individueel werkstuk is, wil ik graag verschillende personen bedanken die mee voor dit eindresultaat hebben gezorgd. Mijn promotor, dr. Joris Van Ouytsel, is de eerste die ik oprecht wil danken. Op een zeer ondersteunende en aanmoedigende manier kreeg ik doorheen de hele periode op regelmatige basis feedback. Zijn hulp was dan ook een enorme meerwaarde bij het schrijven van de masterproef.

Zonder respondenten waren er uiteraard geen resultaten geweest. Daarom wil ik de twee middelbare scholen die toegestemd hebben om mee te werken aan dit onderzoek van harte bedanken voor hun bereidwilligheid. Ze hebben er mee voor gezorgd dat ik voldoende jongeren op een correcte manier kon bevragen, rekening houdend met de ethische vereisten bij deze doelgroep. De jongeren zelf verdienen ook een dankjewel voor de openheid en eerlijkheid tijdens de gesprekken waardoor ik tot rijke data kon komen. Ook de drie jongeren waar ik mijn data op heb gepretest zorgden voor een grote meerwaarde in mijn onderzoek.

Op verschillende momenten tijdens het proces heb ik vrijwilligers gevonden die nauwgezet mijn masterproef wilden nalezen op begrijpelijkheid en taal. Dit was een grote hulp om er zeker van te zijn dat alles voor een brede groep lezers op een duidelijke manier was verwoord. Bedankt aan mijn mama, papa, Manon, Jasper, Vincent en Tina.

Ook een welgemeende bedanking gaat uit naar mijn ouders die me hebben gesteund in de moeilijke beslissing om mijn masterjaar opnieuw als voltijds student af te leggen.

En tot slot verdient ook mijn vriend het om even in de spotlight te staan. Hij luisterde namelijk een volledig academiejaar naar al mijn twijfels, frustraties en onzekerheden. Zijn geloof in mij zorgde ervoor dat ik telkens weer met goede moed verder kon. Ook zijn kookkunsten hebben ervoor gezorgd dat ik mij weinig zorgen moest maken over een knorrende maag.

Bedankt!

Debra De Groote,
Antwerpen, mei 2020

TOELICHTING COVID-19

Reeds in het najaar van 2019 had ik contact met de twee middelbare scholen die hadden ingestemd om mee te werken aan deze masterproef. We spraken af dat ik na de krokusvakantie, van 2 tot 20 maart 2020, de focusgroepen kon komen afnemen. Rond die periode, en vooral na de krokusvakantie, werd ons land echter opgeschrikt door Covid-19. Een virus dat ons in snel tempo in zijn greep nam.

Aan het begin van de focusgroepsgesprekken, vlak na de krokusvakantie, was de impact op mijn onderzoek nog zeer beperkt aangezien op dat ogenblik de scholen nog zonder restricties geopend waren. De gesprekken gingen op dat moment nog steeds door, al behoorde handen wassen en ontsmetten voor en na elke focusgroep standaard tot de procedure. Op donderdag 12 maart kreeg ik bericht van één van de scholen dat ze geen externen meer toelieten en de focusgroepen stopgezet dienden te worden. De dag erna gebeurde hetzelfde op de tweede school.

De laatste focusgroep is dan ook doorgegaan op 11 maart en niet op 20 maart zoals oorspronkelijk werd voorzien. Ik heb voor mijn onderzoek een portie geluk aan mijn kant gehad, want ik had de meeste gesprekken ingepland tijdens de eerste week. Ik had dan ook al tien focusgroepsgesprekken afgenomen, waardoor een gevoel van verzadiging in de verzamelde gegevens reeds werd bereikt. Het oorspronkelijke plan om dertien focusgroepsgesprekken af te nemen is aldus, door de annulering van twee focusgroepen op de ene school en één op de andere, niet tot volledige uitvoering gebracht.

Aangezien ik reeds voldoende data had verzameld, is er aan de methodologie van mijn masterproef dan ook niets gewijzigd, met uitzondering van het feit dat er drie focusgroepen minder zijn afgenomen dan initieel vooropgesteld. Ook naar de inhoud van de gesprekken toe is de impact van het virus beperkt gebleven, aangezien dit heel ver van het onderwerp af stond en de gesprekken nog doorgingen vóór de sluiting van scholen, winkels en horeca.

Op mijzelf had de situatie uiteraard ook een impact. Een masterproef schrijven in combinatie met het volgen van online lessen, maken van groepswerken op afstand, enzovoort, was niet evident en zorgde voor veel onzekerheden en zorgen. Toch heb ik geprobeerd om geregeld voldoende afstand te nemen en zette ik door om onder de omstandigheden op een even kwalitatieve wijze deze masterproef te vervolledigen in eerste zittijd.

ABSTRACT

How do young adolescents experience digital stress within their friendships, caused by digital technology and social media? Until now, few studies have investigated this topic among teenagers, despite their specific characteristics such as the vulnerability to internet risks and the importance of friends. This study aims to address the gap in the literature by exploring young adolescents' perceptions on digital stress within their friendships, caused by digital technology and social media. Nine focus group interviews were conducted, among 51 secondary school students ($n = 24$ male, 47%; $n = 27$ female, 53%) between the ages of 13 and 16 years ($M = 14,35$ years; $SD = 0,74$) in Flanders, Belgium. The analysis revealed that a lot of young adolescents do experience digital stress within their friendships. There is a strong expectation among friends to provide quick replies, and technological functions such as the 'seen-function' reinforce this expectation. In order to avoid digital stress, young adolescents employ various coping strategies such as not opening a text message or turning off notifications. The latter is not always possible in good friendships, as it may lead to jealousy and conflicts. Finally, sharing passwords is a common behavior in teenage friendships. Not only as a sign of trust and friendship, but also because of practical considerations. This exploratory study also includes suggestions for future research and implications for practice.

Keywords: social media; digital stress; permanently connected; friendship expectations; young adolescents; seen-function; jealousy; password sharing

Word count: 23 895

INHOUDSTAFEL

1. Inleiding	1
2. Literatuurstudie en theoretisch kader	2
2.1. Jonge adolescenten	2
2.1.1. Technologie- en mediagebruik	2
2.1.2. Kwetsbaarheid voor internetrisico's	3
2.1.3. Vriendschapsrelaties	5
2.1.4. Jaloezie binnen vriendschapsrelaties	7
2.2. Altijd online	8
2.2.1. Positieve effecten	9
2.2.2. Digitale druk/stress	10
2.2.3. Negatieve effecten	12
2.3. Theoretisch kader: Uses & Gratifications theorie	13
3. Probleemstelling en onderzoeksvragen	15
4. Methodologisch plan	17
4.1. Deelnemers	17
4.2. Vragenlijst	18
4.3. Dana-analyse	19
4.4. Ethische procedures	20
5. Resultaten	21
5.1. Oorzaken voor het ervaren van digitale druk	21
5.1.1. Drijfveren om snel te reageren	21
5.1.2. Verwachtingen afhankelijk van afzender/ontvanger	26
5.2. Omgaan met digitale druk	30
5.2.1. Impact op hun gezondheid	30
5.2.2. Copingstrategieën om digitale druk tegen te gaan	34
5.3. Conflicten en regels door digitale druk	38
5.3.1. Jaloezie door sociale media en digitale druk	38
5.3.2. Omgaan met privacy en het delen van paswoorden	43
5.4. Uitzonderlijke resultaten	47

6. Discussie	48
6.1. Oorzaken van digitale druk.....	48
6.2. Omgaan met digitale druk	49
6.3. Conflicten en regels.....	52
6.4. Beperkingen en suggesties voor toekomstig onderzoek.....	54
6.4.1. Beperkingen van deze studie	54
6.4.2. Suggesties voor toekomstig onderzoek.....	55
6.5. Praktische implicaties.....	56
7. Conclusie.....	58
8. Referentielijst	59
9. Bijlagen.....	67
9.1. Flyer voor leerlingen.....	68
9.2. Vragenlijst focusgroepgesprekken.....	70

LIJST TABELLEN

Tabel 1: Drijfveren om snel te reageren.....	21
Tabel 2: Stressfactoren door sociale media.....	30
Tabel 3: Copingstrategieën	34
Tabel 4: Jaloezie en conflict	38
Tabel 5: Privacy en paswoorden	43

LIJST FIGUREN

Figuur 1: Gratifications Obtained from New Media	14
Figuur 2: Verdeling naar geslacht.....	17
Figuur 3: Verdeling naar leeftijd.....	17

1. INLEIDING

Dit onderzoek gaat na in welke mate jonge adolescenten binnen hun vriendschapsrelaties digitale druk ervaren door het gebruik van digitale technologie en sociale media. Het ervaren van digitale druk doelt op de stress die afkomstig is vanuit de permanente bereikbaarheid die digitale technologie met zich meebrengt (Hefner & Vorderer, 2016). Hoe deze permanente bereikbaarheid ervaren wordt, kan mogelijks bepalen of iemand al dan niet stress ondervindt (Steele, Hall, & Christofferson, 2019). We kozen er om verschillende redenen voor dit bij jonge adolescenten tussen de 13 en 15 jaar te onderzoeken. Zo werd er over digitale druk reeds voornamelijk onderzoek gevoerd bij oudere adolescenten en jongvolwassenen (Nesi, Choukas-Bradley, & Prinstein, 2018a; Vorderer, Kromer, & Schneider, 2016). Voorgaand onderzoek focuste bovendien op romantische relaties bij oudere adolescenten en de rol van digitale media in die relaties. Jonge adolescenten beschikken echter over kenmerken die verschillen van die van oudere adolescenten, zoals hun (nog grotere) kwetsbaarheid voor internetrisico's en het feit dat vriendschapsrelaties in die levensfase voor het eerst in belangrijkheid toenemen (Lucero, Weisz, Smith-Darden, & Lucero, 2014; Rueda, Lindsay, & Williams, 2015; Van Ouytsel, Van Gool, Walrave, Ponnet, & Peeters, 2016; Van Ouytsel, Walrave, Ponnet, Willems, & Van Dam, 2019; Vorderer et al., 2016).

Niet enkel op wetenschappelijk, maar ook op maatschappelijk vlak heeft deze masterproef een praktische meerwaarde. Zo kan het middelbare scholen en andere zorgverleners inzichten bieden in de oorzaken en gevolgen van de digitale druk die jongeren ervaren. Men kan deze info gebruiken bij de preventie van bijvoorbeeld cyberpesten of het oplossen van andere problemen zoals conflicten onder vrienden. Het onderzoek heeft aldus een preventief en sensibiliserend karakter als de resultaten op aangepaste wijze worden overgebracht naar de verschillende belanghebbenden en naar de jongeren zelf. Ook technologiebedrijven kunnen de aanbevelingen gebruiken om aanpassingen in hun privacy-instellingen door te voeren.

De centrale vraag binnen dit onderzoek wordt door drie onderzoeksvragen met elk hun deelvragen verder gespecificeerd. We kijken naar oorzaken van digitale druk, het omgaan met die druk alsook naar welke gevolgen en eventuele regels rond privacy dit met zich meebrengt. In samenwerking met twee middelbare scholen werd, door middel van focusgroeps gesprekken met jongeren uit het tweede en derde middelbaar, exploratief onderzoek gevoerd. Het doel hierbij was om, aan de hand van een vragenlijst die dicht bij de leefwereld van de jongeren ligt, hun zienswijzen en gevoelens rond dit thema te bevragen.

In deze masterproef komt eerst een literatuurstudie over het onderwerp aan bod, gevolgd door de probleemstelling en het methodologisch plan. Nadien worden de resultaten in detail besproken, dewelke in de discussie gekoppeld worden aan de literatuur. We sluiten af met een bespreking van de beperkingen, suggesties en praktische implicaties.

2. LITERATUURSTUDIE EN THEORETISCH KADER

2.1. JONGE ADOLESCENTEN

Binnen deze studie ligt de focus op jonge adolescenten, tussen de 13 en 15 jaar, die als eerste generatie reeds vanaf de peutertijd werden geconfronteerd met verschillende vormen van digitale technologie. In het volgende deel verantwoorden we waarom het interessant is om bij deze doelgroep onderzoek uit te voeren naar digitale druk binnen vriendschapsrelaties.

2.1.1. TECHNOLOGIE- EN MEDIAGEBRUIK

Jongeren beginnen op steeds jongere leeftijd sociale media en digitale technologie te gebruiken. Een groeiend aantal jongeren beschikt dan ook over een eigen smartphone (Steele et al., 2019). Uit het Apestaartjarenonderzoek (2018) blijkt namelijk dat 95% van de jongeren tussen de 12 en 18 jaar in België een eigen smartphone heeft en dat de gemiddelde leeftijd 12 jaar is om er voor het eerst één te krijgen. In de Verenigde staten gaven 45% van de jongeren in 2018 aan dat ze bijna altijd online zijn, wat een verdubbeling is tegenover 2014-2015 (Anderson & Jiang, 2018). Dit alles zorgt ervoor dat adolescenten veel tijd spenderen aan digitale technologie en sociale media waardoor het een belangrijke positie inneemt in hun sociaal leven (Antheunis, Schouten, & Kraemer, 2016). Ze gebruiken de smartphone dan ook als hulpmiddel om contact te houden met hun vrienden (Steele et al., 2019).

Voornamelijk sinds 2015 hebben jongeren steeds meer toegang tot het internet (Vanhaelewyn & De Marez, 2018). Uit onderzoek blijkt dat 98% van de jongeren tussen de 12 en 18 jaar Wi-Fi heeft thuis en dat 83% gebruik maakt van mobiele data om buitenshuis online te gaan (Apestaartjaren, 2018). Daarenboven mist men steeds minder de televisie, ondanks het feit dat in 2018 wel nog 95% van de Vlamingen een televisietoestel in huis had. De televisie heeft aan belang ingeboet ten opzichte van de tablet en computer, maar vooral ten opzichte van de smartphone (Vanhaelewyn & De Marez, 2018).

Jongeren gebruiken verschillende soorten sociale media. Volgens de IMEC digimeter (2018) is Instagram algemeen gezien nog steeds de sterkste groeier, maar Facebook blijft het netwerk met het grootste aantal gebruikers in Vlaanderen. Bij de Vlaamse jongeren verliest Facebook echter actieve gebruikers en is nog 82% actief ten opzichte van 90% in 2014 (Apestaartjaren, 2014, 2018). Snapchat, Instagram en YouTube zijn naast Facebook de andere koplopers, met ongeveer 8 op 10 jongeren die maandelijks inloggen op deze kanalen. Bij de berichtendiensten is SMS nog steeds heel populair, maar dit maakt stilaan plaats voor andere kanalen (Apestaartjaren, 2018; Vanhaelewyn & De Marez, 2018). Naast SMS gebruiken jongeren namelijk vooral Facebook Messenger (80%), Snapchat (74%), Instagram (55%) en WhatsApp (52%) om te communiceren. Instagram steeg hierbij het sterkst, van 27% in 2016 naar 55% in 2018, mogelijks te verklaren door de introductie van Instagram Stories (Apestaartjaren, 2018).

Sociale media wordt om verschillende redenen gebruikt door jongeren. Enerzijds kunnen ze een grote groep mensen op hetzelfde moment inlichten, anderzijds kan men dichte vrienden en familie snel op de hoogte brengen van levensgebeurtenissen. Ze kunnen er een studentenjob vinden, idolen en opinies volgen, enzovoort (Othman, Suhaimi, Yusuf, Yusof, & Mohamad, 2012). Verder gebruiken jongeren sociale media om sociale behoeften in te vullen, zoals persoonlijke relaties in stand houden, het ontwikkelen van een eigen identiteit en het bereiken van autonomie (Vanden Abeele, 2015). Ook maakt men nieuwe vrienden via sociale media (Antheunis et al., 2016) en kan men door het 'anytime-anyplace' principe, het altijd en overal bereikbaar zijn, in contact blijven met bestaande vrienden (Antheunis et al., 2016; Vanden Abeele, Schouten, & Antheunis, 2017).

2.1.2. KWETSBAARHEID VOOR INTERNETRISICO'S

Zoals blijkt uit de voorgaande cijfers en bevindingen, gebruiken jonge adolescenten dus steeds vroeger, vaker en intenser verschillende vormen van digitale technologie en sociale media. Dit terwijl ze, vanwege hun ontwikkelingsfase, extra kwetsbaar zijn voor internetrisico's zoals cyberpesten, het stellen van risicogedrag of het delen van paswoorden. Mede daardoor is onderzoek naar digitale druk bij deze doelgroep belangrijk.

Cyberpesten

Een eerste kwetsbaarheid is cyberpesten en kan omschreven worden als "*pesten via het internet en de gsm*" (Friendly ATTAC, 2012, p. 4). Rond de leeftijd van 11 tot 13 jaar worden de meeste slachtoffers van cyberpesten vastgesteld (Friendly ATTAC, 2012), terwijl het plegen van dit gedrag piekt rond de leeftijd van 14 tot 15 jaar (Veenstra, Vandebosch, & Walrave, 2012). Er zijn enkele voorwaarden om te kunnen spreken van pesten. Ten eerste hebben daders de intentie om hun slachtoffer te kwetsen, ten tweede voelt het slachtoffer zich ook gekwetst, ten derde gaat het niet om een éénmalig feit en tot slot heeft de dader een vorm van macht over het slachtoffer (Vandebosch & Van Cleemput, 2008). Cyberpesten verschilt echter van traditioneel pesten aangezien het niet stopt als het slachtoffer thuis komt. Internettoegang en mobiele telefoons zorgen er namelijk voor dat daders hun slachtoffers 24/7 kunnen blijven lastigvallen in hun eigen persoonlijke ruimte (Heirman & Walrave, 2008). Ook kan de dader makkelijker anoniem blijven (Juvonen & Gross, 2008) en kan een groot publiek de pestboodschappen zien (Heirman & Walrave, 2008). Cyberpesten is hierdoor een krachtige stressfactor in de adolescentiefase en kan verschillende emotionele en psychosociale gezondheidsproblemen met zich meebrengen, zoals het hebben van zorgen, verdriet of nachtmerries. Dit kan op zijn beurt leiden tot suïcidale gedachten en/of zelfverwonding (Arseneault, Bowes, & Shakoor, 2010; Lodder, Scholte, Cillessen, & Giletta, 2016; Schneider, O'donnell, Stueve, & Coulter, 2012). De meeste van deze problemen werden vastgesteld bij

slachtoffers die zowel online als offline werden gepest, gevolgd door zij die enkel online werden gepest (Schneider et al., 2012).

Naast de dader en het slachtoffer zijn ook bijstaanders, getuigen van pesten, betrokken bij cyberpesten. Enerzijds geeft een grote groep jongeren aan dat ze bij het waarnemen van cyberpesten niet tussenkomen omdat het hun zaken niet zijn, omdat ze zelf bang zijn om gepest te worden of omdat ze niet wisten hoe ze het slachtoffer precies konden helpen. Hierdoor staat het slachtoffer er vaak alleen voor (Friendly ATTAC, 2012). Anderzijds kunnen deze bijstaanders ook goede vrienden zijn die elkaar verdedigen en die bovendien zelf vaak slachtoffer zijn van pestgedrag. Dit is te verklaren doordat vrienden vaak gemeenschappelijke kenmerken vertonen en elkaars gedrag overnemen (Lodder et al., 2016). Ook bij de daders zelf is dit zichtbaar aangezien pestgedrag mede ontstaat door sociale druk uit de omgeving, alsook om goedkeuring, aandacht en respect van vrienden te verkrijgen (Varjas, Talley, Meyers, Parris, & Cutts, 2010).

Cyberpesten is in toenemende mate een prioriteit voor scholen, ouders en overheden die bezorgd zijn om adolescenten (Arseneault et al., 2010). Enerzijds omdat cyberpesten makkelijker kan verborgen worden voor leerkrachten en ouders (Patchin & Hinduja, 2006). Anderzijds ook omdat is aangetoond dat er een link is tussen vaker slachtoffer zijn van cyberpesten en online risicogedrag vertonen, zoals het praten met vreemden online, het plegen van geweld of het delen van paswoorden met vrienden (Mishna, Khoury-Kassabri, Gadalla, & Daciuk, 2012; Walrave & Heirman, 2011). Daarnaast zijn slachtoffers van cyberpesten minder gehecht aan school en presteren ze daar minder goed (Schneider et al., 2012). Tot slot is aangetoond dat cyberpesten minder voorkomt als men weet dat de problematiek serieus wordt genomen en dat de daders gestraft zullen worden voor hun daden (Hinduja & Patchin, 2013).

Stellen van risicogedrag

Naast cyberpesten, is het stellen van risicogedrag een tweede kwetsbaarheid bij jonge adolescenten. Mede door de belangrijke rol van vrienden in deze levensfase kunnen jongeren elkaar makkelijk aanzetten tot experimenteren met risicogedrag (Huang et al., 2014). Door het zien van risicogedrag bij vrienden, zoals bijvoorbeeld roken en alcoholgebruik, kunnen jonge adolescenten namelijk beïnvloed worden en daardoor het gedrag goedkeuren of zelf stellen. De komst van sociale media heeft als gevolg dat men dergelijk risicogedrag frequent van elkaar kan zien en dat deze informatie sneller gedeeld en verspreid wordt (Huang et al., 2014). Door er herhaaldelijk mee geconfronteerd te worden, accepteren jongeren dit gedrag (Huang et al., 2014; Moreno, 2011).

Delen van paswoorden

Het delen van paswoorden met vrienden is een volgende kwetsbaarheid die van belang is bij jonge adolescenten. Het is namelijk gelinkt aan slachtofferschap van cyberpesten doordat er toegang is tot private inhoud (Van Ouytsel, 2019; Walrave & Heirman, 2011). Uit onderzoek blijkt voorts dat jongeren vaker hun paswoorden delen dan volwassenen waardoor leeftijd een voorspeller is voor het al dan niet delen (Whitty, Doodson, Creese, & Hodges, 2015).

Onderzoek heeft gefocust op het delen van paswoorden binnen romantische relaties en binnen vriendschapsrelaties. Binnen romantische relaties van adolescenten wordt het delen van paswoorden vaak beschouwd als een teken van wederzijdse liefde en vertrouwen, en een zekerheid tegen ontrouw (Lucero et al., 2014; Rueda et al., 2015; Van Ouytsel et al., 2016). Jongeren percipiëren het delen van paswoorden hier als een manier om jaloezie en onzekerheid in hun relatie tegen te gaan (Rueda et al., 2015; Van Ouytsel et al., 2016). Hiertegenover staat echter dat dit net kan leiden tot minder vertrouwen en meer jaloezie aangezien men alles van elkaar kan lezen (Lucero et al., 2014). Utz en Beukeboom (2011) beschreven dat deze gevoelens van jaloezie en de nood aan controlerend gedrag afkomstig kunnen zijn vanuit een laag zelfvertrouwen.

Het delen van paswoorden komt niet alleen voor in romantische relaties. Recent verkennend onderzoek heeft namelijk aangetoond dat het ook voorkomt binnen vriendschapsrelaties. Ongeveer de helft van de jonge adolescenten weet het paswoord van de smartphone en/of sociale media-account van zijn/haar beste vriend(in) (Van Ouytsel, 2019). Uit diezelfde studie kwam naar voor dat ook hier vertrouwen de grootste motivator is voor het delen van paswoorden. Andere motieven waren wederkerigheid, het geloof dat de beste vriend(in) er geen misbruik van zou maken, geen geheimen hebben voor elkaar of elkaar al lang kennen. Men deelt het paswoord waarschijnlijk voornamelijk als een daad van vriendschap en als stap in het vriendschapsproces (Van Ouytsel, 2019). Er is daarenboven vastgesteld dat kennis over internetveiligheid weinig rol speelt in het al dan niet delen van paswoorden, want de motieven om toch paswoorden te delen overheersen, ondanks de gekende risico's (Whitty et al., 2015).

2.1.3. VRIENDSCHAPSRELATIES

Mede door de overgang van de lagere naar de secundaire school ontstaat er tijdens de adolescentiefase een grote behoefte aan hechte en exclusieve vriendschappen. Hierdoor is er een afnemend belang van familierelaties zichtbaar en worden vrienden geleidelijk aan belangrijker (Antheunis et al., 2016; Crockett, Losoff, & Petersen, 1984). Het verlangen naar die exclusieve vriendschapsrelaties dient verschillende doelen zoals emotionele steun, interpersoonlijke ontwikkeling en algemeen welbevinden (Kraft & Mayeux, 2016). Bij meisjes is deze emotionele band meer ontwikkeld dan bij jongens (Flynn, Felmlee, & Conger, 2014;

Parker, Low, Walker, & Gamm, 2005). Als belangrijke vriendschapsbanden, of de perceptie hiervan, niet van hoge kwaliteit zijn, kunnen zij bovendien zorgen voor conflict en emotionele problemen (Bagwell et al., 2005; Flynn et al., 2014). Ondanks het toenemend belang van vriendschapsrelaties en het afnemend belang van familierelaties bij adolescenten, blijft ouderlijke ondersteuning echter wel essentieel om mee vorm te geven aan vriendschapsrelaties en -kwaliteit (Flynn et al., 2014).

Aangezien sociale media een steeds centralere rol speelt in het leven van adolescenten, is het belangrijk om te bestuderen hoe technologie en sociale media vriendschappen beïnvloeden (Nesi, Choukas-Bradley, & Prinstein, 2018b). Moderne sociale media-technologieën kunnen jonge adolescenten aanmoedigen om online met bestaande vrienden verder te communiceren, wat vriendschapskwaliteit stimuleert en hun sociale behoeften vervult (Valkenburg & Peter, 2007; Vanden Abeele, 2015). Het sturen van berichten zorgt er namelijk voor dat jongeren geconnecteerd kunnen zijn met hun vrienden, en vriendschapsbanden kunnen onderhouden (Oksman & Turtiainen, 2004; Vanden Abeele et al., 2017). Uit onderzoek blijkt dan ook dat mediagebruik bij adolescenten een impact heeft op het gevoel bij de vriendengroep te horen (Oksman & Turtiainen, 2004; Quinn & Oldmeadow, 2013). Mobiele media zoals smartphones zorgen daarnaast voor een private connectie waardoor adolescenten met vrienden kunnen communiceren zonder dat ouders, leerkrachten of anderen hiervan op de hoogte zijn (Campbell & Park, 2008; Vanden Abeele et al., 2017). Bovendien is zelfrepresentatie belangrijk in deze levensfase waardoor adolescenten graag controle hebben over wat ze tegen hun vrienden zeggen. De langere denktijd bij gemedieerde communicatie maakt dit mogelijk (Rettie, 2009; Vanden Abeele et al., 2017).

Voorafgaand onderzoek toont aan dat sociale media gebruikt wordt binnen romantische relaties. Enerzijds doet men dit in een voorafgaande fase waar men informatie zoekt en evalueert, zoals de huidige relatiestatus, om te beslissen of men al dan niet een romantische relatie zou willen aangaan. Bovendien wordt het als makkelijker ervaren om potentiële romantische partners eerst online aan te spreken in plaats van meteen face-to-face (Fox, Warber, & Makstaller, 2013; Van Ouytsel et al., 2016). Vriendschapsrelaties kennen eenzelfde traject waar men sociale media gebruikt om nieuwe vrienden te vinden, te leren kennen en in contact te blijven (Hinduja & Patchin, 2008). De mogelijkheid tot permanent bereikbaar zijn, staat in verband met een hogere vriendschapskwaliteit bij jongeren (Antheunis et al., 2016; Vanden Abeele et al., 2017). Dit terwijl White et al. (2018) in hun onderzoek vaststelden dat digitale technologie ook kan zorgen voor schade in vriendschappen. Zo heeft 22% van de adolescenten die sociale media gebruiken al eens een situatie gehad waarbij sociale media het einde van een vriendschap betekende (Lenhart, Madden, Smith, Purcell, & Zickuhr, 2011).

Er bestaat dus enerzijds de visie van sociale media als facilitator binnen vriendschappen, terwijl anderzijds bepaalde studies zeggen dat online interacties niet de kwaliteit van fysieke offline vriendschappen kunnen vervangen door de afwezigheid van non-verbale signalen (Antheunis, Valkenburg, & Peter, 2012). Uit nog een andere studie is dan weer gebleken dat gebruik van sociale media wel een positieve relatie kan hebben met vriendschapskwaliteit bij jonge adolescenten, maar dat het verband niet lineair is en er bij gebruik van meer dan 40 uren per week geen positief effect meer waarneembaar is (Antheunis et al., 2016).

2.1.4. JALOEZIE BINNEN VRIENDSCHAPSRELATIES

Uit onderzoek blijkt dat sociale media jaloezie uitlokt in romantische relaties bij jongeren. Voorbeelden hiervan zijn online foto's van de partner met anderen zien of ontdekken dat de partner chat met iemand anders (Lucero et al., 2014; Rueda et al., 2015; Van Ouytsel et al., 2016; Van Ouytsel et al., 2019). Voorts ontstaat er ook conflict door het verkeerd interpreteren van geschreven berichten en zorgt de gelezen-optie op WhatsApp of Facebook Messenger voor irritatie (Van Ouytsel et al., 2019; Vorderer et al., 2016). De gelezen-functie zorgt er namelijk voor dat de verzender van een bericht kan opvolgen of het bericht al is gelezen door de ontvanger. De ontvanger voelt hierdoor druk om snel te reageren op berichten en telefoongesprekken (Van Ouytsel et al., 2016; Van Ouytsel et al., 2019; Vorderer et al., 2016). Om jaloezie in romantische relaties te vermijden, passen partners hun gedrag aan op sociale media. Dit uit zich in het niet plaatsen van sommige foto's, niet reageren op bepaalde inhoud, het delen van paswoorden, elkaar bespioneren en onophoudelijk contact zoeken (Lucero et al., 2014; Rueda et al., 2015; Van Ouytsel et al., 2019; Vorderer et al., 2016).

Jaloezie associëren we meestal met romantische relaties, maar kan in elke vorm van hechte relatie voorkomen (Lennarz, Lichtwarck-Aschoff, Finkenauer, & Granic, 2017). Jaloezie binnen vriendschappen wordt omschreven als een negatieve emotionele, cognitieve en gedragsmatige reactie die ontstaat door de echte of verwachte interesse van een vriend in een relatie met een ander persoon (Parker et al., 2005, p. 235; eigen vertaling). Zoals voorheen reeds beschreven, zijn hechte vriendschappen tijdens de adolescentie belangrijk en is men op zoek naar exclusiviteit binnen die vriendschappen (Kraft & Mayeux, 2016). Hierdoor is men extra kwetsbaar voor jaloezie en spanningen. In een online context waar men zichzelf kan vergelijken met anderen en er continue toegang is tot sociale media, is jaloezie nog sterker aanwezig (Lennarz et al., 2017). Bovendien vergelijken adolescenten zich meer met de derde partij waartegenover er jaloezie ontstaat en ziet men interesse van een vriend(in) in iemand anders als een persoonlijk falen (Selman & Schultz, 1990). Jaloezie zal dan ook vaker voorkomen wanneer adolescenten het gevoel hebben dat de derde partij, 'the interloper', bedreigend is voor de kwaliteit, sterkte en overleving van hun eigen vriendschappen (Parker et al., 2005). Verder is aangetoond dat 'populair zijn' het risico op jaloezie binnen

vriendschappen verhoogt, aangezien het verlies van een vriend daar een verlies in populariteit kan zijn (Kraft & Mayeux, 2016; Marks, Cillessen, & Crick, 2012).

Tot slot is er een link tussen romantische relaties en het ervaren van jaloezie onder vrienden. Romantische relaties zijn een onderdeel van de ontwikkeling van adolescenten en komen dus vaak voor in die levensfase (Collins, Welsh, & Furman, 2009). Onder vrienden kan het als verwaarlozend aanvoelen wanneer een vriend meer tijd doorbrengt met zijn romantische partner (Connolly & Goldberg, 1999). Daartegenover staat dat er een groei in vriendschapskwaliteit waarneembaar is als de romantische partner goed kan opschieten met die vrienden. Ook omgekeerd, kunnen vrienden de romantische relaties beïnvloeden (Flynn et al., 2014).

2.2. ALTIJD ONLINE

In 2018 gaf 45% van de jongeren aan dat ze bijna permanent online waren, wat bijna een verdubbeling is tegenover 2014-2015 (Anderson & Jiang, 2018). Het fenomeen van altijd geconnecteerd zijn, of 'anytime-anyplace connectivity', kan zorgen voor afleiding van belangrijke offline activiteiten. Verschillende vormen van digitale technologie en sociale media zijn namelijk op elk uur van de dag en op elke mogelijke locatie beschikbaar (LaRose, Connolly, Lee, Li, & Hales, 2014; Richtel, 2010; Vanden Abeele et al., 2017). Jongeren kunnen dan ook altijd en overal met hun vrienden in contact zijn op zelf gekozen tijdstippen (Vanden Abeele et al., 2017). Het altijd online zijn, zorgt er verder voor dat mensen doorheen de dag hun mobiele telefoon systematisch checken op gemiste berichten of gesprekken (Walsh, White, & Young, 2008, 2010). Men houdt de mobiele telefoon dan altijd in de dichte nabijheid zonder die ook effectief te gebruiken (Turkle, 2017; Walsh & White, 2006; Walsh et al., 2010).

Een ander fenomeen is dat van 'Alone Together', wat stelt dat het altijd geconnecteerd zijn met de online wereld zorgt voor isolatie in de offline wereld. Bovendien krijgen online interacties steeds vaker de voorkeur op offline interacties, waardoor in contact blijven via toestellen met een sociaal netwerk belangrijker is dan fysiek samen te zijn (LaRose et al., 2014; Turkle, 2017).

Bij deze fenomenen spreken we over een 'connection overload', dewelke afkomstig is uit een 'information overload'. Hier wordt te veel informatie ontvangen en wordt de mogelijkheid tot informatieverwerking overschreden (Eppler & Mengis, 2004; LaRose et al., 2014). Deze 'overload' zorgt mogelijks voor negatieve gevolgen zoals stress of angst en het gevoel van gemiste kansen (Eppler & Mengis, 2004; LaRose et al., 2014).

De positie die technologie en technologie-gemedieerde communicatie inneemt kan dus zowel positief als negatief zijn. Hierdoor dienen potentiële gevaren van het altijd geconnecteerd (willen) zijn ook bekeken te worden (Przybylski, Murayama, DeHaan, & Gladwell, 2013). Ook

de internet-paradox stelt dat internetgebruik, ondanks de toegenomen sociale en communicatieve mogelijkheden, negatieve psychosociale effecten zoals eenzaamheid en depressie met zich meebrengt. Anderzijds tonen studies aan dat deze effecten ook omgekeerd en dus positief kunnen zijn (Kraut et al., 2002; Kraut et al., 1998; Rosen, Whaling, Rab, Carrier, & Cheever, 2013). Hierbij moet telkens rekening gehouden worden met individuele verschillen bij respondenten, denk maar aan introverten versus extraverten, die andere effecten ondervinden (Bessiere, Kiesler, Kraut, & Boneva, 2008; Valkenburg & Peter, 2013).

2.2.1. POSITIEVE EFFECTEN

Media- en technologiegebruik brengen ook positieve effecten met zich mee. Het ervaren van deze positieve aspecten heeft er de afgelopen jaren voor gezorgd dat de mobiele telefoon een belangrijk onderdeel van jongeren hun levensstijl is geworden (Apestaartjaren, 2018; Walsh & White, 2006). De jongeren geloven hierdoor zelf in het positieve effect en geven aan dat hun mobiele telefoon helpt om makkelijk te communiceren, direct beschikbaar te zijn en zich veilig te voelen (Walsh & White, 2006).

Sociale media zorgt voor een toegenomen mogelijkheid tot interactie en voor toegang tot informatie over activiteiten en evenementen (Przybylski et al., 2013). Dit leidt tot positieve effecten bij de opbouw van een sociaal netwerk en het communiceren hiermee (Walsh & White, 2006). Zo zullen internetgebruikers online vriendschappen opbouwen die ze nadien offline verderzetten. Omgekeerd onderhoudt men offline ontstane vriendschappen via sociale media (Kraut et al., 2002). Een reden dat relaties makkelijker online op te starten zijn, is de laagdrempeligheid en relatieve anonimiteit van het eerste contact (Ben-Ze'ev, 2005; Srivastava, 2005). Daarenboven kan intimiteit zich in online contacten op enkele dagen of weken ontwikkelen, terwijl het offline maanden of jaren kan duren om bepaalde informatie te delen (Ben-Ze'ev, 2005). Ook binnen ouder-kindrelaties is de communicatie verbeterd doordat werkende ouders makkelijker in contact blijven met hun kinderen (Mathews, 2004). Tot slot zorgt communicatie via het internet voor minder geografische barrières doordat men iedereen kan contacteren, onafhankelijk van de plaats waar men zich bevindt op dat moment (LaRose et al., 2014; Peters, Almekinders, van Buren, Snippers, & Wessels, 2003; Vanden Abeele et al., 2017).

De toegenomen mogelijkheden tot interactie hebben er daarnaast voor gezorgd dat jongeren zich meer verbonden voelen met elkaar. Zo voelde 4 op de 10 Vlamingen jonger dan 35 zich in 2018 meer verbonden dankzij sociale media (Vanhaelewyn & De Marez, 2018). Ook een andere studie uit 2015 toont aan dat 59% van de tieners, met ervaring in relaties, aangeeft zich meer geconnecteerd te voelen met belangrijke personen in hun leven door sociale media. Bovendien zegt 44% van hen dat ze hierdoor het gevoel hebben emotioneel dichterbij hun

romantische partner te staan (Lenhart, Smith, & Anderson, 2015). Die verbondenheid, afkomstig uit bijvoorbeeld het sturen van berichten, heeft een positief effect op de kwaliteit van vriendschappen (Antheunis et al., 2016; Valkenburg & Peter, 2007). Meer tijd op sociale media gaat volgens Antheunis et al. (2016) dan ook gepaard met meer vrienden en met een groter gevoel van verbondenheid met deze vrienden. Een eerste mogelijke verklaring voor die hogere vriendschapskwaliteit is dat digitale technologieën aanmoedigen om te communiceren met vrienden (Alison Bryant, Sanders-Jackson, & Smallwood, 2006; Valkenburg & Peter, 2007). Een andere verklaring is die van zelfonthulling, waarbij jongeren door online communicatie aangemoedigd worden om persoonlijke informatie te delen (Valkenburg & Peter, 2009). Bovendien beschikt sociale media over enkele voordelen die voor de doelgroep van jonge adolescenten extra aantrekkelijk zijn. Het is goedkoop, makkelijk om te communiceren en het kan op verschillende manieren, zoals het sturen van privéberichtjes of het geven van likes (Antheunis et al., 2016).

Tot slot kan het gebruik van sociale media een positief effect hebben op het psychosociaal welzijn bij bepaalde groepen van jongeren (LaRose et al., 2014). Het is belangrijk hierbij te benadrukken dat deze positieve effecten tot uiting komen bij extraverte personen, maar niet bij introverte personen. Extraverte personen gebruiken het internet namelijk meer om te communiceren met vrienden en familie. Bij hen brengt het gebruik van internet een stijging in welbevinden met zich mee. Dit uit zich in minder eenzaamheid en een verhoogd zelfvertrouwen (Bessiere et al., 2008). Hier wordt het 'rich get richer-model', dat stelt dat sociale mensen ook meer sociaal voordeel zullen halen uit internetgebruik, toegepast (Yang & Brown, 2013). Tot slot is aangetoond dat jonge vrouwen een verhoogd gevoel van veiligheid ervaren door het gebruik en het in de nabijheid hebben van hun mobiele telefoon zodoende te kunnen ingrijpen in noodsituaties (Carroll, Howard, Peck, & Murphy, 2002; Walsh & White, 2006).

2.2.2. DIGITALE DRUK/STRESS

Onderzoek bij universiteitsstudenten toonde aan dat, ondanks de positieve effecten, het altijd bereikbaar zijn ook stress met zich meebrengt (Vorderer et al., 2016). Steeds meer onderzoek toont aan dat digitale stress een belangrijke factor is in de relatie tussen digitaal mediagebruik en psychosociale uitkomsten bij jonge adolescenten (LaRose et al., 2014). De literatuur definieert het concept op verschillende manieren. Enerzijds beschrijven Hefner & Vorderer (2016, p. 237) digitale stress als: "*Stress resulting from a strong and perhaps almost permanent use of information and communication technology that is triggered by permanent access to an inconceivable amount and diversity of (social) content*". Anderzijds wordt digitale stress ook omschreven als "*the subjective experience of an event, condition or stimulus (i.e., a "stressor") in the context of the individual's social and relational contexts and coping*".

resources” (Steele et al., 2019, p. 3). Het verschil tussen beide definities ligt voornamelijk bij de focus op het subjectieve aspect. Zo zal volgens de tweede definitie digitale druk niet automatisch ontstaan bij iedereen, door bijvoorbeeld het krijgen van veel notificaties, maar is het afhankelijk van de subjectieve respons op de stimulus (Hefner & Vorderer, 2016; Steele et al., 2019). Digitale stress is hier dus een interfererende variabele in de relatie tussen mediagebruik en de effecten ervan (Hefner & Vorderer, 2016).

Vier componenten die gerelateerd zijn aan ‘digitale stress’ maken het begrip duidelijk, namelijk: 1) stress door beschikbaarheid (availability stress), 2) aanvaardingsangst (approval anxiety), 3) schrik om iets te missen (fear of missing out) en 4) het teveel aan connecties ervaren (connection overload) (Steele et al., 2019).

De eerste component van digitale stress is stress door beschikbaarheid (availability stress). Dit houdt in dat men stress kan ervaren vanuit het altijd beschikbaar (moeten) zijn via mobiele toestellen (Steele et al., 2019). Bij jonge adolescenten wordt namelijk effectief verwacht dat vrienden constant beschikbaar zijn. Dit werd reeds eerder besproken als zijnde ‘anytime-anyplace connectivity’. Permanente beschikbaarheid komt het meest voor wanneer er geen face-to-face gesprekspartner aanwezig is en de smartphone dit tekort opvangt. Toch willen smartphonegebruikers ook geconnecteerd zijn als er wel anderen in de buurt zijn, zoals bijvoorbeeld op school. Jonge adolescenten geven verder vaak de voorkeur aan online contacten, ondanks de face-to-face interactie op dat moment (Vorderer et al., 2016).

Het zien van blauwe vinkjes op WhatsApp of de gelijkaardige gezien-functie op Facebook kunnen deze drang tot snel antwoorden aanmoedigen (Mai, Freudenthaler, Schneider, & Vorderer, 2015). Zo is aangetoond dat 85% van de volwassenen die actief zijn op sociale media sneller antwoorden wanneer de gezien-functie is geactiveerd. Men vindt het namelijk onbeleefd om niet meteen te antwoorden als de verzender kan zien dat zijn bericht reeds werd gelezen. Ook weet men niet altijd hoe hoog de verwachtingen van de tegenpartij zijn (Mai et al., 2015; Van Ouytsel et al., 2019; Vorderer et al., 2016). In het onderzoek van Vorderer et al. (2016) gaven de respondenten aan dat binnen romantische relaties copingstrategieën gebruikt worden om niet meteen te moeten antwoorden, zoals het niet-openen van een bericht.

Een tweede component van digitale stress is aanvaardingsangst (approval anxiety). Dit betekent dat men zich zorgen maakt over de goedkeuring van anderen bij het plaatsen van content zoals foto’s en berichten (Steele et al., 2019). Zo zouden oorzaken van digitale stress kunnen liggen in het krijgen van negatieve feedback of in de afwijzing van een vriendschapsverzoek (LaRose et al., 2014). De studie van Walsh et al. (2010) toont daarenboven aan dat het ontvangen van goedkeuring van anderen voorspelt hoe betrokken jongeren zijn in hun mobiele telefoongebruik.

Als derde component van digitale stress bestaat ook de angst om iets te missen (fear of missing out) en het bijgevolg ervaren van stress als men het gevoel heeft niet voldoende op de hoogte te zijn via sociale media (Steele et al., 2019). De studie van Przybylski et al. (2013) zegt dan ook dat de 'fear of missing out' ontstaat vanuit het verlangen om op de hoogte te zijn van wat anderen doen. Dit fenomeen is voorts het meest zichtbaar bij jongeren, en is een belangrijke factor bij het verklaren van hun betrokkenheid in sociale media (Przybylski et al., 2013).

Ten vierde krijgen jongeren digitale stress door de vele berichten en notificaties die op hun toestellen verschijnen (connection overload) (Steele et al., 2019). Dit leidt tot het systematisch checken van de mobiele telefoon zodoende zich van mogelijke gemiste berichten of oproepen te vergewissen zonder dat ze hun mobiele telefoon daadwerkelijk gebruiken (Walsh et al., 2010). Het wordt na verloop van tijd als het ware een gewoonte om even naar de mobiele telefoon te kijken (Oulasvirta, Rattenbury, Ma, & Raita, 2012). Sommige jonge adolescenten zijn bijgevolg extreem gehecht aan hun mobiele telefoon (Walsh et al., 2008).

2.2.3. NEGATIEVE EFFECTEN

Digitale druk zal bepalen of er negatieve effecten worden ervaren door mediagebruik en is dus een interfererende variabele (Hefner & Vorderer, 2016). Overkoepelend gezien zegt de literatuur dat, ondanks de positieve effecten die kunnen optreden bij internetgebruik, er voldoende bewijs is om te spreken van een (beperkte) negatieve impact op het psychologisch welzijn (Huang, 2010; LaRose et al., 2014; Shensa et al., 2017). Bovendien zijn de jongeren van nu de eersten die opgegroeid zijn met de verwachtingen altijd geconnecteerd te (moeten) zijn. Dit zorgt ervoor dat ze vloeiend omgaan met digitale media, maar dit brengt ook nieuwe onzekerheden en moeilijkheden met zich mee (Turkle, 2017).

Internetgebruik werd in sommige studies dan ook geassocieerd met een inperking van communicatie en een beperkter offline sociaal netwerk. Ook een verminderde levenskwaliteit door verhoging van depressieve gevoelens en eenzaamheid komt in bepaalde situaties naar voor (Huang, 2010; LaRose et al., 2014; Shensa et al., 2017). De studie van Shensa et al. (2017) geeft bijvoorbeeld aan dat internetgebruik een passieve activiteit is die ervoor zorgt dat er minder tijd is voor echte sociale interacties, en dat er bij online interacties minder sterke banden te zien zijn. De negatieve effecten worden in deze studie echter genuanceerd door een onderscheid te maken tussen 'gebruik van sociale media' en 'problematisch gebruik van sociale media'. Volgens hen is er enkel een risico voor het welzijn als er sprake is van problematisch mediagebruik. Niet de hoeveelheid, maar wel de manier waarop jongeren sociale media gebruiken is dan van belang. Van problematisch mediagebruik wordt gesproken als men vaak denkt aan sociale media, als men het gebruikt om problemen te vergeten, als

men een drang voelt om het te gebruiken of als het een negatieve impact heeft op studies of werk (Shensa et al., 2017, p. 152; eigen vertaling). Ook het type internetgebruik, internetkwaliteit, leeftijd en geslacht zijn bepalend voor het ervaren van negatieve effecten, waardoor generalisering moeilijk is (Huang, 2010).

Slaapstoornissen kunnen bovendien ook in de hand gewerkt worden door het ervaren van digitale druk en het altijd bereikbaar willen zijn. Jongeren nemen hun mobiele telefoon vaak mee naar bed om ervoor te zorgen dat ze geen binnenkomende berichten of oproepen missen (Van den Bulck, 2003). Daarenboven zijn adolescenten door mediagebruik vlak voor het slapengaan minder rustig en gaan ze later naar bed wat zorgt voor minder uren slaap (Cain & Gradisar, 2010). Blootstelling aan blauw en fel licht van schermen tijdens avonduren zorgt bovendien voor minder aanmaak van melatonine met een verstoord slaapritme tot gevolg (Higuchi, Motohashi, Liu, & Maeda, 2005). Dit alles leidt ertoe dat meer gebruik van sociale media geassocieerd is met een slechtere slaapkwaliteit, en dit verband wordt enkel sterker als er sociale media gebruikt wordt tijdens de avond- en nachturen in bed (Woods & Scott, 2016).

Tot slot is aangetoond dat jonge adolescenten die hun mobiele telefoon veel gebruiken ook geloven dat het gebruik ervan binnen hun sociale netwerken geaccepteerd gedrag is (Walsh & White, 2006). Dit is niet altijd zo en daardoor kunnen frustraties ontstaan bij de gesprekspartner die soms wel nog offline interacties verkiest (Turkle, 2017). Phubbing, het gebruiken van de smartphone tijdens offline conversaties met anderen, komt dan ook vaker voor bij adolescenten die schrik hebben om dingen uit de online wereld te missen (Franchina, Vanden Abeele, Van Rooij, Lo Coco, & De Marez, 2018). Bovendien kan de verwachting van altijd geconnecteerd te moeten zijn ervoor zorgen dat jongeren ook online blijven op momenten dat ze dit beter niet zouden doen. Voorbeelden hiervan zijn gsm-gebruik tijdens het rijden of tijdens de les (Brace, Young, & Regan, 2007; Przybylski et al., 2013; Walsh & White, 2006).

2.3. THEORETISCH KADER: USES & GRATIFICATIONS THEORIE

Zoals eerder besproken hebben digitale technologieën en sociale media een invloed op hoe vriendschappen bij adolescenten vandaag bestaan. Ze kunnen digitale druk veroorzaken en leiden tot negatieve effecten. Om te begrijpen waarom de jongeren bepaalde media gebruiken in vriendschapsrelaties en welke behoeften zij hierbij vervuld willen zien, doen we in dit onderzoek beroep op de Uses and Gratifications (U&G) theorie.

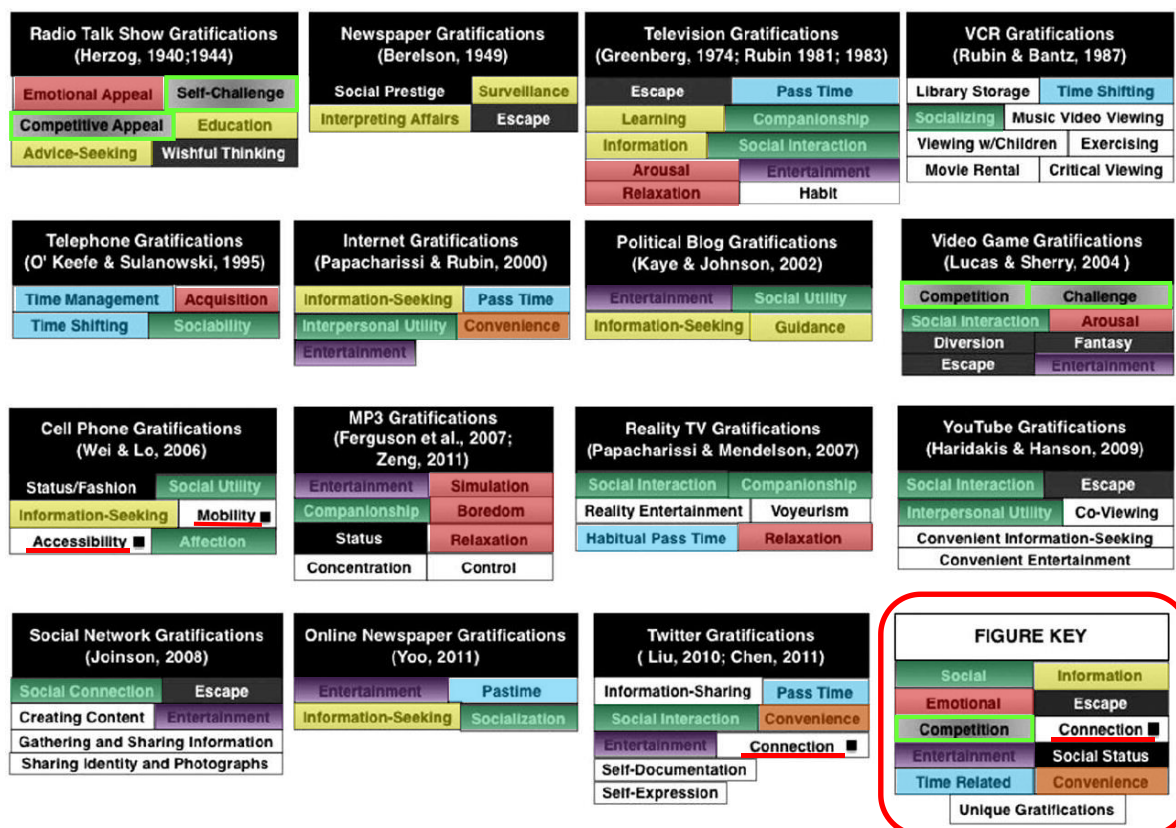
De theorie stelt dat gebruikers almachtig zijn en actief een medium selecteren om doelbewust een bepaalde behoefte te vervullen. Men stelt zich hier dus de vraag waarom mediagebruikers bepaalde media gebruiken en waarvoor (Katz, Blumler, & Gurevitch, 1973; Katz, Haas, & Gurevitch, 1973; Palmgreen, Wenner, & Rayburn, 1980; Rubin, 1983; Sundar & Limperos, 2013). Er zijn twee types behoeften die met elkaar verbonden moeten zijn om te beslissen of

men bevredigd is en of het mediagebruik al dan niet wordt verdergezet. Enerzijds zijn er behoeften die men wil vervullen en die een motivatie zijn om media te gebruiken, dit zijn de 'sought gratifications'. Anderzijds spreekt men van 'obtained gratifications'. Dit zijn de behoeften die effectief vervuld zijn door het gebruik van media (Palmgreen, Wenner, & Rayburn, 1981; Palmgreen et al., 1980; Sundar & Limperos, 2013).

De afgelopen decennia zijn er veel vormen van media ontstaan, zoals sociale media, waarbij de vraag werd gesteld of dit ook nieuwe drijfveren en vervulde behoeften met zich meebracht. Na een review doorheen de tijd van verschillende mediavormen zien we in figuur 1 dat er een grote overlap is tussen verkregen behoeften bij oude en nieuwe media. Echter, wanneer er nieuwe technologieën voorhanden zijn, ontstaan er nieuwe behoeften. Zo was connectie een nieuwe behoefte bij de opkomst van de gsm. Bovendien worden bepaalde behoeften specifiek bij nieuwere media (Sundar & Limperos, 2013).

Aangezien dit onderzoek zich richt op digitale technologie en sociale media binnen vriendschapsrelaties, kijken we voornamelijk naar de sociale behoeften zoals sociale connectie, sociale interactie en affectie. Interpersoonlijke behoeften zoals het delen van een identiteit en zelfexpressie zijn ook belangrijk. Tot slot speelt het vergaren en delen van informatie een rol in de motivatie tot mediagebruik bij adolescenten, zoals wanneer ze zoeken naar nieuwe vriendschappen of vrienden willen controleren bij jaloezie.

Figuur 1
Gratifications Obtained from New Media (1940-2011) (Sundar & Limperos, 2013)



3. PROBLEEMSTELLING EN ONDERZOEKSVRAGEN

Vanuit de kennis uit de literatuurstudie bestudeert dit onderzoek de volgende centrale vraag:

“In welke mate ervaren jonge adolescenten binnen hun vriendschapsrelaties digitale druk door het gebruik van digitale technologie en sociale media?”

Bijna 45% van de jongeren gaven in 2018 aan dat ze bijna permanent online waren (Anderson & Jiang, 2018). Dit brengt met zich mee dat men veel tijd spendeert aan digitale technologie en het een belangrijke rol speelt in hun sociaal leven (Antheunis et al., 2016). Dit onderzoek stelt zich de vraag welke impact deze veranderende en toenemende digitalisering heeft op jongeren en wat ervoor zorgt dat men digitale druk ervaart. Bovendien is gebleken dat er een positieve relatie is tussen sociale media en vriendschapskwaliteit. Dit verband is echter niet lineair, want wanneer men meer dan 40 uren per week sociale media gebruikt is er geen positief effect meer waarneembaar (Antheunis et al., 2016). Dit is belangrijk om mee te nemen, want wanneer wegen de positieve effecten niet meer op tegen de negatieve en ontstaat er een vorm van digitale druk? Verder is aangetoond dat men binnen hechte vriendschappen tijdens de adolescentie op zoek is naar exclusiviteit (Kraft & Mayeux, 2016). Zorgt dit ervoor dat bepaalde vrienden ook voorkeur krijgen op anderen, of dat jongeren enkel druk voelen bij een bepaalde categorieën van vrienden? Dit alles leidt naar een eerste onderzoeksvraag.

OV1: Wat zijn de oorzaken voor het ervaren van digitale druk?

Deelvraag 1a: Wat zijn de drijfveren om al dan niet snel te reageren op een bericht of een melding?

Deelvraag 1b: Bij welke vrienden voelt men al dan niet digitale druk?

Ondanks de positieve effecten die kunnen optreden bij internetgebruik, is er overkoepelend gezien een (beperkte) negatieve impact waarneembaar op het welzijn van jongeren (Huang, 2010; LaRose et al., 2014; Shensa et al., 2017). We stellen ons de vraag hoe jonge adolescenten hiermee omgaan en welk gevoel ze ervaren door de negatieve effecten afkomstig uit digitale druk. Ook gaven respondenten aan in onderzoek van Vorderer et al. (2016) dat ze binnen romantische relaties copingstrategieën gebruiken om niet meteen te moeten antwoorden naar hun partner. Deze studie zal onderzoeken of men ook in vriendschapsrelaties bepaalde copingstrategieën gebruikt om digitale druk tegen te gaan. Een tweede onderzoeksvraag zal peilen naar deze aspecten.

OV2: Hoe gaan jonge adolescenten om met het voelen van digitale druk?

Deelvraag 2a: Wat is de gepercipieerde impact op hun mentale gezondheid?

Deelvraag 2b: Gebruikt men specifieke copingstrategieën om met deze digitale druk om te gaan?

De doelgroep in dit onderzoek zijn de eersten die zijn opgegroeid met de verwachtingen van altijd geconnecteerd te (moeten) zijn. Dit zorgt voor een gedegen kennis van technologie, maar zorgt ook voor nieuwe onzekerheden en moeilijkheden (Turkle, 2017). Selman (1990) beschreef dat jaloezie onder vrienden stijgt bij jonge adolescenten en dat zij zich meer vergelijken met de derde partij waartegenover jaloezie ontstaat. Men ziet interesse van een vriend(in) in iemand anders als een persoonlijk falen. In het huidig onderzoek bestuderen we in welk mate digitale media, net zoals in romantische relaties (Lucero et al., 2014; Rueda et al., 2015; Van Ouytsel et al., 2016; Van Ouytsel et al., 2019), invloed heeft op jaloezie of andere conflicten binnen vriendschappen. De helft van de jonge adolescenten weet bovendien het paswoord van zijn/haar beste vriend(in), voornamelijk als teken van wederkerig vertrouwen (Van Ouytsel, 2019). Binnen dit onderzoek zullen we meer in detail proberen te achterhalen waarom jongeren paswoorden delen met vrienden. Wordt het impliciet verwacht dat je je paswoord deelt als teken van vriendschap? De derde onderzoeksvraag zal dit onderzoeken.

OV3: Welke conflicten en daaruit voortvloeiende regels ontstaan er door het ervaren van digitale druk?

Deelvraag 3a: Spelen digitale media een rol in het ontwikkelen van jaloezie binnen vriendschapsrelaties?

Deelvraag 3b: Welke verwachtingen ten aanzien van privacy (delen van paswoorden) op digitale media bestaan er binnen vriendschapsrelaties?

Uit de literatuurstudie is bovendien gebleken dat er bij de doelgroep van jonge adolescenten nog explorerend onderzoek diende te gebeuren om de onderzoeksvragen te kunnen beantwoorden. De meest aangewezen methode om de onderzoeksvragen te beantwoorden waren focusgroepen. Dit om de focus dicht bij de betrokkenen zelf te leggen en sociale processen vanuit de leefwereld van jonge adolescenten te bekijken en mee te nemen in het onderzoek (Mortelmans, 2018). In het methodologisch plan zal meer informatie gegeven worden over de methode en aanpak hiervan.

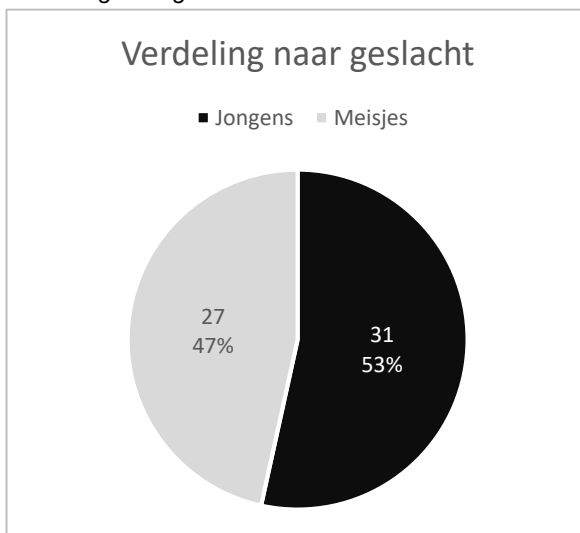
4. METHODOLOGISCH PLAN

4.1. DEELNEMERS

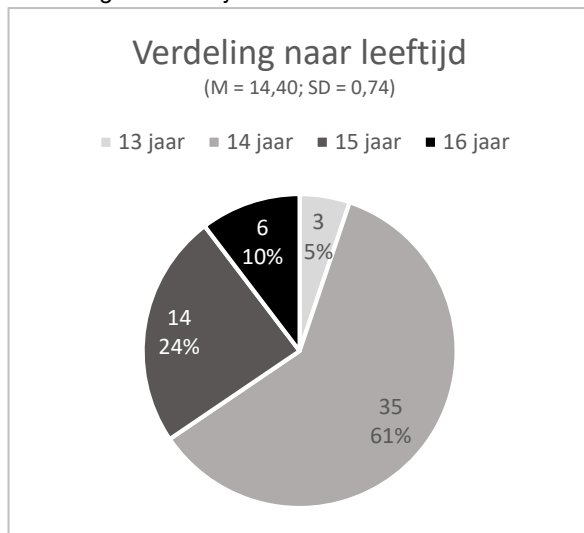
De respondenten in dit onderzoek waren leerlingen van 13 tot 15 jaar uit het tweede en derde middelbaar. Per uitzondering namen er ook enkele 16-jarigen deel. Deze waren iets ouder dan de typische jongeren uit het derde middelbaar omdat ze al eens een jaar hadden moeten overdoen. In totaal namen 58 jongeren deel ($n = 31$ mannelijk; 53%; $n = 27$ vrouwelijk; 47%). De gemiddelde leeftijd van de respondenten was 14,40 jaar ($SD = 0,74$). Elke focusgroep werd gemodereerd door de masterstudente en duurde ongeveer 45 minuten (één lesuur); minimum 27 minuten en maximum 65 minuten. Een focusgroep bestond uit vier tot tien leerlingen, aangezien dit de ideale groeps grootte voor non-commerciële onderwerpen benadert (Krueger & Casey, 2009). De leerlingen kregen tijdens de focusgroepen telkens een drankje en koekjes.

Figuren 2 en 3 geven visueel een overzicht van de kenmerken bij de deelnemers.

Figuur 2
Verdeling naar geslacht



Figuur 3
Verdeling naar leeftijd



De leerlingen werden gerekruteerd in samenwerking met twee middelbare scholen uit Oost-Vlaanderen. Er werd gekozen voor deze afgebakende doelgroep van jonge adolescenten met homogene kenmerken op basis van leeftijd (Krueger & Casey, 2009) vanwege de specifieke eigenschappen die zij bezitten en vanwege het feit dat dergelijk explorierend onderzoek bij deze doelgroep nog niet was gevoerd. Om tot de vooropgestelde doelstelling van minimaal tien focusgroepen te komen, werd per school een strategie uitgewerkt.

Bij de eerste school werden zeven focusgroepen vastgelegd tijdens de lessen levensbeschouwing begin maart 2020, waarvan er uiteindelijk vijf doorgingen. In totaal konden op die manier 30 leerlingen uit deze school worden bereikt. Op de tweede school gaf de directie de toestemming om minimaal zes focusgroepen te organiseren bij leerlingen van het derde secundair in maart 2020, waarvan er uiteindelijk vijf doorgingen. De afname op deze

school gebeurde tijdens de (onverwachte) studiemomenten van verschillende klasgroepen. Tijdens een afgesproken periode gaf de verantwoordelijke elke ochtend door wanneer er studie was voor een klas uit het derde, waarna een deel van de leerlingen uit de studie deelnam. In totaal konden op die manier 28 leerlingen uit deze school worden bereikt. Oorspronkelijk werden er in totaal dus dertien focusgroepen ingepland, waarvan er tien afgenomen werden door annulering vanwege het Covid-19 virus halverwege maart. Alsnog werd een gevoel van verzadiging van de gegevens wel bereikt, wat erop wijst dat voldoende focusgroepsgesprekken zijn afgenomen (Krueger & Casey, 2009).

4.2. VRAGENLIJST

Binnen de focusgroepen werden telkens dezelfde vragen beantwoord middels een semi-structureerde vragenlijst als leidraad (Mortelmans, 2018). De vragenlijst werd opgemaakt vanuit de aanbevelingen en structuur van Krueger en Casey (2009) op een zodanige manier dat de onderzoeksvragen, opgesteld vanuit de literatuur, zouden worden beantwoord. Hierbij lag de focus op het verkrijgen van ideeën, zienswijzen en gevoelens rond het thema (Krueger & Casey, 2009). De vragenlijst werd gefinaliseerd op basis van aanbevelingen van de promotor.

In februari werd een pretest uitgevoerd van de oorspronkelijke vragenlijst met drie jongeren uit de doelgroep om de vragenlijst uit te testen en eventuele essentiële wijzigingen door te voeren. Bijgevolg werden er enkele vragen geoptimaliseerd. Ten eerste werd de focus in verschillende vragen nog specifiekier gelegd op de doelgroep jongeren en sociale media aangezien het gegeven antwoord in de pretest soms te breed was voor dit onderzoek. Ten tweede werd het woord 'stress' in de transitvraag vervangen door 'frustratie/irritatie' omdat de jongeren aangaven dat 'stress' soms een te groot woord was. In een bijvraag wordt dan nadien pas naar effectieve stress gevraagd. Ten derde werd de waar/niet waar vraag omgevormd naar 'wat is jullie mening over' zodoende te vermijden dat er in termen van juiste en foute antwoorden zou worden gedacht. Tot slot werden er in de bijvragen ook meer specifieke voorbeelden toegevoegd waar jongens zich mee kunnen identificeren, zoals hun sociale relaties tijdens videogames. Dit omdat in de pretest duidelijk werd dat zij hierdoor sneller antwoorden kunnen bedenken.

De definitieve vragenlijst (bijlage 9.2) bestond uit een inleiding, openingsvraag, introductievraag, transitvraag, enkele sleutelvragen en twee eindvragen. Na het verschaffen van een inleiding en het overlopen van de ethische richtlijnen, startte de focusgroep met een openingsvraag die elke respondent (en de moderator) vroeg naar zijn/haar favoriete sociale media-app op de smartphone. De bedoeling hiervan was om iedereen aan het woord te laten en het ijs te breken. Nadien volgde de introductievraag die de effectieve opening was van het onderzoek. Er werd gevraagd naar wat zij denken dat in het algemeen allemaal frustratie en

irritatie kan veroorzaken bij jongeren. Na de transitvraag, die peilde naar de oorzaken van frustraties/irritaties door het gebruik van sociale media of technologie, kwamen de sleutelvragen aan bod die een antwoord zochten op de verschillende onderzoeksvragen. Specifiek werd er gevraagd naar drijfveren om snel te reageren, het omgaan met digitale druk en eventuele copingstrategieën, en ervaringen met conflicten en risicogedrag. Het focusgroepsgesprek werd afgesloten met twee eindvragen waarmee we enerzijds trachtten na te gaan waar de jongeren het meeste gewicht aan gaven in het gesprek, en anderzijds wilden we controleren of er vanuit hun oogpunt niets vergeten was in de vragenlijst.

Zoals gebruikelijk bij een focusgroepsgesprek met een semigestructureerde vragenlijst (Krueger & Casey, 2009), werden sommige vragen eerder of later beantwoord afhankelijk van hoe het gesprek automatisch verliep. De student zorgde er als moderator voor dat de verschillende elementen aan bod kwamen door het gesprek te sturen en gerichte bijvragen te stellen met betrekking tot de verhalen van de jongeren. Ook vertelden de jongeren soms eigen verhalen die niet concreet gelinkt waren aan een specifieke vraag maar wel relevant konden zijn voor het onderzoek.

4.3. DANA-ANALYSE

De focusgroepsgesprekken werden allemaal opgenomen door middel van een video-opname zodoende de data nadien te kunnen analyseren. Om de data te analyseren werden enkele stappen doorlopen, grotendeels zoals wordt beschreven door Mortelmans (2018) en Van Ouytsel et al. (2018; 2016).

Vooreerst werden de focusgroepen verbatim getranscribeerd in Microsoft Word. Dit als kennismaking met het materiaal waardoor de data uit het geheugen ook effectief analyseerbaar gemaakt werd. Om de anonimiteit van de respondenten te garanderen, werden hun namen bij de transcripties vervangen door een lettercode (vb. R1, R2), alsook de focusgroep zelf kreeg een code (vb. FG01). De moderator werd benoemd met de letter M. Van de tien focusgroepen werden er negen verbatim getranscribeerd. Eén focusgroep werd niet getranscribeerd aangezien deze jongerengroep niet goed meewerkte en veel lacherige opmerkingen maakte. Deze beslissing werd in overleg met de promotor genomen om de resultaten niet te vertekenen met hun antwoorden en de datakwaliteit te garanderen. Dit zorgt ervoor dat de data van 51 leerlingen ($n = 24$ mannelijk; 47%; $n = 27$ vrouwelijk, 53%) uit het tweede en derde middelbaar ($M = 14,35$ jaar; $SD = 0,74$) effectief werd geanalyseerd. Na het transcriberen werd de data nog gecontroleerd door de promotor, waarna de video-opnames definitief werden verwijderd.

In een eerste fase van de analyse werden er vier uiteenlopende focusgroepen geselecteerd om open en axiaal te coderen in Nvivo 12. Dit om een eerste structuur aan te brengen en op

basis daarvan een codeerschema op te stellen. Dit gebeurde door 'nodes' te linken aan alle relevante stukken tekst en deze nadien verder samen te brengen onder 'parent nodes' of hoofdconcepten. Deze structuur werd verder gebruikt om de andere focusgroepen te coderen. Tijdens het coderen van de andere focusgroepen werd het codeerschema beperkt aangevuld met zes extra 'nodes', bijvoorbeeld wanneer een extra copingstrategie of oorzaak van stress werd aangegeven die nog niet aan bod kwam in de eerste vier focusgroepen. Aan de structuur en de 'parent nodes' werd echter niets meer veranderd. Gezien het exploratief karakter van het onderzoek, werd het codeerschema aldus inductief opgebouwd vanuit de data.

4.4. ETHISCHE PROCEDURES

Met de ethische richtlijnen en procedures werd in alle fasen van dit onderzoek rekening gehouden. Hiervoor werd een aanvraag bij de Ethische Adviescommissie Sociale en Humane Wetenschappen van de Universiteit Antwerpen ingediend door de promotor. Deze aanvraag werd goedgekeurd (SHW_19_63).

Voorafgaand aan de focusgroepsgesprekken ontvingen de ouders een uitgebreide informatiebrief, verstuurd vanuit de school, met informatie, richtlijnen, rechten, enzovoort. Bovendien werd aan de ouders van de leerlingen uit het derde middelbaar (14+) passieve goedkeuring gevraagd, ruim voor aanvang van de focusgroepen. Op die manier konden zij reageren als ze niet wensten dat hun zoon/dochter meewerkte aan het onderzoek. Aan de ouders van de leerlingen uit het tweede middelbaar (13- en 14-jarigen) werd naar actieve goedkeuring gevraagd door middel van strookjes. Op die manier handelden we volgens de laatste ethische richtlijnen. Er werd gekozen voor dit onderscheid om de studie praktisch haalbaar te houden voor de scholen en de masterstudente.

De leerlingen zelf ontvingen midden februari een aantrekkelijke informatiefolder om hen te enthousiasmeren voor het onderzoek (Bijlage 9.1). Net voor de afname van een focusgroep ontvingen alle deelnemers bovendien een uitgebreid informatiedocument dat ook mondeling werd toegelicht door de masterstudente. Hierna konden de deelnemers het toestemmingsformulier invullen waarmee zij bevestigden vrijwillig te willen meewerken en op de hoogte te zijn van de nodige informatie.

5. RESULTATEN

De resultatensectie van dit onderzoek is onderverdeeld op basis van de onderzoeksvragen en bestaat bijgevolg uit drie hoofdcategorieën, telkens met de bijhorende onderverdelingen. Hierna wordt in een afzonderlijk deel gekeken naar uitzonderingen op deze data.

5.1. OORZAKEN VOOR HET ERVAREN VAN DIGITALE DRUK

De eerste onderzoeksvraag in deze masterproef gaat na wat de oorzaken zijn voor het ervaren van digitale druk. Daarbij is het belangrijk om enerzijds de drijfveren te kennen van jongeren om snel te willen reageren op een berichtje. Anderzijds is het bij deze vraag ook nuttig om na te gaan of hun respons afhankelijk is van de zender en/of de ontvanger.

5.1.1. DRIJFVEREN OM SNEL TE REAGEREN

De jongeren benoemden tijdens de focusgroepsgesprekken verschillende redenen waarom men al dan niet snel reageert op een bericht, of wanneer men dit verwacht van iemand anders. Hierbij kwamen vier hoofdredenen aan bod, met soms nog een verdere specificatie. Tabel 1 geeft een overzicht van welke redenen aan bod kwamen tijdens de verschillende gesprekken.

Tabel 1
Drijfveren om snel te reageren

	Gezien-functie	“Gestalkt” worden bij niet-antwoorden			Vermijden conflict door onbegrip			Belangrijkheid en/of dringendheid inhoud
		Andere app	Opnieuw sturen	Vraagtekens sturen	Teken van vriendschap	Verliezen Streaks	Soms wél begrip	
FG1	X	X	X	X	X	X	X	X
FG2	X			X	X	X	X	X
FG3	X	X	X	X	X	X	X	X
FG4	X	X	X	X		X		X
FG5	X			X		X		X
FG6	X	X	X		X	X	X	X
FG8	X	X	X	X	X	X	X	X
FG9	X		X	X	X		X	X
FG10	X			X			X	X
TOTAAL	9	5	6	8	6	7	7	9

Gezien-functie

Een eerste reden die jongeren aangaven om snel te reageren is de zogenaamde ‘gezien-functie’. Deze functie geeft aan of een bericht al dan niet al is gelezen. In alle negen focusgroepen gaven de jongeren aan dat ze het meestal niet erg vinden dat iemand niet reageert, als het bericht nog niet is gelezen. Als ze echter zien dat een bericht is gelezen door de ontvanger, dan verwachten ze wel een antwoord en vinden ze het frustrerend als ze dat niet meteen krijgen.

FG01R4 (V, 14): *“Alleen als ze het open doen, dan krijg ik daar wat van. Dus als ze het open doen en niet reageren.”*

FG01R1 (V, 13): *“Ja, als ze het niet gelezen hebben dan kan je denken van ze zijn met iets anders bezig ofzo. Daar heb ik dan begrip voor.”*

Al bij al gaven jongeren in vijf focusgroepen aan dat ze deze functie niet zouden willen missen. Dit omdat ze het handig vinden om te zien of iemand een bericht effectief heeft gelezen en ze die persoon erop attent kunnen maken dat ze niet reageren ondanks het bericht gelezen werd. Een vrouwelijke respondent zei hierover: *“Jawel, da’s leuk om dat te zien dat die dat gezien heeft. Dan kun je kwaad worden als ze skippen. Oh, nu ga ik niet meer blij zijn. Als ze gelijk een minuut skippen dan kun je zeggen ik wacht dan wel nog efkes.”* **FG09R2 (V, 14)**. De implicatie is dat, als zij de ontvanger zijn, de afzender ook kan zien of het bericht al dan niet reeds werd gelezen. Dit is voor hen echter geen reden om de functie niet meer te gebruiken, want sommige jongeren omzeilen dit door bijvoorbeeld bewust het bericht nog niet open te klikken (zie verder: copingstrategieën).

Volgens de jongeren uit vier focusgroepen verschijnt er soms onterecht dat een bericht is gelezen door de ontvanger of lijkt iemand soms online terwijl dit niet zo is. Hierdoor ontstaat bij hen het gevoel dat ze genegeerd worden, dit benoemen ze zelf als ‘irritant’ en ‘hatelijk’. Opnieuw wijst dit erop dat men een antwoord verwacht als iemand het bericht heeft gelezen.

FG05R1 (M, 14): *“Ja want als ge bijvoorbeeld uw Instagram opent en ge sluit da nie af, dan staat da nog altijd online en dan klopt da nie.”*

FG05M: *“En is dat iets dat je ambetant vindt, dat je denkt dat iemand online is en die niet online is?”*

FG05R1 (M, 14): *“Ja, dan denk ik dat die skipt.”*

FG05M: *“En bij u, jij zei ook dat je dat merkt?”*

FG05R4 (V, 15): *“Ja, dat is echt hatelijk”*

FG05M: *“En waarom is dat hatelijk?”*

FG05R4 (V, 15): *“Ja, je wil die persoon dan iets vertellen omdat je ziet dat die online is maar dan blijkt dat die helemaal niet online is en dan antwoordt die niet en ja...”*

‘Stalken’ bij niet-antwoorden

Een tweede reden om snel te reageren, die in alle negen focusgroepen aan bod kwam, is het blijvend lastig gevallen worden als ze niet (snel genoeg) antwoorden. De jongeren benoemen dit zelf als ‘stalken’ en bedoelen hiermee dat iemand op een bepaalde manier meermaals contact blijft opnemen. Een eerste mogelijkheid van hoe ze dit doen, is door het contacteren van de persoon via een andere app. Dit kwam in vijf focusgroepen naar voor: *“Als ze niet antwoorden op Instagram dan stuur ik meestal op Messenger, en dan op snap, en als ze niet*

antwoorden dan bel ik ook gewoon of sms.”, **FG08R6 (V, 14)**. Een tweede mogelijkheid om de persoon toch tot antwoorden aan te zetten, is een nieuw bericht sturen en in sommige gevallen die persoon ook met zijn/haar gedrag te confronteren. Dit kwam in zes focusgroepen aan bod, een respondent zei hierover: *“Dan stuur ik: Ge moet niet reageren ze! En als ze dat dan skippen, hohoho!”*, **FG06R1 (V, 14)**. Tot slot kwam in acht van de negen gesprekken naar voor dat vraagtekens sturen heel frequent voorkomt als er niet geantwoord wordt.

FG10M: *“Ja, en ’t is niet dat ze dan bijvoorbeeld soms een vraagteken sturen ofzo?”*

FG10R1(V, 14) – R2 (V, 15) – R5 (V, 14): *[Knikken ja]*

FG10R2 (V, 15): *“Ja, zo twintig minuten later, vraagteken erachter.”*

FG10R1 (V, 14): *“Da gebeurt echt veel, ook al heb je het nog niet gezien.”*

Deze drie manieren van ‘stalken’ wijzen, net zoals de gezien-functie, op ongeduld en onbegrip wanneer iemand niet meteen terugstuurt. De jongeren gaven aan dat dit hen overkomt, maar gaven toe dat ze dit ook zelf doen. Ondanks dat het zo frequent voorkomt, werd duidelijk dat ze het wel storend vinden. In één focusgroep zeiden de jongeren zelfs dat ze personen die dit gedrag in extreme mate vertonen, ook echt als ‘stalkers’ benoemen.

FG04R7 (V, 15): *“Stalkers!”*

FG04M: *“Stalkers?”*

FG04R7 (V, 15): *“Ja als ze maar blijven sturen, ook al vraag je van stop met sturen of zo dit dat.”*

FG04R4 (M, 16): *“Ja er was zo een meisje bij mij die wachtte gewoon als je een bericht stuurde. Twee seconden erna had ik weer een bericht, non stop!”*

Tot slot zijn de meningen ongeveer gelijk verdeeld over hoe snel men ‘gestalkt’ wordt. Sommige jongeren zeiden dat dit vrij onmiddellijk gebeurt, zoals deze respondente: *“Meestal een minuut. Of zo direct na elkaar.”*, **FG08R6 (V, 14)**. Anderen gaven aan dat het pas na enige tijd is dat anderen vraagtekens of berichten opnieuw sturen. Het lijkt afhankelijk van de persoon en de (perceptie van) dringendheid bij de afzender van het bericht.

FG04M: *“En dat vraagteken, want jij zei te lang duurt, wat is dat dan te lang?”*

FG04R1 (V, 14): *“twee of drie uur ofzo”*

Vermijden van conflicten door onbegrip

Tot slot kwam in alle negen gesprekken aan bod dat er in verschillende situaties een zodanig onbegrip is voor het niet-reageren dat het kan leiden tot boosheid of ruzie. Het is voor jongeren dan ook een logische reactie om snel te reageren naar goede vrienden als teken van vriendschap en om conflicten te vermijden. Eén jongere zei bijvoorbeeld: *“Ik antwoord altijd naar mijn beste vriendin, ik vind dat normaal.”*, **FG01R4 (V, 14)**.

In een andere focusgroep werd het volgende gezegd:

FG01M: *“En jullie zeiden ook sowieso terugsturen als het je beste vriend of vriendin is, waarom?”*

FG01R3 (V, 14): *“Dat is omdat dat iemand is waar je goed mee overeen kunt komen, en waar je geen ruzie mee wil.”*

FG01M: *“Dus vooral om geen ruzie te krijgen?”*

FG01R3 (V, 14): *“Ja...”*

Onbegrip komt ook tot uiting bij Streaks op Snapchat waarbij er een vlammetje en een getal naast je profiel komt te staan bij de mensen waarnaar dagelijks een foto wordt verstuurd en ontvangen. Jongeren kunnen deze Streaks opsparen tot een hoog getal, maar wanneer ze één dag niets sturen zijn ze hun streak kwijt. Als men aldus vergeet om deze routine dagelijks te doen, zijn er situaties waarbij vrienden boos zijn. Zoals één van de mannelijke respondenten zei: *“Ik wel, ik ben al 2x gestopt maar dan was iedereen boos, ik moest dan twee keer opnieuw beginnen.”*, **FG03R4 (M, 15)**.

In een andere focusgroep zei men het volgende:

FG05R1 (M, 14): *“Nee, we hadden zo een zandloperkje, en dat betekent dat je moet sturen binnen de twee uur. En als ge da nie doet, dan zijn uw Streaks weg. En op die moment wou ik sturen maar gans de gemeente was plat gevallen van elektriciteit en wifi.”*

FG05M: *“Dus ge kon nie? En heb je daar dan opmerking over gekregen?”*

FG05R1 (M, 14): *“Die was wel kwaad.”*

Bij Streaks is het verlangen om het getal te behouden en verhogen met bepaalde vrienden zelfs zo groot dat, wanneer iemand het een dag vergeet, ze via een omweg met Snapchat proberen om hun Streaks te recupereren: *“Da’s 24 uur dan dat je moet sturen, maar ik ben het eens vergeten of zij, en dan kan je zo een bericht naar Snapchat sturen en gaat dat terugkomen.”*, **FG06R3 (V, 15)**. Ook geven jongeren het paswoord van hun Snapchat-account door aan iemand anders als ze hun Streaks zelf niet kunnen onderhouden. Op die manier zijn ze hun Streaks niet kwijt zijn en zijn hun vrienden niet kwaad (zie verder: privacy).

FG06R1 (V, 14): *“Tis wel zo bij sommige mensen weet ik wel dat dat belangrijk is. Dat was ook zo, twee jaar geleden had ik zo gezegd ik vertrek op chirokamp en ik weet mijn code niet meer van Snapchat dus ik kan aan niemand mijn dinge geven. En dan had ik wel zo gezegd sorry het spijt mij, leven gaat voort zeker. En dan had ik wel de reactie gekregen van oei weet je echt je code niet meer, en moet ik anders overpakken voor u? en dat ik wel zoiets had van ja oké tis niet alleen dat ik het zelf belangrijk vind, maar ook andere mensen. Toen heb ik opnieuw mijn Snapchat proberen... en uiteindelijk heb ik mijn code dan gevonden enzo. Dus nu geef ik dat gewoon aan marie en weet ik dat ze het zal onderhouden. “*

Het is echter belangrijk om bij de bovenstaande bevindingen te weten dat jongeren in bepaalde situaties wel begrip tonen als iemand niet terug zou sturen. Dit kwam in zeven van de negen focusgroepen aan bod. Een eerste voorbeeld hiervan is een situatie waarin je écht niet kan antwoorden zoals tijdens een begrafenis: *“Sommige momenten kun je ook niet antwoorden hé... Soms is het bijvoorbeeld begrafenis ofzo, dan kan je niet antwoorden.”*, **FG01R1 (V, 13)**. Ook bij andere situaties, zoals tijdens maaltijden of op vakantie werd door verschillende jongeren aangegeven dat er begrip moet zijn: *“Natuurlijk, je weet nooit wat die persoon, in welke situatie die zit, als die op vakantie is of hij zit te eten, dan kan die moeilijk antwoorden.”*, **FG02R1 (M, 14)**. Ook wanneer iemand moet studeren is er in vele gevallen begrip dat er geen tijd is voor de smartphone: *“Tijdens de examens dan ligt mijn gsm, bij mij toch, redelijk ver van mij.”*, **FG06R1 (V, 14)**. Tot slot hebben jongeren meer begrip dat er niet teruggestuurd wordt bij een persoon die over het algemeen weinig met de smartphone bezig is, en waarbij het dus meestal lang duurt tot ze een antwoord krijgen: *“Nee mensen weten dat ik niet zo graag, niet zo direct terugstuur. Dat ik niet zo veel bezig ben daarmee, dus ik stuur dan ook niet zo vaak terug. En als ze mij sturen en ik antwoord gelijk twee uur later, gaan ze ook niet gelijk zo helemaal vol gespant hebben.”*, **FG09R2 (V, 14)**.

Belangrijkheid of dringendheid onderwerp

In alle negen focusgroepen werd aangegeven dat de belangrijkheid of dringendheid van het bericht mee bepaalt of men meteen terugstuurt. Dit betekent dat sommige jongeren bij het binnenkrijgen van een bericht in bepaalde situaties het onderscheid maken tussen belangrijk/dringend en niet belangrijk/dringend: *“Als het dringend is zou ik terugsturen maar als het niet echt dringend is, zou ik het gewoon laten.”*, **FG01R4 (V, 14)**.

Deze strategie wordt voornamelijk toegepast bij kennissen aangezien men naar goede vrienden automatisch sneller terugstuurt, onafhankelijk van de belangrijkheid of dringendheid. Als het belangrijk of dringend is, zal er volgens de respondenten ook naar kennissen terug gestuurd worden, onafhankelijk van de activiteit waar ze op dat moment mee bezig zijn. Een jongere zei hierover: *“Dat hangt ervan af, van de situatie ook soms. Maar meestal als 't echt goeie vrienden zijn dan reageer ik wel, als het echt iets belangrijks is ofzo.”*, **FG09R3 (V, 15)**.

Het blijkt bovendien dat de jongeren het minder erg vinden om zelf genegeerd te worden bij een onbelangrijk of niet-dringend bericht. Men verwacht dus sneller een antwoord bij belangrijke of dringende vragen.

FG05R1 (M, 14): *“Ja, dan stuur ik gewoon “skip dan””*

FG05M: *“En bij u (R4)?”*

FG05R4 (V, 15): *“Ja, als het dringend is dan stuur ik wel vraagtekens van waarom antwoord je niet?”*

5.1.2. VERWACHTINGEN AFHANKELIJK VAN AFZENDER/ONTVANGER

Of men zal antwoorden en/of een antwoord verwacht, hangt ook af van de relatie met de afzender/ontvanger. Er wordt een onderverdeling gemaakt tussen goede vrienden, kennissen en ouders.

Goede vrienden

Deze studie onderzoekt in welke mate jongeren digitale druk ervaren binnen hun vriendschapsrelaties. Daarom was het heel belangrijk om het antwoordgedrag bij de groep 'goede vrienden' in detail te bevragen. Om een beeld van hun voorkeuren en keuzes te krijgen, werd naar hun reactie gepeild aan de hand van een scenario. Op basis daarvan werd bevroegd of zij zelf zouden antwoorden naar hun goede vriend(in), terwijl ze in feite zouden moeten studeren voor een belangrijk examen of wanneer ze aan het gamen zijn bijvoorbeeld.

Ten eerste gaven jongeren in zeven van de negen focusgroepen aan dat ze, ondanks een eventuele bezigheid op dat moment, in bijna alle omstandigheden naar hun goede vrienden zouden antwoorden. Dit is onder te verdelen in twee situaties; in zes focusgroepen zeggen de jongeren dat ze sowieso zouden antwoorden en dus effectief in gesprek zouden gaan met hun vriend(in) ondanks het feit dat ze bijvoorbeeld beter zouden studeren.

FG04R2 (V, 14): *"En dan uiteindelijk heb je een hele chat"*

FG04R7 (V, 15): *"En ben je uren bezig"*

FG05M (V, 15): *"En jullie (R3 – R4)?"*

FG05R4: *"Gewoon blijven sturen"*

FG05M (V, 15): *"Toch ook, omdat het je beste vriendin is?"*

FG05R4: *"Ja"*

Het wordt in dat geval als 'logisch' of 'een verwachting' benoemd om naar goede vrienden te antwoorden: *"Antwoorden zullen ze waarschijnlijk doen, lijkt mij logisch."*, **FG02R1 (M, 14)**.

In een andere focusgroep werd hierover het volgende gezegd: *"Maar ik doe dat gewoon bij mijn vrienden omdat ze dat verwachten van mij ofzo."*, **FG09R3 (V, 13)**.

Ten tweede gaf een andere grote groep jongeren aan, dit kwam aan bod in acht van de negen focusgroepen, dat ze bij het zien van een berichtje van een goede vriend(in) zouden laten weten dat ze bijvoorbeeld moeten studeren en niet kunnen sturen. Dit wijst erop dat de verwachting tot antwoorden er wel degelijk is en dat er zelfs een verantwoording verwacht wordt als men niet kan terugsturen. Wanneer deze verantwoording er niet komt, vrezen de jongeren dat er ruzie zou kunnen ontstaan.

FG08R1 (V, 13): *"Ik zou zeggen dat ik nu efkes mijn huiswerk moet maken of moet studeren ofzo."*

FG08M: *“Maar je zou wel terugsturen?”*

FG08R1 (V, 13): *“Ja iets, maar dan stoppen.”*

FG01R5 (M, 15): *“Ik zeg da meestal gewoon van ja kga een paar uur studeren.”*

FG01R4 (V, 14): *“Ja want anders sturen ze constant vraagtekens en zijn ze boos.”*

FG01R1 (V, 13): *“Ik zou dan ook sturen zo, ik ga mijn huiswerk maken of studeren voor mijn toets, dat moeten ze ook begrijpen.”*

Tot slot is er een beperkte groep, dit kwam maar in twee focusgroepen naar voor, die zegt te antwoorden én de activiteit verder te zetten tegelijkertijd. Bijvoorbeeld tijdens het gamen of tijdens het maken van een taak. Een vrouwelijke respondent zei het volgende: *“Tijdens dat ik muziekschool doe ga ik ook niet antwoorden, maar als ik een muziektaak moet maken ga ik wel antwoorden. Want het is wel leuk, maar het is ook gemakkelijker, dan kan je dat afwisselen doen.”*, **FG10R5 (V, 14)**.

Echter, bij het maken van de keuze om al dan niet te antwoorden kwam in vier focusgroepen naar voor dat het soms afhangt van de nevenactiviteit en hoe leuk deze is. Ze gaven aan dat wanneer ze moeten studeren, dit iets is dat ze niet zo graag doen. Dan is de verleiding om te antwoorden op een berichtje groter. Wanneer het een leuke activiteit is, zoals gamen of een sport, dan reageert een grotere groep ook even niet naar goede vrienden.

FG05R1 (M, 14): *“Een sport, daar zou ik niet antwoorden?”*

RG05M: *“Oke, ook niet bij je beste vrienden dan? Dan zou je bij niemand antwoorden?”*

FG05R1 (M, 14): *“Dan zou ik bij niemand antwoorden.”*

RG05M: *“Oké dus 't is te zien hoe belangrijk dat is waar ge mee bezig zijt?”*

FG05R1 (M, 14): *“Leren, ja dat doe ik niet e. Iets dat ik graag doe, dan ga ik niet reageren. En iets dat ik niet graag doe wel.”*

FG10R4 (V, 14): *“Bij mij is het hetzelfde. Bij volleybal reageer ik helemaal niet, en negeer ik het helemaal en dan achteraf. Maar bij studeren is dat, dan ligt dat naast u. en, ik vind studeren echt niet leuk, dus... als ik een kans heb om een berichtje te sturen zou ik dat wel eerder doen.”*

Minder goede vrienden & kennissen

Naast goede vrienden, hebben de jongeren ook hun mening gegeven over het al dan niet antwoorden naar minder goede vrienden en kennissen. Hierbij valt op dat er, in vergelijking met goede vrienden, vaak een verschil is in behandeling van het bericht vanwege de minder hechte relatie. In zes van de negen focusgroepen zeiden de jongeren dat, wanneer ze een berichtje krijgen van een kennis, ze dit vaak eerst zullen negeren.

FG04M: *“En op basis waarvan open je dan wel of niet?”*

FG04R2 (V, 14): *“Leuke mensen”*

FG04R7 (V, 15): *“Interessante Streaks ofzo”*

FG04M: *“En dat is dan echt, leuke mensen daarmee bedoel je vrienden en beste vrienden?”*

FG04R2 (V, 14): *“Ja, die van mijn klas enzo.”*

FG09R5 (M, 14): *“t hangt ook wel beetje af van de relatie met de persoon...”*

FG09R4 (M, 14): *“Ja als het zo een vriend is dan open je dat gewoon sowieso direct, en als het zo iemand is die je kent via via ja, dan denk ik niet dat je echt verplicht bent om binnen de zoveel uur te reageren ofzo. Denk ik...”*

Het kwam in vier focusgroepen naar voor dat een nevenactiviteit hier vaker voorrang zal krijgen op het terugsturen van een bericht. Dit in tegenstelling tot wat we zagen bij goede/beste vrienden, waar ze bijna altijd de intentie hadden om terug te sturen. Hieruit kan gesteld worden dat de vriendschapsrelatie van belang is bij de prioriteitsbepaling tussen de smartphone en de andere activiteit.

FG08M: *“En stel dat het niet de beste vrienden zijn dat je ziet waar er allemaal meldingen van komen, maar eerder verre kennissen of mensen die je niet zo goed kent. Zou je dan ook terugsturen?”*

FG08R1: *“Skippen!”*

FG08M: *“Sowieso skippen?”*

FG08R2 – R3: *“Ja, skippen”*

Tot slot is er ook een beperkte groep van jongeren, dit kwam aan bod in twee focusgroepen, die aangeven dat ze bij gelijk wie zouden terugsturen. De logica hierbij is dat wanneer een verdere kennis iets stuurt, het waarschijnlijk belangrijker zal zijn dan wat vrienden soms sturen. Hier is het criterium ‘belangrijkheid’ dus een drijfveer. Een jongere uit één van de focusgroepen zei daarover het volgende: *“Ik denk als een kennis stuurt dat dat wel belangrijker is dan een vriend. Want een vriend is meestal zo beetje onbenulligheden zo van wat heb je gedaan ofzo. Bij een kennis misschien meer van gaan we afspreken, of we moeten naar onze oma hé.”*, **FG10R4 (M, 14).**

Ouders

Ouders worden tot slot als aparte categorie behandeld omdat de jongeren vaak specifiek andere uitspraken deden over hen. Er zijn verschillende vaststellingen en meningen over het al dan niet terugsturen naar ouders, alsook over de verwachting dat zij terugsturen naar hen.

Ten eerste kwam in drie van de negen focusgroepen naar voor dat jongeren van hun ouders verwachten dat ze terugsturen. Sommigen verwachten het zelfs meer van hen dan van goede vrienden.

FG02R1 (M, 14): *“Ik verwacht dat eigenlijk wel van mijn ouders dat ze vrij snel antwoorden. Ik weet dat mijn vader en moeder vrij veel met hun gsm bezig zijn dus dan verwacht ik dat wel dat die antwoorden.”*

FG02M: *“Nog?”*

FG02R4 (M, 14): *“Ook mijn ouders.”*

FG02M: *“Dus je verwacht het wel meer van je ouders dan je beste vriend dat ze snel antwoorden?”*

FG02R2 (M, 14): *“Ja”*

FG02R5 (M, 14): *“Ja”*

Het antwoordgedrag van de jongeren zelf kent verschillen. Er is een beperkte groep jongeren, dit kwam in vier focusgroepen voor, die aangeeft dat ze naar hun ouders meteen zouden terugsturen en dat ze zeker zouden kijken wat ze gestuurd hebben omdat het belangrijk zou kunnen zijn. Dit blijkt uit te gaan vanuit een vorm van respect, bijvoorbeeld om hun ouders niet te moeten laten wachten.

FG01R1 (V, 13): *“Als het mijn mama is, dan stuur ik altijd direct.”*

FG01M: *“Omdat afgesproken is dat dat moet, of?”*

FG01R1 (V, 13): *“Nee maar ik vind dat dan altijd zo erg dat ze moet wachten.”*

Behalve respect, kan dit ook voortkomen vanuit een hiërarchisch verschil tussen ouders en kind. Hier wordt het dan als het ware opgelegd dat ze moeten antwoorden naar hun ouders. Een mannelijke respondent zegt hierover: *“Mijn vader doet dat ook altijd. Als ik na vijf seconden niet heb geantwoord heb, dan wordt hij helemaal wild.”*, **FG02R1 (M, 14)**.

Aan de andere kant werd er in drie van de negen focusgroepen gezegd dat de jongeren niet meteen terugsturen naar hun ouders, en zelfs berichten niet openen zodat hun ouders niet zien dat het is gelezen.

FG09M: *“ah ja ja, gewoon op je startscherm. En denk je dat dat vaak gebeurt dat ze zo gewoon op het startscherm maar dat ze er niet op klikken waar ze het eigenlijk al gelezen hebben maar het lijkt van niet?”*

FG09R5 (M, 14): *“Ja, Ja”*

FG09R1 (M, 14) – R2 (V, 14)– R3 (V, 15) – R6 (V, 15): [Knikken ja]

FG09R2 (V, 14): *“Als mijn ouders zo dingen sturen... alsof, en dan klik ik niet”*

FG09R3 (V, 15): *“Ja bij mij ook.”*

5.2. OMGAAN MET DIGITALE DRUK

De tweede onderzoeksvraag gaat na hoe jonge adolescenten omgaan met het voelen van digitale druk. Hier werden ze bevraagd naar de gepercipieerde impact op hun gezondheid, alsook of ze bepaalde strategieën gebruiken om dit tegen te gaan.

5.2.1. IMPACT OP HUN GEZONDHEID

De jongeren werden allereerst bevraagd naar stressfactoren bij het gebruik van sociale media. Binnen dit onderzoek zullen de factoren die gerelateerd zijn aan vriendschapsrelaties worden besproken. Tabel 2 geeft hiervan een overzicht.

Tabel 2
Stressfactoren door sociale media

	Aantal volgers	Weinig likes	Commentaar krijgen	Perfekte profielen	Veel meldingen	Prioriteit smartphone	Positieve impact
FG1					X		
FG2					X		
FG3					X		
FG4					X	X	
FG5		X			X	X	
FG6	X	X	X	X	X	X	X
FG8				X	X	X	X
FG9	X			X	X	X	X
FG10			X		X	X	
TOTAAL	2	2	2	3	9	6	3

Volgers, likes, commentaar en perfectie

De jongeren vertelden doorheen de verschillende gesprekken dat het hebben van weinig volgers, het krijgen van weinig likes, de angst om commentaar te krijgen en de confrontatie met perfecte profielen van anderen, bij hen stress opwekt.

Niet alles is gerelateerd aan vriendschapsrelaties, maar toch werd in twee focusgroepen gezegd dat er verwacht wordt van vrienden dat ze hen volgen en likes geven. Wanneer ze er namelijk niet genoeg krijgen, verwijderen ze in sommige gevallen de foto terug. Een mannelijke respondent zei hierover het volgende: *“Maar ik vind dat Instagram ook, ik vind dat da wel een groter voordeel heeft dan Snapchat omdat, Instagram is zo, als er iemand nieuws komt, bijvoorbeeld R4, als er iemand nieuw komt op onze school en je kent die niet, maar je weet wel de naam dan zoek je die op en dan weet je al hoe dat ze eruit ziet.”*, **FG06R2 (M, 14)**.

Ook het roddelen en commentaar geven over iemand anders onder vrienden, is iets wat in twee focusgroepen terugkwam. Hierdoor denken jongeren goed na over wat ze al dan niet posten om onzekerheid tegen te gaan: *“Ja... sommige vinden die foto niet goed genoeg en dan geven ze daar commentaar op... en dan wordt de persoon soms zo wat onzeker.”*, **FG10R1 (V, 14)**. Deze onzekerheid kan nog worden versterkt door het zien van andere

'perfecte' profielen of lichamen: *"Dat mensen zo echt het perfecte lichaam hebben, het perfecte leven hebben en dan depressief worden enzo."*, **FG09R3 (V, 15)**.

Veel meldingen

In alle negen focusgroepen kwam aan bod dat jongeren veel meldingen ervaren op hun smartphone. In sommige situaties leidt dit tot stress of frustraties. Door de vele meldingen weet men bijvoorbeeld vaak niet waar ze best prioriteit aan geven. Het is als het ware moeilijk om de vele meldingen te combineren met het dagelijks leven en andere verwachtingen. Een jongere zei hierover: *"Ja, 't is ook gewoon, 't is zo moeilijk te combineren. Uw gsm, en met uw hobby dan, en zo mensen die verschillende dingen van u verwachten, en ja..."*, **FG10R1 (V, 14)**.

In een andere focusgroep werd het volgende gezegd:

FG06R1 (V, 14): *"Maar als ik zo 's morgens opsta, zoals nu had ik dat wel, ik was zo vanmorgen opgestaan en ik zag dat ik al een paar meldingen had en dan had ik wel zo iets van ohnee moet ik dat nu eerst bekijken of? Nee ik ga eerst ontbijten, mij klaarmaken, dan heb ik dat ook gedaan en doe ik dat in de trein."*

Hierbij gaat het niet altijd om 'enkele' meldingen op hun smartphone, maar ook aantallen als 200 en 300 worden genoemd. Het kwam hierbij in drie van de negen focusgroepen aan bod dat dit vaak afkomstig is vanuit groepsgesprekken. Hierover vertelde een jongere het volgende: *"En ik was een keer in slaap gevallen en mijn mama vindt dat irritant dat mijn gsm de hele tijd trilt. Dus mijn mama zegt je moet eens kijken in je gsm hoeveel meldingen je hebt. Ik had 326 meldingen van één groep, ik heb dan die meldingen uitgezet en ja da's elke dag wel zo dat da... dat we met elkaar sturen in plaats van privé."*, **FG08R2 (V, 13)**.

In twee focusgroepen vermeldden de respondenten opnieuw de Streaks op Snapchat, die ook zorgen voor veel meldingen.

FG01R5 (M, 14): *"Mijn Streaks, da's wel irritant om dat allemaal te openen. Vandaag heb 'k da wel niet gedaan..."*

FG01M: *"en is dat bij jullie ook?"*

FG01R1 (V, 13) – R2 (V, 14) – R3 (V, 14): Knikken ja

FG01M: *"en vinden jullie dat irritant, of?"*

FG01R4 (V, 14): *"Soms wel..."*

Niet enkel de app Snapchat werd vernoemd, maar in vier van de negen focusgroepen kwam ook Smartschool ter sprake. Jongeren vinden het storend dat ze veel meldingen krijgen en dat de verwachting leeft om die permanent op te volgen.

FG03R3 (M, 14): *"De spam van smartschool..."*

FG03M: *"Krijg je echt veel berichten via smartschool?"*

FG03R3 (M, 14): *“Ja echt wel, zeker als het schooldagen zijn krijg je er toch wel dagelijks zeven ofzo.”*

FG10R1 (V, 14): *“Er zijn wel leerkrachten die zo zeggen dat ze bij gebruik van bijvoorbeeld smartschool die verandering hebben gezien dat dat veel makkelijker is om... je zet gewoon een taak erop en mensen moeten dat doen. Sommige leerkrachten vragen niet eens of dat dat past of dat je al zo veel te doen hebt. We hebben zo een leerkracht die wel zegt dat ze een verandering heeft gezien dat er veel meer gevraagd wordt van leerlingen, en leerlingen het soms ook gewoon te druk hebben en hun rust niet meer kunnen vinden.”*

Ook zijn niet alle meldingen relevant, waardoor de jongeren veel storende meldingen krijgen waar ze niets mee doen. Dit kwam in twee focusgroepen terug. Een voorbeeld hiervan is de melding van een persoon die live is, een vriendschapsverzoek of een tag die ze krijgen. Dit zouden ze veranderen mocht het kunnen.

FG01R1 (V, 13): Ja zo, die persoon is live, die persoon is live, dat ze dat niet meer sturen ofzo.

FG01M: dus minder meldingen? En bij jullie? Wil je dan enkel nog meldingen krijgen van vrienden die echt sturen naar u?

FG01R2 (V, 14): Ja, nu krijg je zo melding van die is live ofzo. Of iemand heeft gereageerd op iets waarin je bent getagd ofzo.

FG01M: Dus eigenlijk wil je een onderscheid maken tussen waar je wel en geen melding van wil krijgen?

FG01R1 (V, 13): Ja zo berichtjes enzo wel nog, maar zo die live enzo ja dat vind ik niet nodig.

Prioriteit smartphone

Respondenten kaartten tijdens vier focusgroepen ook zelf het woord ‘verslaving’ aan. Hiermee wordt door hen bedoeld dat ze veel met hun smartphone bezig zijn, dat het moeilijk zou zijn om een langere periode zonder hun smartphone door te brengen en dat ze makkelijk afgeleid worden door hun smartphone als ze met iets anders bezig zijn.

FG04M: *“En dus je zei van dan kun je voor uren bezig zijn nadien als je dan toch begint te chatten, zou je er dan bij stilstaan of zouden zij erbij stil staan dat dat nadelige gevolgen heeft voor het examen?”*

FG04R7 (V, 15): *“Nee, ik denk dat ze daar dan efkes niet om geven ofzo.”*

FG04M: *“En met welke reden niet om geven?”*

FG04R7 (V, 15): *“Gewoon, bij de meeste is de telefoon wel een verslaving, dusja.”*

FG06R2 (M, 14): *“k heb een keer een week zonder gsm, ze hebben hem afgepakt en ‘k heb gewoon op de computer alles gedownload.”*

Vanuit hun perceptie wordt aangegeven dat dit in sommige situaties tot fysieke problemen kan leiden, zoals hoofdpijn. Dit kwam echter slechts in één focusgroep aan bod.

FG08R2 (V, 13): *“Ik vind zo, de laatste tijd heb ik dat wel door dat ik zo superveel hoofdpijn heb. Dan kijk ik wel door wa dat is, en bijvoorbeeld gisteren was mijn mama van ‘s morgens tot ‘s middags en ik stond recht en ik ging zo draaien en mijn hoofd deed pijn en mijn mama zei dat dat komt doordat ‘k veel te veel op mijn gsm zit. Maar dan kijk ik naar mijn schermtijd en uiteindelijk van de veertien uur dat ik leef op een dag zit ik maar drie uur op mijn gsm. Kweet dat dat nu weinig klinkt, maar ik zit aan één stuk op mijn telefoon en dan is dat echt continu hetzelfde, filmpjes en ja... eerst naar YouTube of TikTok of dan krijg je meldingen, dan tik je erop dan typ je vlug en dan ga je weer terug.”*

Door de jongeren werd in drie van de negen focusgroepen aangegeven dat het moeilijk is om hun smartphonegedrag aan te passen. Enerzijds doordat het een gewoonte is geworden en ze dan niet meer op de hoogte zouden zijn van anderen hun leven: *“Ik kan dat niet stoppen want soms zijn er zo mensen die echt, ale dan weet ik niet meer van mensen wat ze aan het meemaken zijn enzo.”*, **FG09R3 (V, 15)**. Anderzijds kwam in één focusgroep naar voor dat het moeilijk is om minder met de smartphone bezig te zijn doordat alles meer en meer gedigitaliseerd wordt: *“Ze zeggen dat jongeren heel veel op hun telefoon zitten, en da’s waar, maar ik bedoel... ze voeren computers in op school, ze gebruiken smartschool, het is een beetje moeilijk om er niet veel op te zitten.”*, **FG10R4 (V, 14)**.

Positieve aspecten van sociale media

Naast de negatieve impact, kwam spontaan in drie focusgroepen aan bod dat sociale media ook voordelen heeft. Binnen vriendschapsrelaties kunnen contacten op die manier bijvoorbeeld onderhouden worden tijdens vakanties: *“Ja, maar snap je, zo hou ik mijn contacten. Als ge zo opeens op iemand zijn Instagram iets ziet dan is dat zo van oh ja da’s al megalang geleden dat ik die heb gestuurd.”*, **FG06R1 (V, 14)**. Anderzijds vinden de respondenten het ook een pluspunt dat je iemand kan opzoeken via sociale media die je (nog) niet zo goed kent: *“Maar ik vind dat Instagram ook, ik vind dat da wel een groter voordeel heeft dan Snapchat omdat, Instagram is zo, als er iemand nieuws komt, bijvoorbeeld R4, als er iemand nieuw komt op onze school en je kent die niet, maar je weet w el de naam dan zoek je die op en dan weet je al hoe dat ze eruit ziet.”*, **FG08R2 (V, 13)**.

5.2.2. COPINGSTRATEGIEËN OM DIGITALE DRUK TEGEN TE GAAN

Om de negatieve effecten door digitale druk tegen te gaan, kunnen er copingstrategieën gebruikt worden. Uit de focusgroepen is naar voor gekomen dat enerzijds de jongeren zelf strategieën toepassen, maar dat anderzijds ook externen zoals ouders bepaalde maatregelen opleggen. Tot slot is er een groep jongeren die bewust geen coping toepast. Tabel 3 geeft weer welke strategieën in welke focusgroepen aan bod kwamen; de groen gemarkeerde copingstrategieën werden het vaakst benoemd en worden verder in detail besproken.

Tabel 3
Copingstrategieën

	FG1	FG2	FG3	FG4	FG5	FG6	FG8	FG9	FG10	TOTAAL
Eigen coping										
Blokkeren afzender			X		X					2
Bericht niet lezen		X	X		X		X	X		5
Bericht niet openen				X	X	X		X		4
Verzinnen uitvlucht				X			X			2
Onvriendelijk antwoorden							X			1
Vragen om te stoppen							X			1
Verwijderen app	X		X							2
Opvolgen schermtijd							X			1
Inschakelen vliegtuigstand/niet-storen		X	X	X	X		X	X	X	7
Inschakelen timer									X	1
Wegleggen smartphone	X	X	X	X			X	X		6
Uitschakelen geluid		X	X		X	X		X		6
Uitschakelen meldingen	X	X	X	X		X		X	X	7
Uitschakelen laatst gezien						X				1
Uitschakelen locatie						X	X	X		3
Uitschakelen smartphone	X	X	X	X	X		X	X	X	8
Anderen										
Media						X				1
Ouders							X	X	X	3
Geen coping										
Geen discipline									X	1
Geen zorgen	X					X	X	X		4

Coping

Ten eerste gaven jongeren in zeven focusgroepen aan dat ze ofwel een bericht niet lezen of niet openen. 'Niet lezen' wil zeggen dat ze het bericht wel openen, maar door het teveel aan meldingen nemen ze niet de tijd om elk bericht ook te lezen. Hier wordt gezegd dat er voornamelijk in groepsgesprekken soms zoveel gezegd wordt waardoor ze niet de moeite nemen alles te overlopen. Bij 'niet openen' daarentegen, zien ze het berichtje wel staan op hun startscherm, maar kiezen ze er bewust voor om het niet open te klikken. Dit doen ze omdat de afzender van het bericht anders kan zien dat het is gelezen (gezien-functie) waardoor ze zich verplicht voelen te antwoorden. Wanneer een bericht nog niet is gelezen, is het begrip op niet-antwoorden namelijk groter.

FG02M: *“En antwoord je dan op alles?”*

FG02R3 (M, 14): *“Niet echt. Soms is dat zo WhatsApp in een groep en heb je 200 berichtjes.”*

FG02R1 (M, 14): *“Daar is geen beginnen aan...”*

FG02R2 (M, 14): *“Soms lees ik dat zelfs niet.”*

FG02R1 (M, 14): *“Ja, dat hebben we gemerkt.”*

FG02R2 (M, 14): *“Ja dat is omdat er te veel zijn.”*

FG04R2 (V, 14): *“Als ik al zie en denk van ja kga er toch niet op antwoorden, dan open ik het gewoon niet.”*

FG04R7 (V, 15): *“Ja meestal kijk ik dan gewoon zo als ge dat zo ziet, dat je er niet op klikt. Alst mij interesseert klik ik erop en anders niet.”*

FG05R1 (M, 14): *“Ja ge kunt ook gewoon, azo, en dan komt dat daar op als iemand iets gestuurd heeft zonder...”*

FG05M: *“en doen jullie dat bewust soms efkes niet openen ofzo?”*

FG05R3 (M, 15): *“Ja”*

Vervolgens kwam in zeven focusgroepen aan bod dat de jongeren soms de vliegtuigstand of niet-storen inschakelen op hun smartphone. Dit voornamelijk als ze tijdens een andere activiteit niet gestoord willen worden, zoals tijdens het eten of op een moment wanneer ze hun smartphone niet mogen gebruiken. Ook 's nachts wordt deze modus opgezet zodat ze niets meer binnen zouden krijgen, of omdat ze denken dat de stralingen van de mobiele telefoon schadelijk zijn: *“Ik doe soms, als ik ergens ben waar mijn gsm niet mag afgaan of waar ik hem niet mag gebruiken zet ik geluid uit of op vliegtuigstand.”*, **FG05R4 (V, 15)**.

Ook werd aangegeven door de respondenten in acht van de negen focusgroepen dat ze hun meldingen of geluid uitschakelen. Met het uitschakelen van meldingen wordt bedoeld dat ze er bij één of meerdere app(s) bewust voor kiezen om geen meldingen meer te krijgen op hun startscherm. Zowel Instagram, WhatsApp, Snapchat als Smartschool komen hierbij ter sprake. *“Mijn meldingen van mijn Instagram heb ik uit gezet, want het zouden er veel te veel zijn...”*, **FG01R5 (M, 15)**. Het geluid uitschakelen doen jongeren voornamelijk wanneer ze de smartphone niet mogen gebruiken, zoals op school: *“Ik doe soms, als ik ergens ben waar mijn gsm niet mag afgaan of waar ik hem niet mag gebruiken zet ik geluid uit of op vliegtuigstand.”*, **FG01R5 (M, 15)**. Toch zijn er ook jongeren die hun geluid uitschakelen omdat ze gefocust willen zijn bij een andere activiteit. Als hun smartphone geen geluid maakt, is de drang kleiner om meteen een inkomend bericht te willen lezen: *“ik zet dat aan, bijvoorbeeld ook als ik een boek wil lezen ofzo. Maar gewoon dat mijn gsm niet trilt of geen geluidje maakt. Dat ik hem*

wel bij me heb en wel kan kijken maar dat ik gewoon niet weet wanneer er een berichtje toekomt.”, **FG09R1 (M, 14)**. De jongeren gebruiken deze strategieën dus voornamelijk wanneer ze iets anders willen doen zonder gestoord te worden, of als ze merken dat er te veel meldingen tegelijkertijd binnen komen. Meestal kiezen ze ervoor om dit maar tijdelijk uit te schakelen, en niet op permanente basis.

Het uitschakelen van de locatie is een volgende copingstrategie die aan bod kwam in drie focusgroepen, en heeft betrekking op Snapchat. Daar kan je namelijk, als je dit niet uitschakelt, telkens zien waar je vrienden zich bevinden. Bepaalde jongeren kiezen er bewust voor om dit enkel maar bij hun beste vrienden ingeschakeld te laten.

FG06R1 (V, 14): *“Want op Snapchat kun je het ook al zien. Als je bevriend bent met mij, als ik mijn locatie zie, dan kan je het ook al weten. Want ik selecteer ook wie kan mijn locatie zien? Ik wil zeker niet dat iedereen dat ziet, want ik heb wel nog snapvrienden maar dat zijn dan bijvoorbeeld vrienden van mijn broer ofzo. Maar ook wel nog bevriend he, maar niet zo de mogelijkheid om mijn locatie te zien. Gewoon niet mij te volgen ofzo.”*

Ook wanneer één bepaalde persoon niet mag zien waar ze op dat moment zijn, wordt de zichtbaarheid uitgeschakeld. Dit is bijvoorbeeld het geval als er afgesproken wordt met een vriend(in) en een andere vriend(in) mag het niet weten.

FG08R2 (V, 13): *“Bijvoorbeeld, ik was eens bij een vriendin blijven slapen en euh, het was superleuk enzo, en de volgende week zie ik dat er iemand anders bij haar blijft slapen ofzo. En daar word je superjaloers op, want zij blijft dan slapen en doen dan leuke dingen enzo. Euh, en bijvoorbeeld, zij (R6) had dat ook een keer dat XXX was blijven slapen bij haar en YYY was jaloers en zij moest eerst XXX blokkeren zodat niet de live van haar kan zien, dat YYY bij haar is.”*

Hierbij is er echter wel een deel van de jongeren die aangaf niet bezig te zijn met de locatie. Zij laten dit ingeschakeld voor iedereen of weten niet of het in- of uitgeschakeld staat op dit moment. Dit kwam in twee focusgroepen terug. Een vrouwelijke respondent zei hierover het volgende: *“Ik zet dat eigenlijk, ik weet dat niet of dat aan of uit staat.”*, **FG08R5 (V, 14)**.

Tot slot kiezen de respondenten uit acht verschillende focusgroepen er in sommige situaties voor om hun smartphone weg te leggen of uit te schakelen. Als er gekozen wordt om de smartphone weg te leggen, doen ze dit meestal naar een plaats waar ze er fysiek niet meer aan kunnen, zoals aan de andere kant van het huis. Dit om afleiding te vermijden en de drempel zo groot mogelijk te maken. Bij deze strategieën komt vooral het woord ‘examens’ frequent ter sprake. Dit is dus geen standaard, maar wordt enkel toegepast in extremere situaties.

FG03R3 (M, 14): *“Nee, dat doe ik niet. Da’s een optie, maar ik leg mijn gsm altijd gewoon weg. Ook niet in mijn kamer ofzo. Aan de andere kant van mijn huis ofzo.”*

FG09R6 (V, 15): *“Maar bij studeren probeer ik wel echt mijn gsm aan de kant te leggen omdat ik anders veel te veel afgeleid ben.”*

FG10R5 (V, 14): *“Ik zet hem soms compleet uit, dan neger ik hem. Dan is de computer wel altijd open om te zien op smartschool wat er kan opkomen. Dan heb ik wel minder de neiging om andere dingen te doen.”*

Maatregelen door ouders

De respondenten gaven in drie van de negen focusgroepen aan dat ook hun ouders soms strategieën gebruiken om hen te beschermen tegen overmatig smartphonegebruik. Zo zetten ouders bijvoorbeeld het internet uit als hun kind te lang op de smartphone zit of als ze iets belangrijks moeten doen: *“Als ik echt iets belangrijk moet doen of al te lang op mijn gsm heb gezeten heb, zetten mijn ouders gewoon het internet af. En ook van mijn computer.”*, **FG10R2 (V, 15)**. Andere ouders nemen preventieve maatregelen en stellen in dat hun kind maar twee uur per dag de smartphone kan gebruiken, stellen een familielink in om te kunnen controleren waar hun kind mee bezig is, of ze stellen in dat ze goedkeuring moeten geven als hun kind een nieuwe app wil downloaden: *“Ik hou dat wel in de gaten want we hebben zo een app familielink, voor mij en XXX, ja, ik vind dat... dan kan uw ouder dat instellen hoe lang je op je gsm kan. En als je iets wil installeren, een spelletje, dan moet je dat sturen, een bericht sturen, en dan moeten zij dat goedkeuren en als zij dat niet goedkeuren dan kan je dat niet installeren. Maar bijvoorbeeld Snapchat heb ik gehad en dan kan ik dat wel terug installeren zonder bericht want ze hadden dat een keer goedgekeurd. Maar dat gaat nu niet meer want ik heb geen opslagruimte meer.”*, **FG08R5 (V, 13)**.

Echter, doordat de maatregelen hier extern zijn opgelegd proberen jongeren deze te omzeilen. Zo zullen ze bijvoorbeeld na de beperking van twee uur smartphonegebruik overschakelen naar tablet, tv, computer, enzovoort. Een vrouwelijke respondent zei hierover: *“Ik kijk, ja ik doe het een beetje allebei. Want mijn ouders hebben zo iets ingesteld op mijn gsm dat ik twee uur op mijn gsm per dag kan. En dan zit ik zo twee uur op mijn gsm, en dan, int weekend vooral, en dan wissel ik met de tablet of de tv of de computer. En dan leg ik mijn gsm weg en dan ga ik op de tablet, en als de tablet plat is naar de computer en als de computer plat is kijk ik tv. En tegen dan is de tablet al opgeladen.”*, **FG08R5 (V, 13)**. Ouders proberen dit aan te pakken door hierop te controleren als hun kind bijvoorbeeld moet studeren, of door ze naar de studie te laten gaan: *“Als ik echt iets belangrijk moet doen, dan ga ik naar de studie op school of moet ik in de living zo onder toezicht.”*, **FG10R4 (V, 14)**.

Bewust geen coping

In vier van de negen focusgroepen kwam aan bod dat er ook jongeren zijn die geen copingstrategieën toepassen en zeggen geen last te hebben van de verwachting tot snel antwoorden. Ze zeggen nog steeds gewoon te doen wat ze zelf beslissen. Een jongere zei hierover bijvoorbeeld: *“Ik negeer dat. Ze mogen sturen wat ze willen, maar ik doe nog steeds waar ik zin in heb.”*, **FG01R5 (M, 15)**.

De copingstrategie ‘Niet openen’ wordt door die jongeren niet toegepast omdat ze het niet erg vinden mocht iemand zien dat ze het bericht al hebben gelezen: *“Maar gewoon omdat, da’s niet mijn leven zeg maar. Mijn leven hangt daar niet van af van Snapchat ofzo. Dus mij boeit da eigenlijk niet wat zij vinden van ohnee die skipt mij ofzo. Dan ben ik gewoon zo van... ja oké ik stuur nu ff niet meer maar het boeit mij niet.”*, **FG09R3 (V, 15)**. Dit zijn meestal jongeren die het zelf ook minder belangrijk vinden dat hun vriend(in) snel terugstuurt: *“bij mij maakt het niet uit of ze terugsturen.”*, **FG08R3 (M, 14)**.

5.3. CONFLICTEN EN REGELS DOOR DIGITALE DRUK

De laatste onderzoeksvraag peilt naar welke conflicten en regels er binnen vriendschapsrelaties eventueel ontstaan door het ervaren van digitale druk. Hier werden enerzijds jaloezie en conflicten, en anderzijds privacy en het delen van paswoorden bevraagd.

5.3.1. JALOEZIE DOOR SOCIALE MEDIA EN DIGITALE DRUK

Sociale media zou binnen vriendschapsrelaties een rol kunnen spelen bij het ontwikkelen van jaloezie of conflict. Daarom werd gevraagd aan de respondenten of zij bij henzelf of hun dichte omgeving al dergelijke situaties hebben ervaren. Er kwamen verschillende redenen voor jaloezie en conflict aan bod, waarvan de redenen die relevant zijn voor dit onderzoek in tabel 4 werden opgenomen.

Tabel 4
Jaloezie en conflict

	Activiteit andere vriend(in)	Niet reageren of liken	Genegeerd worden	Streaks niet vervullen	Niet getagd worden
FG1	X		X	X	X
FG2		X			X
FG3	X	X	X	X	X
FG4	X		X	X	X
FG5	X		X	X	
FG6				X	X
FG8	X		X		
FG9	X	X	X	X	X
FG10	X	X	X		X
TOTAAL	7	4	7	6	7

Activiteit met andere vriend(in)

De jongeren benoemden het in zeven van de negen focusgroepen als confronterend wanneer je foto's ziet van een vriend(in) die met een andere vriend(in) activiteiten onderneemt. Voornamelijk als de jongere zelf bewust niet is uitgenodigd voor die activiteit.

FG01R4 (M, 14): *“Ook zo, als je wil afspreken met een persoon, en die doet dat met iemand anders, en dan sturen ze zo foto's met elkaar...”*

FG01M: *“Ah ja oké, samen met een andere vriendin en jij krijgt daar dan foto's van ofzo?”*

FG01R4 (M, 14): *“Ja...”*

In drie focusgroepen zei men dat er ook voorzorgsmaatregelen genomen worden om potentiële jaloezie tegen te gaan. Bijvoorbeeld door een privéverhaal aan te maken zodat degene die jaloers kan worden de foto niet ziet, of de locatie op Snapchat uit te schakelen. Ze doen dit omdat er anders commentaar op gegeven kan worden.

FG10R3 (M, 14): *“Bij mij staat dat meestal aan, maar ik heb dat eens uit gezet omdat mijn vrienden zeiden, we gingen met z'n drieën gaan karten en de auto zat vol en er kon niemand anders mee en anders dachten die vrienden dat ze boos gingen zijn omdat ze niet mee konden.”*

FG04R3 (V, 16): *“Ik maak een privéverhaal aan.”*

FG04R7 (V, 15): *“Ik ook”*

FG04M: *“En met wie delen jullie dat privéverhaal dan bijvoorbeeld?”*

FG04R3 (V, 16): *“Met iedereen behalve die persoon niet”*

FG04R7 (V, 15): *“Dan doe je die er efkes uit ofzo”*

FG04M: *“Die je denkt dat jaloers kan worden?”*

FG04R3 (V, 16): *“Ja”*

Genegeerd worden

Zoals eerder gezegd, zorgt de gezien-functie ervoor dat jongeren sneller verwachten van iemand dat ze reageren. Wanneer die vriend(in) dan toch niet reageert, ondanks dat het is gelezen, kan dit zorgen voor conflict en ruzie. Dit kwam in zeven van de negen focusgroepen terug. De verwachting dat goede vrienden terugsturen, is er bij een grote groep jongeren dus wel degelijk. Een vrouwelijke respondent zei hierover het volgende: *“Jawel, da's leuk om dat te zien dat die dat gezien heeft. Dan kun je kwaad worden als ze skippen. Oh, nu ga ik niet meer blij zijn. als ze gelijk een minuut skippen dan kun je zeggen ik wacht dan wel nog efkes.”*, **FG09R2 (V, 14).**

Deze jaloezie is echter niet altijd zichtbaar, want in vijf focusgroepen gaven jongeren aan dat ze er tegenover hun vriend(in) niet meteen iets over zouden zeggen, waardoor de jaloezie

verborgen blijft. Ze zouden er enkel iets van zeggen als het echt lang duurt, ook al leeft de frustratie al langer. Dit komt bij sommigen ook vanuit een gebrek aan durf om er iets over te zeggen.

FG01R2 (V, 14): *“Ik zou het ook irritant vinden.”*

FG01M: *“En zou je er iets van zeggen, of?”*

FG01R2 (V, 14): *“Als het dan nog lang duurt zou ik het wel zeggen ja.”*

FG08R3 (M, 14): *“Ik scheld ze echt volledig uit é!”*

FG08M: *“En de rest? Zou je het ook zeggen of?”*

FG08R1 (V, 13): *“Soms durf ik dat gewoon niet om zo, zo te doen...”*

FG08M: *“Oké, je zou dan eerder niks zeggen maar het wel ambetant vinden?”*

FG08R1 (V, 13): *“Ja”*

Streaks niet vervullen

Het niet vervullen van Streaks op Snapchat zorgt bij veel jongeren voor frustraties binnen vriendschappen. In zes van de negen focusgroepen werd door de respondenten aangegeven dat dit kan zorgen voor kwaadheid, frustraties of ruzies. Dit omdat ze zo hun opgebouwde Streaks op één dag kwijt zijn en helemaal opnieuw moeten beginnen. Hieruit kan geconcludeerd worden dat het behouden van Streaks een teken van vriendschap is. Dit niet zozeer omwille van het getal op zich, maar wel omwille van de consistentie in het dagelijks blijven sturen naar elkaar en het willen vermijden van conflict.

FG04R6 (V, 15): *“Gelijk zo Snapchat ofzo, ik doe da zelfs nie om die reden.”*

FG04M: *“Omdat je er stress van krijgt?”*

FG04R6 (V, 15): *“Ja, omdat als het niet lukt loopt iedereen gestresseerd en is iedereen op zijn tenen getrapt.”*

FG05R1 (M, 14): *“Nee, we hadden zo een zandloperkje, en dat betekent dat je moet sturen binnen de twee uur. En als ge da nie doet, dan zijn uw Streaks weg. En op die moment wou ik sturen maar gans de gemeente was plat gevallen van elektriciteit en wifi.”*

FG05M: *“Dus ge kon nie? En heb je daar dan opmerking over gekregen?”*

FG05R1 (M, 14): *“Die was wel kwaad.”*

FG05M: *“Maar die begreep het dan wel? Of efkes nie?”*

FG05R1 (M, 14): *“Efkes nie...”*

Niet reageren of liken

Binnen vriendschappen vinden jongeren uit vier focusgroepen het een meerwaarde als een vriend(in) reageert op een foto, of een like geeft. Wanneer ze dit niet doen, kan er in sommige situaties conflict ontstaan door de verwachting die leeft.

FG09R7 (M, 14): *“Maar ik vind het ook zo, mensen die zo boos worden als je een foto niet hebt geliked vind ik ook zo raar.”*

FG09M: *“Gebeurt dat ja?”*

FG09R3 (V, 15): [Draait met ogen]

FG09R7 (M, 14): *“Er zijn wel van die mensen die boos worden als je hun foto niet liked*

FG10M: *“Wordt dat dan ook een beetje verwacht dat goede vriendinnen reageren op foto’s?”*

FG10R1 (V, 14): *“Da’s te zien, ik verwacht dat niet, maar da’s wel altijd fijn om te zien. Maar sommige mensen zouden daar wel echt... ik heb al gehad dat een vriendin ruzie had met een andere vriendin omdat ze er niet op gereageerd had.”*

FG10M: *“Dus soms wordt dat wel een beetje als teken van vriendschap gezien dat je reageert?”*

FG10R1 (V, 14): *“Of gewoon zo een verwachting”*

FG10M: *“Merkt de rest dat ook?”*

FG10R4 (V, 14): *“Ik kan mij dat wel inbeelden. De druk van vind je mij niet meer leuk? Is er een probleem dat ik moet weten? Ben je kwaad op mij? Ik denk zoiets.”*

Deze vaststelling dient wel genuanceerd te worden omwille van het feit dat in drie focusgroepen ook aan bod kwam dat ze dit niet expliciet verwachten van hun vrienden.

FG02M: *“En het is ook niet van je beste vriend ofzo dat je wel reactie wil krijgen altijd?”*

FG02R1 (M, 14): *“Neu niet echt.”*

Niet getagd worden

De jongeren gaven in zeven van de negen focusgroepen aan dat het gebruikelijk is bij het posten van een foto dat je je vrienden tagt. Niet enkel als ze aanwezig zijn op de foto, maar gewoon als teken van vriendschap. Hier wordt zelfs een onderscheid gemaakt tussen een ‘gewone tag’ en een ‘hoofdtag’. De hoofdtag wil zeggen dat de persoon echt in het midden van de foto of op het hoofd is getagd, dit is enkel voorbestemd voor de belangrijkste vrienden. De andere ‘gewone’ vrienden zijn dan getagd in de hoek van de foto bijvoorbeeld.

FG01M: *“En dat taggen wat jij (R5) zei van taggen op Instagram van mensen, is dat iets dat jullie ook doen bij bepaalde foto’s? Wat is specifiek de reden daarvan?”*

FG01R4 (V, 14): *“Die die op je foto staan, dat zijn echt je vrienden.”*

FG04R2 (V, 14): *“Of soms zo koptag, hé ken je da? En die zaagt dan over dat ze geen koptag heeft.”*

FG04M: *“En koptag is?”*

FG04R2 (V, 14): *“Da’s op je hoofd getagd”*

FG04M: *“Ah da’s als ze zelf op de foto staat?”*

FG04R2 (V, 14): *“Nee”*

FG04M: *“Ah da’s op uw hoofd dan? “*

FG04R1 (V, 14): *“Dat zijn de belangrijkste”*

FG04M: *“Ah de belangrijkste staan op uw hoofd?”*

Hierdoor ontstaat soms conflict als bepaalde vrienden niet zijn getagd op de foto. Bij Instagram kan je bijvoorbeeld maar maximaal twintig vrienden taggen, dus moet er een keuze gemaakt worden. De jongeren geven aan dat die keuze soms onbewust gemaakt wordt.

FG04M: *“En zijn dat dan altijd de twintig zelfde die je neemt of wissel je af? Of gewoon?”*

FG04R7 (V, 15): *“Bij mij gewoon wie in mij opkomt.”*

FG04R1 (V, 14): *“Bij mij ook.”*

FG01M: *“Wat is dan de reden dat die er niet op staat?”*

FG01R4 (V, 14): *“Omdat je die eventjes vergeet.”*

FG01R1 (V, 13): *“Ik kijk wel altijd om te zien of ik niemand vergeten ben.”*

Wanneer dit gebeurt zijn er veel jongeren die hierover een opmerking maken en vragen waarom ze niet zijn getagd. Dit kwam aan bod in zes focusgroepen.

FG09R4 (M, 14): *“en dan zet iedereen zo bij de comments “waarom heb je mij niet getagd?” Ahja, volgende keer zet ik je er zeker bij.”*

FG09R3 (V, 15): *“Sorry, ik kon maar twintig mensen taggen...”*

FG09R4 (M, 14): *“Ja, sorry als ik je vergeten ben”*

FG09M: *“En is dat iets dat nu nog gebeurt of niet?”*

FG09R1 (M, 14): *“Joa”*

FG09R4 (M, 14): *“Ja, dat gebeurt nu nog altijd”*

5.3.2. OMGAAN MET PRIVACY EN HET DELEN VAN PASWOORDEN

Tot slot werden privacygebruik, eventuele afspraken rond privacy en het delen van paswoorden bij jongeren in een vriendschapscontext bevraagd. Er werd bevraagd of het gebruikelijk is dat paswoorden gedeeld worden, om welke reden dit dan gebeurt, met wie, en of ze hierdoor ook bepaalde misbruiken vaststellen. Overkoepelend deden jongeren bovendien ook enkele algemene uitspraken omtrent de mentaliteit en het gebruik van privacy.

Tabel 5
Privacy en paswoorden

	FG1	FG2	FG3	FG4	FG5	FG6	FG8	FG9	FG10	TOTAAL
Mentaliteit										
Gekend fenomeen?	X	X	X	X	X	X	X	X	X	9
Weinig belang privacy	X			X	X	X	X	X		6
Veel belang privacy		X		X		X		X	X	5
Reden delen										
Onbewust	X				X		X	X		4
Gezamenlijk account			X				X			2
Iets posten/Streaks	X	X	X	X	X	X	X	X	X	9
Vertrouwen	X	X		X	X					4
Met wie delen										
Familie	X	X		X						3
Vrienden	X	X	X	X	X	X	X	X	X	9
Misbruik										
Berichten vanuit iemands naam	X	X			X		X		X	5
Foto's plaatsen					X		X	X		3
Inbreken & paswoord veranderen								X		1

Mentaliteit omtrent delen van paswoorden en privacy

De jongeren gaven duidelijk aan dat het delen van paswoorden onder vrienden frequent voorkomt, aangezien dit in alle negen de gesprekken aan bod kwam. Dit werd door geen enkele jongere ontkracht, en de vraag werd frequent 'in koor' met "JA" beantwoord.

FG02M: *"En is dat iets dat je in de omgeving soms hoort dat mensen hun paswoorden delen met anderen?"*

FG02R1 (M, 14): *"Ja, ik hoor dat veel"*

FG02R2 (M, 14): *"Ja..."*

Bovendien kwam in vier focusgroepen aan bod dat paswoorden soms per ongeluk gedeeld worden, bij wijze van toeval of door onoplettendheid. In drie focusgroepen gaven de jongeren aan dat ze hun paswoord dikwijls vergeten of weer moeten aanpassen. Dit wijst allebei op een lakse omgang met privacy.

FG08R6 (V, 14): *"XXX, zij geraakt veel niet op haar account en dan geeft ze haar wachtwoord zo aan mij. En dan zegt ze zo gewoon "moet je keer weten wat mijn insta wachtwoord is" en dan zegt ze dat zo allemaal en dan vergeet ze het en dan zeg ik het opnieuw. En dan weet ze het terug enzo..."*

FG09R6 (V, 15): *“Bij mij is het ook vooral mijn beste vriendin die mijn code weet. Maar da’s ook gewoon zo random een keer...”*

FG09M: *“Gewoon gegeven?”*

FG09R1 (M, 14): *“Ja gewoon dat ze dat zien...”*

FG04R6 (V, 15): *“Ik ken mijn eigen wachtwoord niet.”*

FG04R1 (V, 14): *“Ik ook niet”*

Hiertegenover staat dat in vijf focusgroepen aan bod kwam dat jongeren wel bewust bezig zijn met hun privacy. Als zij hun paswoord om een bepaalde reden met vrienden gedeeld hebben, zouden ze het nadien bijvoorbeeld veranderen. Hierbij kwam ook in één focusgroep aan bod dat ze enkel het paswoord zouden delen van een app waar niet zo veel gevoelige gegevens in staan, zoals privégesprekken of privéfoto’s.

FG04R7 (V, 15): *“Ik verander mijn wachtwoord dan gewoon efjes voor een tijdje. Dan doe ik een andere en als ze er dan niet meer opzitten, dan ja”*

FG02R2 (M, 14): *“Dat is ook te zien hoeveel van uw privacy daar kan gegeven worden. Gelijk op smartschool kan je niet echt veel vinden ofzo. Dan zou ik dat rapper aan iemand geven aan iemand dan bijvoorbeeld Snapchat ofzo.”*

FG02M: *“Waar dat je echt persoonlijke gesprekken kan vinden?”*

FG02R1 (M, 14): *“Ja, privéfoto’s ofzo.”*

Waarom worden paswoorden gedeeld?

Binnen vriendschapsrelaties worden paswoorden om verschillende redenen gedeeld. Ten eerste kan dit toevallig zijn, zoals hierboven werd beschreven. Hier spreken we over ‘onbewust’ delen van paswoorden. Ten tweede worden er soms gezamenlijke accounts aangemaakt waarvoor een paswoord onder vrienden wordt aangemaakt: *“Nee, je hebt wel zo van die accounts dat je zo samen met vrienden één maakt. Vooral vroeger werd dat gedaan, zo in het eerste middelbaar, dat je zo met twee personen, vooral bij de meisjes, samen een account aanmaken en dan hebben ze allebei die login.”*, **FG03R3 (M, 14)**. Ten derde delen jongeren hun paswoord soms om een specifieke of praktische reden, zoals om iets te posten in hun plaats of om de Streaks op Snapchat over te nemen wanneer ze zelf geen internet hebben. Het overnemen van Streaks kwam in elke focusgroep aan bod als het ging over het delen van paswoorden. Dit vanwege het grote belang om Streaks te behouden zoals eerder in de resultaten aan bod kwam. Een jongere zei hierover het volgende: *“Ik heb dat één keer gedaan voor mijn Streaks niet kwijt te geraken.”*, **FG05R1 (M, 14)**. Een vierde reden die aan bod kwam in meerdere focusgroepen is het delen van paswoorden omwille van vertrouwen.

FG01M: *“En bij jou (R2), om welke reden hebben jullie dat dan gedeeld met elkaar?”*

FG01R2 (V, 14): *“Ja gewoon...”*

FG01R1 (V, 13): *“Vertrouwen!”*

FG01R2 (V, 14): *“Ja inderdaad.”*

FG01R1 (V, 13): *“Die persoon vertrouwt je dan, en als je daar misbruikt van maakt, dingen erop zetten, dan is da vertrouwen wel weg.”*

Met wie worden paswoorden gedeeld?

Bij de vraag met wie paswoorden voornamelijk gedeeld worden, kwam in drie focusgroepen aan bod dat ze dit met familie doen, en in alle negen focusgroepen kwamen vrienden aan bod. In deze studie spitsen we ons toe op vriendschapsrelaties en focussen we ons dus op het delen met vrienden. Een mannelijke respondent zei hierover het volgende: *“Bij mij is dat met mijn beste vriend, die weet de code van mijn gsm en ik die van hem.”*, **FG01R5 (M, 15)**.

In een andere focusgroep werd het volgende gezegd:

FG04R7 (V, 15): *“Als er zo iemand Streaks overneemt en je weet dat bijvoorbeeld niet dat diegene zijn Streaks overneemt en je moet iets persoonlijks vragen ofzo, en diegene antwoordt niet maar je weet niet dat er iemand anders op zit maar die opent dat wel. Dan is dat wel ambetant want dan denk je ge skipt mij ofzo, maja er zit iemand anders op.”*

FG04M: *“Ja en je weet dan niet automatisch ja... En waarom doen ze dat dan?”*

FG04R2 (V, 14): *“Als je op reis bent”*

FG04R7 (V, 15): *“Of op kamp of op schoolreis ofzo”*

FG04R2 (V, 14): *“Of je mag je gsm niet meenemen ofzo naar ergens. Dan kan je vragen aan je beste vriendin wil jij mijn Streaks doen?”*

Misbruik door het delen van paswoorden

In zes focusgroepen vertelden de respondenten dat het reeds gebeurde dat er misbruik werd gemaakt van het kennen van een paswoord van een vriend(in). Verschillende situaties komen hierbij aan bod. Ten eerste zeiden de jongeren uit vijf focusgroepen dat er soms berichten gestuurd worden uit iemand anders zijn/haar naam, terwijl de ontvanger niet weet dat het iemand anders is. Dit komt voor om ruzie of roddelen uit te lokken: *“Ik heb dat ook gehad op Facebook. En dan kreeg je allemaal berichten van die persoon, van mijn profiel dat ze dan stuurde naar een vriendin van mij.”*, **FG01R4 (V, 14)**. Ten tweede worden er soms foto's geplaatst op het account van iemand anders met een slechte tekst bij, zoals 'bedriegster'. Dit kwam in drie focusgroepen naar voor. Ook naaktfoto's onder romantische partners kwam hierbij kort aan bod. Een jongere zei hierover het volgende: *“R2: Ja... YYY was zijn lief, nee dat was nog met... Ja ze kwamen wel overeen maar niet meer zo supergoed. En de broer had ook het wachtwoord van Instagram en kon op zijn broer's account. En blijkbaar was de broer samen met YYY, dus uiteindelijk heeft YYY hem bedrogen. En moest hij niet op het account*

van zijn broer kunnen had hij het nooit gezien. En hij heeft dan op zijn Instagram een foto gezet van YYY en daaronder van YYY is een bedriegster.”, **FG08R2 (V, 13)**. Ten derde kwam in één focusgroep aan bod dat er soms ingebroken wordt op iemands account en ze het paswoord veranderen zodat de oorspronkelijke gebruiker er niet meer op kan (hacken): “Nee maar zo ja, de ene keer hadden ze ruzie en de andere keer waren ze vrienden ofzo. En ze hadden zo elkaars wachtwoord, ze wisten allemaal elkaars wachtwoorden en als ze dan ruzie hadden dan plaatsden ze zo dingen op elkaars verhaal of veranderen ze heel dat wachtwoord. Dan had er iemand, XXX die had op een gegeven moment zo vijf accounts op Snapchat ofzo omdat ze de hele tijd... ja nieuw account moest maken.”, **FG09R4 (M, 14)**.

De jongeren gaven in drie focusgroepen aan dat dit niet voorkomt bij mensen die ze echt al lang kennen en waarvan ze overtuigd zijn dat die zoiets nooit zou doen. Het is volgens hen aldus veiliger om je paswoord te delen met iemand die je al lang kent en echt vertrouwt. Het blijkt bovendien dat jongeren die veel belang hechten aan hun privacy, deze keuze meer weloverwogen maken en eerder delen op basis van een solide vriendschapsband of vertrouwen. Diegenen die minder belang hechten aan hun privacy, zullen vaker onbewust delen met allerlei vrienden.

FG09R2 (V, 14): “En ik denk ook niet dat mensen aan wie ik dat verteld heb dat bij mij zouden doen ofzo. Ik ga ook niet zomaar aan andere mensen mijn code doorgeven. Maar aan vrienden die ik al heb van de eerste kleuterklas, denk ik niet dat die daar verkeerd mee zouden omgaan.”

FG06R3 (V, 15): “Maar ik zou dat echt niet willen. Ale ik zou dat wel doen met wie dat ik vertrouw, maar ge hebt ook zo uw herinneringen dat erin staan, en ik denk dat er bij mij zulke rare dingen in staan... en ik denk dat er bij mij zulke rare dingen instaan... dat niemand moet zien ofzo, dat het zodanig nutteloos is of op niks trekt. Maar kwenie kzou da zo raar vinden, iedereen kan uw berichten zo lezen.”

Niet enkel het soort vrienden met wie men een paswoord deelt is bepalend voor misbruik, maar ook de reden waarom. Uit zes focusgroepen blijkt namelijk dat jongeren die delen omwille van Streaks op Snapchat of een andere praktische reden, deze afweging minder doordacht maken dan wanneer men het deelt omwille van vertrouwen.

FG02R2 (M, 14): “Ik vraag dat gewoon aan vrienden die niet op kamp zijn ofzo, die dat willen overnemen.”

FG08M: “En is dat bijvoorbeeld ook zo dat het gedeeld wordt zo het account voor Streaks ofzo? Als iemand efkes geen internet heeft ofzo?”

FG08R6 (V, 14): *“Ja, dat je dan vraagt om over te nemen ofzo...”*

FG08M: *“En da's dan aan iemand van uw beste vrienden dat je dat vraagt ofzo dat je dat vraagt? Of 't is te zien aan wie?”*

FG08R6 (V, 14): *“Niet altijd...”*

5.4. UITZONDERLIJKE RESULTATEN

Bij het beantwoorden van de onderzoeksvragen werd gezocht naar resultaten die door verschillende jongeren en in meerdere focusgroepen terugkwamen. Toch zijn er ook enkele jongeren die bewust of onbewust rond bepaalde topics een andere mening of visie hadden. Deze uitspraken kunnen niet veralgemeend worden gezien ze slechts beperkt aan bod kwamen, maar het is niet onbelangrijk ook kennis te hebben van deze afwijkingen.

Het uitzonderlijke resultaat in deze studie betreft jongeren die heel bewust géén sociale media gebruiken. Het ging over in totaal twee jongeren (FG06R5 en FG10R4). Zij participeerden wel in het gesprek als het ging over een algemene kijk op vriendschappen en sociale media. Hun antwoorden hierop werden dan ook meegenomen in de analyse. Bij meer specifieke vragen die gerelateerd zijn aan het gebruik van sociale media, zoals het ervaren van digitale druk of het teveel aan meldingen, werden hun antwoorden echter niet meegenomen in de analyse. Dit zou een vertekend beeld kunnen geven, aangezien zij weinig tot geen sociale media gebruiken.

De twee jongeren gaven beiden aan dat ze sociale media niet zo speciaal vonden, en er daarom niet mee zijn begonnen of ermee zijn gestopt.

FG06M: *“En heb je er ooit gehad en dan mee gestopt, of?”*

FG06R5 (V, 14): *“Nee, eigenlijk niet, gewoon. Ik vind daar niet veel aan dus download ik dat niet, want ik doe daar toch niks mee.”*

FG10M: *“En bewust da ge dat niet wilt of?”*

FG10R4 (V, 14): *“Ja, ik heb dat gehad en ik heb daar accounts op. Maar op Snapchat ja, kwenie, ik kreeg niet veel berichten en ik vond dat het niet zo speciaal was. En Instagram vond ik wel leuk maar na een tijdje verbruikte dat veel batterij-energie dus heb ik dat gewoon gewist.”*

FG10M: *“en je mist het niet?”*

FG10R4 (V, 14): *“Nee”*

6. DISCUSSIE

6.1. OORZAKEN VAN DIGITALE DRUK

Vanuit de literatuurstudie weten we dat vriendschapsrelaties in de adolescentie uiterst belangrijk zijn. Adolescenten hebben een grote behoefte aan hechte en exclusieve vriendschappen (Antheunis et al., 2016; Crockett et al., 1984). Het belang van vriendschappen komt ook tot uiting in dit onderzoek, aangezien jongeren in bijna alle omstandigheden aangeven dat ze het belangrijk vinden om te antwoorden naar hun goede vrienden. Het wordt als 'logisch' of 'een verwachting' benoemd om ten minste te laten weten dat je niet kan terugsturen. Door die verwachting is er sprake van onbegrip wanneer vrienden niet reageren, wat op zijn beurt kan leiden tot conflicten. Jongeren willen conflicten met hun goede vrienden vermijden. Vanuit de Uses and Gratifications theorie kan sociale media namelijk sociale behoeften vervullen en vriendschapsbanden onderhouden, dit zijn de 'sought gratifications' (Oksman & Turtiainen, 2004; Sundar & Limperos, 2013; Valkenburg & Peter, 2007; Vanden Abeele, 2015; Vanden Abeele et al., 2017). Om van deze 'sought gratifications' ook 'obtained gratifications' te maken, verwachten jongeren een antwoord van hun vriend(in). Dit kan mogelijks verklaren waarom jongeren het als logisch aanzien om snel een antwoord van goede vrienden te ontvangen.

In dit onderzoek stelden we vast dat digitale media voor conflicten kunnen zorgen binnen tienervriendschappen. Ten eerste werd in de literatuur reeds gesteld dat de gezien-functie jongeren aanmoedigt om snel te reageren (Mai et al., 2015). Men vindt het onbeleefd om niet te antwoorden als de ander reeds zag dat het bericht gelezen is. Bovendien weet men niet altijd hoe hoog de verwachtingen van de tegenpartij zijn (Mai et al., 2015; Van Ouytsel et al., 2019; Vorderer et al., 2016). Deze aanname, die eerder werd onderzocht bij jongvolwassenen en oudere adolescenten, vinden we in de huidige studie ook bij jonge adolescenten terug. Jongeren vinden het namelijk minder erg dat iemand niet reageert als het bericht nog niet is gelezen. Wanneer opgemerkt wordt dat het wel is gelezen, verwacht men een antwoord en ontstaat er frustratie wanneer ze dit niet meteen krijgen. De gezien-functie zorgt bovendien voor bewijs in situaties waarbij een bericht is gelezen, maar er nog niet werd gereageerd. Op basis daarvan kunnen ze hun vriend(in) wijzen op dit gedrag. Een tweede technologische mogelijkheid die aanmoedigt tot antwoorden is het elkaar op verschillende manieren blijven lastigvallen wanneer er niet gereageerd wordt. Dit onderzoek zorgt hiermee voor een aanvulling op de bestaande literatuur. Er zijn namelijk drie manieren waarop jongeren dit doen. Ten eerste sturen ze de persoon die niet antwoordt een bericht via een andere app. Een tweede mogelijkheid is het opnieuw sturen van het bericht via dezelfde app. Tot slot sturen heel wat jongeren soms ook een vraagteken als er niet wordt gereageerd. Jongeren benoemen dit fenomeen zelf als 'stalken'.

Toch zijn er ook enkele bevindingen uit deze studie die de verwachting tot snel antwoorden en de daarbij horende digitale druk enigszins nuanceren. Er is namelijk begrip dat er niet kan geantwoord worden tijdens een moeilijke situatie, zoals een begrafenis, maaltijden, vakanties of examens. Ook de belangrijkheid of dringendheid van het bericht heeft invloed op hoe snel er een antwoord wordt verwacht. Jongeren vinden het namelijk minder erg om genegeerd te worden als het bericht onbelangrijk of niet dringend is. Tot slot hebben jongeren meer begrip bij personen die over het algemeen weinig met de smartphone bezig zijn. Bij hen duurt het namelijk meestal lang vooraleer ze antwoorden. Uit dit laatste kunnen we afleiden dat jongeren de verwachting, die er leeft tegenover zichzelf, deels zelf in handen hebben.

Bij kennissen valt de verwachting tot (onmiddellijk) antwoorden grotendeels weg en zal een groot deel van de jongeren ervoor kiezen om een bericht niet meteen te beantwoorden. Dit toont aan dat ze intrinsiek niet altijd de drang voelen om te antwoorden als het niet expliciet wordt verwacht. De hechtheid van vriendschap is dus bepalend bij het al dan niet antwoorden, en jongeren zullen voornamelijk digitale druk ervaren binnen hechte vriendschapsrelaties. Dit sluit aan bij het feit dat jongeren zich bij hun goede vrienden, in vergelijking met kennissen, op een meer positieve manier gedragen. Er wordt bovendien verwacht dat ze meer tijd met elkaar doorbrengen en dat ze elkaar helpen (Newcomb & Bagwell, 1995). Goede vrienden hebben bovendien ook meer invloed op elkaar dan verre vrienden of kennissen (Bowker, 2004). Tot slot kunnen vriendschappen bij jongeren verbroken worden door onder andere het ontstaan van conflicten of een tekort aan contact (Bowker, 2004).

In de literatuur rond adolescentie vinden we terug dat er in deze levensfase een afnemend belang is voor familierelaties, maar dat anderzijds ouderlijke ondersteuning wel essentieel blijft om mee vorm te geven aan vriendschapsrelaties en vriendschapskwaliteit (Antheunis et al., 2016; Crockett et al., 1984; Flynn et al., 2014). Dit komt in de huidige studie ook naar voren aangezien jongeren enerzijds wel degelijk de verwachting hebben dat hun ouders antwoorden. Anderzijds staat hiertegenover dat een deel van de jongeren zich tegen hun ouders afzet door niet meteen te antwoorden of door een bericht met opzet niet te lezen.

6.2. OMGAAN MET DIGITALE DRUK

Uit de literatuurstudie bleek dat jongeren veel tijd online spenderen en digitale media een belangrijke rol speelt in hun sociaal leven (Antheunis et al., 2016). Dit komt in ons onderzoek eveneens naar voren, aangezien maar 2 van de 51 jongeren aangaven bewust geen sociale media te gebruiken.

In de literatuur spreekt men van een toegenomen mogelijkheid tot interactie door sociale media, wat op zijn beurt leidt tot positieve effecten bij het opbouwen van een sociaal netwerk en het communiceren hiermee (Przybylski et al., 2013; Walsh & White, 2006). In deze studie

werd hier niet in de diepte op ingezoomd, maar de jongeren gaven wel aan dat ze sociale media gebruiken om hun contacten te onderhouden tijdens vakanties of dat het via sociale media handig is om iemand op te zoeken die je nog niet goed kent. Dit komt overeen met voorgaand onderzoek waarbij men zegt dat de laagdrempeligheid en relatieve anonimiteit van het eerste contact ervoor zorgt dat vriendschappen makkelijker online op te bouwen zijn (Ben-Ze'ev, 2005; Srivastava, 2005). Sociale media zorgt er hier mede voor dat informatie kan gedeeld worden in relaties van op afstand of met onbekenden. In de literatuur definieert men dit als 'bridging social capital' (Putnam, 2000).

Ondanks de positieve effecten, brengt het altijd bereikbaar zijn ook stress met zich mee (Vorderer et al., 2016). Steele et al. (2019) benoemden vier componenten die gerelateerd zijn aan digitale druk (namelijk stress door beschikbaarheid, aanvaardingsangst, angst om iets te missen en te veel meldingen). Deze componenten komen ook terug in de huidige studie.

De eerste, stress door beschikbaarheid, komt in dit onderzoek voor doordat jongeren aangeven dat tegenover goede vrienden de verwachting bestaat tot snel reageren.

De tweede, aanvaardingsangst, waarbij men zich zorgen maakt over geplaatste content zoals foto's of berichten, komt ook in deze studie terug. Het hebben van weinig volgers, het krijgen van weinig likes, de angst om commentaar te krijgen en de confrontatie met perfecte profielen van anderen zorgt namelijk voor stress. Aanvullend blijkt uit deze studie dat het niet enkel stress veroorzaakt, maar dat het ertoe leidt dat sommige jongeren een foto verwijderen als ze merken dat er niet voldoende likes komen of wanneer mensen hen ontvolgen. Dit zorgt voor onzekerheid waardoor jongeren goed nadenken over wat ze posten. Die onzekerheid wordt bovendien verder versterkt door het zien van perfecte profielen of lichamen.

De angst om iets te missen, fear of missing out (FOMO), is een derde component. In de gesprekken benoemden de respondenten dit niet letterlijk als 'FOMO', maar er werd wel aangekaart dat de smartphone veel gebruikt wordt en het als moeilijk ervaren wordt om hun smartphonegedrag aan te passen. Ze willen namelijk op de hoogte zijn van anderen hun leven. Dit sluit aan bij de studie van Przyblyski et al. (2013) die zegt dat de 'fear of missing out' ontstaat vanuit het verlangen op de hoogte te zijn van wat anderen doen.

Tot slot krijgen de respondenten stress door de vele meldingen op hun smartphone. Ze vinden het namelijk moeilijk om een keuze te maken in wat ze best het eerste doen, en dit te combineren met hun dagelijks leven en andere verwachtingen. Dit komt overeen met de vierde component, 'connection overload', waarbij jongeren stress krijgen door de vele notificaties.

Vanuit eerdere literatuur bleek dat digitale druk mee zal bepalen of er negatieve effecten worden ervaren door mediagebruik, waardoor deze druk als interfererende variabele wordt aanzien (Hefner & Vorderer, 2016). Volgens het 'Differential susceptibility to Media Effects

Model' is bovendien niet iedereen op dezelfde manier vatbaar voor media-effecten (Valkenburg & Peter, 2013). De verschillende effecten van sociale media, zoals problematisch mediagebruik, kunnen mogelijks gedeeltelijk verklaard worden door de stress die men ervaart (Shensa et al., 2017; Valkenburg & Peter, 2013). In de huidige studie hadden de respondenten het in hun perceptie over 'verslaving' bij smartphonegebruik en sociale media. Volgens Shensa (2017) is de hoeveelheid gebruik van sociale media echter niet bepalend voor problematisch gebruik, maar wel de manier waarop men het gebruikt. Met name als men vaak denkt aan sociale media, als men het gebruikt om problemen te vergeten, als men een drang voelt om het te gebruiken of als het een negatieve impact heeft op studies of werk. Dat jongeren het in deze studie zelf benoemen als 'verslaving' is dan ook niet vreemd, aangezien ze het omschrijven als veel met de smartphone bezig zijn, moeilijk om de smartphone een lange periode te missen en erdoor afgeleid worden. Walsh & White (2006) gaven bovendien aan dat jongeren zelf geloven in het positieve effect van de mobiele telefoon. Deze vaststelling dient vanuit de huidige studie genuanceerd te worden aangezien de jongeren naast de positieve effecten ook inzien dat smartphonegebruik 'verslavend' kan zijn.

In de huidige studie benoemden de respondenten tal van copingstrategieën om digitale druk tegen te gaan, wat een aanvulling vormt op bestaande literatuur. De copingstrategieën die aan bod kwamen, vinden opnieuw aansluiting bij de vier componenten die gerelateerd zijn aan digitale druk, door Steele (2019) geformuleerd (stress door beschikbaarheid, aanvaardingsangst, angst om iets te missen en te veel meldingen).

Om de stress door beschikbaarheid tegen te gaan, schakelen jongeren de vliegtuigstand of niet-storenstand in op hun telefoon, of schakelen ze het geluid of hun volledige smartphone uit. Dit wordt voornamelijk toegepast als ze ongestoord willen focussen op een andere activiteit. Het verkleint de drang om een inkomend bericht meteen te willen lezen waardoor ook de digitale druk afneemt. Een andere copingstrategie om stress door beschikbaarheid tegen te gaan is het niet-openen van een bericht. Jongeren kiezen er dan voor om een bericht op hun startscherm niet te openen zodat de ontvanger denkt dat het nog ongelezen is om zo de verwachting tot antwoorden uit te stellen.

Aanvaardingsangst gaan jongeren tegen door vooraf na te denken over wat ze posten. Soms wordt namelijk een foto verwijderd wanneer men merkt dat er weinig likes komen of dat mensen hen ontvolgen na het posten van de foto. Dit kan voortkomen vanuit de angst voor negatieve feedback of afwijzing (LaRose et al., 2014). Ook schakelen jongeren hun locatie bewust uit als ze bijvoorbeeld afspreken met iemand anders dan hun beste vriend(in), om conflicten en commentaar te vermijden. Binnen romantische relaties komt eenzelfde vorm van zelfcensuur voor. Bijvoorbeeld door geen foto's meer te nemen met anderen dan de romantische partner of door foto's van anderen niet te liken (Van Ouytsel et al., 2019).

De 'connection overload' waarbij er te veel meldingen op de smartphone verschijnen, gaan jongeren enerzijds tegen door meldingen uit te schakelen van één of meerdere apps. Anderzijds kiezen jongeren ervoor om bepaalde berichten niet te lezen. Ze openen het bericht dan wel, maar lezen niet alles. Dit komt bijvoorbeeld voor in groepsgesprekken.

Tegen de angst om iets te missen op sociale media, geven jongeren zelf geen copinstrategieën aan. De 'fear of missing out' is echter wel een belangrijke factor bij het verklaren van betrokkenheid in sociale media, waardoor men er veel tijd op doorbrengt (Przybylski et al., 2013). Om overmatig smartphone- en internetgebruik tegen te gaan, zullen ouders vaak toezicht houden op hun kind. Ook in eerdere literatuur kwam reeds aan bod dat ouders verschillende strategieën toepassen, zoals het opleggen van regels (Livingstone & Helsper, 2008). In de huidige studie geven de jongeren aan dat hun ouders het internet uitzetten, een beperking opleggen van twee uur per dag smartphonegebruik of er wordt een familielink gebruikt om te kunnen controleren. Onderzoek van Kalmus et al. (2015) geeft echter aan dat we er hier rekening mee moeten houden dat dergelijke regels niet steeds effectief leiden tot een lager internetgebruik.

6.3. CONFLICTEN EN REGELS

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat sociale media jaloezie uitlokt in romantische relaties bij jongeren (Lucero et al., 2014; Rueda et al., 2015; Van Ouytsel et al., 2016; Van Ouytsel et al., 2019). Jaloezie kan echter in elke vorm van hechte relatie voorkomen, zo ook binnen vriendschappen (Lennarz et al., 2017). Hechte vriendschappen zijn tijdens de adolescentie belangrijk en men is daarin op zoek naar exclusiviteit (Kraft & Mayeux, 2016). Hierdoor is men extra kwetsbaar voor jaloezie en spanningen. In een online context waar men zichzelf kan vergelijken met anderen en er continue toegang is tot sociale media, is jaloezie nog sterker aanwezig (Lennarz et al., 2017). De huidige studie onderzocht in welke mate jongeren binnen hun vriendschapsrelaties jaloezie ervaren en vooral welke rol sociale media hierin speelt. In deze masterproef gaven jongeren dan ook aan dat jaloezie effectief frequent voorkomt binnen vriendschapsrelaties.

Als aanvulling op de literatuur kunnen we uit deze studie verschillende aanleidingen onderscheiden die zorgen voor jaloezie binnen tienervriendschappen. Allereerst verwachten jongeren door de gezien-functie sneller een antwoord van een goede vriend(in). Als die vriend(in) niet reageert, ondanks dat het is gelezen, kan dit zorgen voor conflicten zoals jaloezie en ruzie. Aanvullend hierbij zien we dat deze jaloezie niet altijd geuit wordt. Jongeren verzwijgen in eerste instantie vaak hun frustratie. Gezien de belangrijkheid van vriendschapsrelaties tijdens de adolescentie, is er in sommige gevallen namelijk een gebrek aan durf om er iets over te zeggen (Antheunis et al., 2016; Crockett et al., 1984).

Ten tweede zien jongeren het als een meerwaarde dat vrienden reageren op hun foto's of die liken, en vinden ze het positief om getagd te worden in foto's van goede vrienden. Dit wordt namelijk aanzien als een teken van goede vriendschap, wanneer dit dus niet gebeurt kan er jaloezie ontstaan. Enerzijds kan deze jaloezie afkomstig zijn vanuit de drang om bij de vriendengroep te behoren (Oksman & Turtiainen, 2004; Quinn & Oldmeadow, 2013). Anderzijds kan dit ook voortkomen vanuit het streven naar populariteit. Dit zorgt er namelijk voor dat het risico op jaloezie hoger is omdat het verlies van een vriend, of in dit geval een like of een tag, kan leiden tot een verlies in populariteit (Kraft & Mayeux, 2016; Marks et al., 2012). Wanneer deze jaloezie ook wordt geuit, kan dit op zijn beurt zorgen voor conflicten. De jongeren zullen bijvoorbeeld vragen aan hun vriend(in) waarom ze niet getagd zijn.

Een derde situatie die frequent zorgt voor jaloezie is het verliezen van Streaks op Snapchat. Dit gebeurt wanneer één van de twee jongeren een dag geen foto stuurt, waardoor ze hun Streak verliezen. Het kan dus als een teken van vriendschap gezien worden om dagelijks deze handeling te doen. Dit vormt een goed voorbeeld van de online context waar men zichzelf kan vergelijken met anderen waardoor jaloezie nog sterker aanwezig is (Lennarz et al., 2017). Het aantal Streaks geeft als het ware aan hoe goed je bevriend bent met iemand waardoor jaloezie kan ontstaan als dit getal hoger is bij anderen.

Ten laatste zorgt het ondernemen van een activiteit met een andere vriend(in) ook voor jaloezie als men hiermee geconfronteerd wordt op sociale media. Literatuur geeft namelijk aan dat adolescenten zich meer met de derde partij waartegenover er jaloezie ontstaat, vergelijken. De interesse van een vriend(in) in iemand anders kan men als een persoonlijk falen aanzien (Selman & Schultz, 1990). Jaloezie zal dan ook vaker voorkomen wanneer adolescenten het gevoel hebben dat de derde partij, 'the interloper', bedreigend is voor de kwaliteit, sterkte en overleving van hun eigen vriendschappen (Parker et al., 2005). Jongeren nemen hiertoe ook voorzorgsmaatregelen om jaloezie tegen te gaan en hun vriendschappen op die manier te beschermen. Zo maken ze bijvoorbeeld een privéverhaal aan zodat degene die jaloers kan worden de activiteit niet ziet, of ze schakelen hun locatie uit op Snapchat. Het blijkt dus dat, net zoals partners in romantische relaties, ook vrienden hun gedrag op sociale media aanpassen om jaloezie te vermijden (Lucero et al., 2014; Rueda et al., 2015; Van Ouytsel et al., 2019; Vorderer et al., 2016).

De huidige studie wou voorts een antwoord vinden op het feit waarom jongeren paswoorden delen met goede vrienden en welke (impliciete) verwachtingen hierrond bestaan. Recent verkennend onderzoek heeft namelijk aangetoond dat het delen van paswoorden voorkomt binnen tienervriendschappen en ongeveer de helft van de jonge adolescenten het paswoord van de smartphone en/of sociale media-account van zijn/haar beste vriend(in) kent (Van Ouytsel, 2019). Deze masterproef heeft, in lijn met voorgaand onderzoek, gevonden dat het

delen van paswoorden een frequent en ingeburgerd gebruik is onder adolescente vrienden. Van Ouysel (2019) gaf aan dat jongeren waarschijnlijk voornamelijk paswoorden delen als een daad van vriendschap en een stap in het vriendschapsproces. Dit dient genuanceerd te worden vanuit de huidige studie, aangezien het delen omwille van vertrouwen maar één van de redenen was die jongeren aanhaalden. Andere redenen die aan bod kwamen, waren het hebben van een gezamenlijk account of een praktische reden zoals het overnemen van Streaks op Snapchat. Tot slot delen jongeren ook vaak hun paswoord onbewust, bijvoorbeeld door eens in te loggen via een vriend zijn/haar smartphone. Dit wijst erop dat zowel vertrouwen, maar evenzeer praktische en onbewuste redenen een rol spelen in het delen van paswoorden.

Binnen romantische relaties toonde de literatuur aan dat het delen van paswoorden net kan leiden tot minder vertrouwen en meer jaloezie aangezien men alles kan lezen (Lucero et al., 2014). In de huidige studie wordt hierbij aansluitend aangegeven dat er soms misbruik gemaakt wordt als paswoorden binnen vriendschapsrelaties gekend zijn. Zo worden er berichten gestuurd vanuit iemands naam, worden er foto's geplaatst op iemands profiel, wordt er ingebroken en worden paswoorden veranderd zodat die persoon niet meer kan inloggen. Dit gebeurt hoofdzakelijk binnen vriendschappen die minder hecht zijn, of waar het vertrouwen nog niet groot is. De jongeren in deze studie gaven namelijk aan dat misbruik minder voorkomt als paswoorden worden gedeeld met hechte vrienden omwille van vertrouwen.

6.4. BEPERKINGEN EN SUGGESTIES VOOR TOEKOMSTIG ONDERZOEK

6.4.1. BEPERKINGEN VAN DEZE STUDIE

Ondanks de nieuwe inzichten die deze masterproef heeft bijgebracht, bestaan er ook enkele beperkingen waar toekomstig onderzoek rekening mee kan houden.

Ten eerste werd er kwalitatief onderzoek gevoerd door middel van focusgroepen. Dit maakt dat de resultaten niet representatief gegeneraliseerd kunnen worden naar de hele populatie van jongeren (Mortelmans, 2018). Deze studie is explorierend, waarbij het belangrijk was om diepgang te creëren in de resultaten en de focus dicht bij de jongeren te leggen (Krueger & Casey, 2009). De resultaten uit deze studie kunnen in de toekomst gebruikt worden als basis voor kwantitatief onderzoek met generaliseerbaarheid en uitspraken omtrent causaliteit.

Ten tweede bestaat het gevaar van zelfselectie in dit onderzoek. In één van de twee scholen konden jongeren zich namelijk zelf opgeven om mee te werken aan het onderzoek in plaats van in de studie te blijven. Dit werd zo afgesproken met de school omwille van praktische haalbaarheid. Jongeren die interesse hebben in sociale media en vriendschapsrelaties, of die minder gemotiveerd waren om een uur studie te hebben, hebben zich mogelijks sneller kandidaat gesteld om mee te werken aan het onderzoek.

Ten derde zou het kunnen dat de respondenten werden beïnvloed door elkaar, ondanks onze inspanningen om te verzekeren dat elke leerling voldoende aan het woord kwam en actief naar zijn/haar mening werd gevraagd. Dit is mogelijk aangezien de focusgroepen in klascontext doorgingen zonder dat we de onderlinge verhoudingen tussen de jongeren kenden. Het zou bijvoorbeeld kunnen dat iemand 'populair' is en daardoor invloed uitoefent op wat anderen al dan niet zeggen.

Een vierde mogelijke beperking kwam voort uit het gebruiken van twee fictieve figuren om jongeren te bevragen naar hun mening. Dit werd zo gedaan om sociaal wenselijke antwoorden tegen te gaan. Ze mochten op de vragen antwoorden vanuit de perceptie van de figuren om hun mening te geven. De beperking van deze methode bestaat erin dat het scenario voor sommige deelnemers misschien abstract kon aanvoelen waardoor identificatie moeilijk was.

Tot slot werd geen afbakening gemaakt van wat een goede vriend exact is. In de vraagstelling werd gevraagd naar 'goede vrienden' en 'kennissen', maar er is weinig aandacht besteed aan hoe dit wordt gedefinieerd. Voor sommige jongeren zou een goede vriend iets anders kunnen betekenen dan voor anderen. Hetzelfde geldt voor het concept 'stress'; ook hieraan konden jongeren zelf invulling geven en werd geantwoord op basis van hun gevoel omdat dit primeerde in deze studie. Percepties van stress kunnen tussen jongeren onderling verschillen.

6.4.2. SUGGESTIES VOOR TOEKOMSTIG ONDERZOEK

Met het oog op toekomstig onderzoek worden ook enkele suggesties gedaan vanuit de resultaten en bevindingen in deze masterproef.

Het zou allereerst nuttig kunnen zijn om het ervaren van digitale druk te linken aan het gebruik van technologieën en sociale media bij jongeren. In deze masterproef werd niet gevraagd een eigen inschatting te maken van het aantal uren sociale media- of smartphonegebruik per week. Hierdoor kunnen er geen uitspraken gedaan worden over het meer of minder ervaren van digitale druk afhankelijk van het aantal uren gebruik. Bovendien zou verder getest kunnen worden of verschillende effecten van sociale media, zoals problematisch mediagebruik, mogelijks verklaard kunnen worden door de digitale druk die men ervaart. Hiervoor zou kwantitatief vervolgonderzoek een oplossing kunnen bieden.

Ten tweede kwam uit de resultaten naar voor dat vriendschapskwaliteit een moderator kan zijn in de verwachtingen van jongeren ten aanzien van hoe snel iemand dient te reageren op hun berichten. Verder gaven de jongeren tijdens de focusgroeps gesprekken aan dat er mogelijks een verschil is in het ervaren van digitale druk afhankelijk van geslacht. Naast vriendschapskwaliteit zouden demografische gegevens zoals geslacht, opleidingsniveau, enzovoort meegenomen kunnen worden in kwantitatief vervolgonderzoek om deze bevindingen verder te testen.

De jongeren gaven ten derde aan dat er verschillende copingstrategieën toegepast worden om digitale druk tegen te gaan. Kwantitatief vervolgonderzoek zou kunnen nagaan in welke mate het toepassen van deze copingstrategieën zorgt voor een lagere perceptie van digitale druk. Verder zou longitudinaal onderzoek kunnen bestuderen hoe het ervaren van digitale druk verder evolueert in hun latere vriendschappen en/of romantische relaties, en of men dezelfde reeks copingstrategieën op eenzelfde manier blijft gebruiken.

Als vierde zagen we in de huidige studie dat jongeren verschillend omgaan met hun privacy en met het delen van paswoorden. Kwantitatief vervolgonderzoek zou enerzijds de mogelijke causaliteit tussen het omgaan met privacy en het delen van paswoorden onder vrienden verder kunnen bestuderen. Anderzijds zouden ook de gevolgen van de beslissing om al dan niet paswoorden te delen, verder kunnen onderzocht worden. Het zou jongeren die wel hoge eisen stellen aan hun privacy immers kunnen aanzetten om toch paswoorden te delen omdat het anders nadelige gevolgen voor een vriendschap met zich meebrengt.

Tot slot is het opvallend in de resultaten dat Streaks op Snapchat in elke onderzoeksvraag aan bod kwamen. Zowel bij het ervaren van druk, bij het ontstaan van jaloezie als bij het delen van paswoorden. Het kan interessant zijn om meer in detail te onderzoeken hoe deze app specifiek zorgt voor digitale druk en wat de concrete impact ervan is op tienvriendschappen. Men kan aldus op kwantitatieve wijze onderzoeken welke concrete apps en functies bijdragen tot het ervaren van digitale druk.

6.5. PRAKTISCHE IMPLICATIES

Deze masterproef is relevant voor verschillende stakeholders en de praktijk. Ten eerste kunnen scholen en overheden de informatie omtrent digitale druk gebruiken om jongeren en hun ouders bewust te maken over deze problematiek door middel van flyers, posters en online campagnes via sociale media. Hier kunnen enerzijds de verschillende oorzaken (gezien-functie, blijvend sturen van berichten...) bij aan bod komen. Anderzijds kan besproken worden welke impact het kan hebben op vrienden om dergelijke hoge verwachtingen aan te houden (verschillende stressfactoren). Bovendien kan de informatie rond copingstrategieën in campagnes gebruikt worden om jongeren die met dussdanige situaties geconfronteerd worden, mogelijke oplossingen aan te bieden. Dan gaat het bijvoorbeeld over het uitschakelen van de smartphone, vliegtuigstand gebruiken, de gezien-functie uitschakelen, meldingen blokkeren...

Om nog concreter met de jongeren zelf aan het werk te gaan rond dit thema, zou er vanuit de scholen gekozen kunnen worden om deze problematiek op de agenda te zetten tijdens de lessen. Zo kan men met de jongeren zelf gesprekken aangaan over sociale verwachtingen en permanent bereikbaar zijn. Dit kan bijvoorbeeld door, in het kader van lessen rond relationele en seksuele opvoeding, te praten over (on)gezonde verwachtingen binnen vriendschappen.

De literatuur toont namelijk aan dat een dergelijk programma ervoor kan zorgen dat misbruik daalt en dat het besef groeit over wat gezonde verwachtingen zijn (Wolfe, Crooks, Chiodo, Hughes, & Ellis, 2012).

Ook voor vertrouwenspersonen op scholen en andere welzijnswerkers, zoals psychologen die werken met adolescenten die (psychische) problemen ervaren, kan deze informatie nuttig zijn. Een onderliggende reden van hun problemen kan zich, door het grote belang van vriendschapsrelaties binnen die leeftijdscategorie, namelijk bevinden in onderlinge problemen tussen vrienden en de impact van digitale media hierop. De digitale druk die ontstaat door een verwachte permanente bereikbaarheid kan hier een onderdeel van het probleem zijn.

Scholen kunnen bovendien ook een rol spelen in het verminderen van digitale druk op hun leerlingen. In de gesprekken vermeldde de jongeren namelijk meermaals dat ze de vele meldingen van Smartschool en de verwachting om dit permanent op te volgen als storend ervaren. Hier zou men ervoor kunnen kiezen om zo veel mogelijk van de informatie tijdens de lessen zelf te vermelden en de meldingen naar één moment op de dag te centraliseren zodoende het aantal meldingen te beperken.

Gezien de gekende kwetsbaarheden van jongeren, zoals het risico op cyberpesten en het delen van paswoorden, kan de informatie inzake privacy en de impact hiervan geïntegreerd worden in ICT-lessen en in bestaande educatie rond (cyber)pesten. Omtrent privacy is namelijk uit deze studie gebleken dat er nog steeds een doelgroep jongeren is die weinig belang hecht aan hun privacy en daardoor vaker hun paswoorden delen met een groter risico op misbruik tot gevolg. Bewustmaking van gebruik en veiligheid betreffende privacy kan mogelijks bijdragen aan veiliger gedrag.

Tot slot zouden technologiebedrijven ervoor kunnen kiezen om de privacy-mogelijkheden voor hun minderjarige gebruikers te verhelderen. Dit kan bijvoorbeeld door meer informatie te geven over het uitschakelen van de gezien-functie en meldingen. Men zou hier ook verder in kunnen gaan door deze features standaard uit te zetten, zodat er actief moet gekozen worden om deze aan te zetten. Ook het helemaal niet beschikbaar maken van deze features voor minderjarigen kan een optie zijn, gezien de digitale druk en mogelijke psychologische gevolgen.

7. CONCLUSIE

In deze studie stelden we vast dat heel wat jongeren digitale druk ervaren. Er bestaat namelijk een sterke verwachting onder vrienden dat er snel geantwoord wordt. Dit wordt versterkt door technologische mogelijkheden zoals de 'gezien-functie' of het blijvend lastigvallen van vrienden via verschillende apps. De verwachting dat vrienden prompt antwoorden op berichten, verdwijnt alleen in situaties waar men moeilijk kan reageren zoals tijdens maaltijden, vakanties of examens. Bij kennissen bestaat de verwachting tot permanente bereikbaarheid niet. Het lijkt vooral dat de hechtheid van vriendschap bepalend is voor verwachtingen tot antwoorden. Digitale druk wordt dus voornamelijk ervaren binnen hechte vriendschapsrelaties.

Onze respondenten erkennen deze digitale druk en geven aan dat de smartphone een bepalende rol speelt in hun leven. Dit blijkt uit de veelheid aan copingstrategieën die men gebruikt om digitale druk tegen te gaan. Jongeren voorkomen de druk tot permanent bereikbaar zijn door in- of uitschakelen van bepaalde opties, zoals de vliegtuigstand. Sommige jongeren kiezen er ook voor om bewust een bericht niet te openen zodat de afzender niet ziet dat het is gelezen. Ook de overdaad aan meldingen zorgt voor stress, waardoor jongeren ervoor kiezen meldingen uit te schakelen of berichten niet allemaal te lezen. Ouders van jonge adolescenten blijken eveneens bezorgd over de impact van sociale media. Zij beperken daarom bijvoorbeeld het smartphonegebruik van hun kinderen.

Enerzijds kunnen de copingstrategieën jongeren helpen om digitale druk tegen te gaan, maar anderzijds zijn hechte vriendschappen van groot belang. Dit maakt dat het moeilijk is voor jongeren om de copingstrategieën ook effectief toe te passen, aangezien ze hun vrienden tevreden willen houden. Deze studie toont namelijk aan dat sociale media een rol speelt in het ervaren van jaloezie en het ontstaan van conflicten onder jongeren. Conflicten zijn afkomstig vanuit de verwachting tot antwoorden, tot het liken of reageren bij foto's, tot het taggen van goede vrienden in foto's en vanuit de verwachting Streaks op Snapchat te behouden. Jaloezie ontstaat voornamelijk door het taggen van andere personen en het zien van activiteiten met andere vrienden op sociale media. Hiertoe beslissen jongeren om hun gedrag aan te passen en bijvoorbeeld een privéverhaal aan te maken zodat jaloezie vermeden wordt.

Tot slot geeft deze studie inzicht in het delen van paswoorden onder vrienden. Het werd duidelijk dat dit een erg ingeburgerd fenomeen is bij tiener-vriendschappen. Niet enkel vanuit een daad van vriendschap of vertrouwen, maar ook vanwege praktische redenen of een lakse omgang met hun privacy. De mentaliteit die jongeren hebben omtrent privacy zal mee bepalen of ze hun paswoord wensen te delen, met wie en om welke redenen. Aansluitend is vastgesteld dat het kennen van paswoorden van vrienden kan leiden tot misbruik. De kans hierop zou volgens de respondenten groter zijn wanneer paswoorden toevallig gedeeld worden of wanneer minder hechte vrienden het paswoord kennen.

8. REFERENTIELIJST

- Alison Bryant, J., Sanders-Jackson, A., & Smallwood, A. M. (2006). IMing, text messaging, and adolescent social networks. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 11(2), 577-592.
- Anderson, M., & Jiang, J. (2018). Teens, social media & technology 2018. *Pew Research Center*, 31, 2018.
- Antheunis, M. L., Schouten, A. P., & Krahmer, E. (2016). The Role of Social Networking Sites in Early Adolescents' Social Lives. *Journal of Early Adolescence*, 36(3), 348-371.
- Antheunis, M. L., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2012). The quality of online, offline, and mixed-mode friendships among users of a social networking site. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 6(3).
- Apestaartjaren. (2014). *Apestaartjaren 5: De digitale leefwereld van kinderen en jongeren*.
- Apestaartjaren. (2018). *Apestaartjaren 7: De digitale leefwereld van kinderen en jongeren*.
- Arseneault, L., Bowes, L., & Shakoor, S. (2010). Bullying victimization in youths and mental health problems: 'much ado about nothing'? *Psychological Medicine*, 40(5), 717-729.
- Bagwell, C. L., Bender, S. E., Andreassi, C. L., Kinoshita, T. L., Montarello, S. A., & Muller, J. G. (2005). Friendship quality and perceived relationship changes predict psychosocial adjustment in early adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(2), 235-254.
- Ben-Ze'ev, A. (2005). *Detachment: The unique nature of online romantic relationships*: New York: Oxford University Press.
- Bessiere, K., Kiesler, S., Kraut, R., & Boneva, B. S. (2008). Effects of Internet use and social resources on changes in depression. *Information, Community & Society*, 11(1), 47-70.
- Bowker, A. (2004). Predicting friendship stability during early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 24(2), 85-112.
- Brace, C. L., Young, K. L., & Regan, M. A. (2007). Analysis of the literature: The use of mobile phones while driving. *Health*, 27, 112-113.
- Cain, N., & Gradisar, M. (2010). Electronic media use and sleep in school-aged children and adolescents: A review. *Sleep medicine*, 11(8), 735-742.
- Campbell, S. W., & Park, Y. J. (2008). Social implications of mobile telephony: The rise of personal communication society. *Sociology Compass*, 2(2), 371-387.
- Carroll, J., Howard, S., Peck, J., & Murphy, J. (2002). A field study of perceptions and use of mobile telephones by 16 to 22 year olds. *Journal of Information Technology Theory and Application*, 4(2), 49-61.

- Collins, W. A., Welsh, D. P., & Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationships. *Annual review of psychology*, *60*, 631-652.
- Connolly, J., & Goldberg, A. (1999). Romantic Relationships in Adolescence, the role of friends and peers in their emergence and development. In *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 266-286).
- Crockett, L., Losoff, M., & Petersen, A. C. (1984). Perceptions of the peer group and friendship in early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, *4*(2), 155-181.
- Eppler, M. J., & Mengis, J. (2004). The concept of information overload: A review of literature from organization science, accounting, marketing, MIS, and related disciplines. *The information society*, *20*(5), 325-344.
- Flynn, H. K., Felmlee, D. H., & Conger, R. D. (2014). The Social Context of Adolescent Friendships: Parents, Peers, and Romantic Partners. *Youth & Society*, *49*(5), 679-705.
- Fox, J., Warber, K. M., & Makstaller, D. C. (2013). The role of Facebook in romantic relationship development. *Journal of Social and Personal Relationships*, *30*(6), 771-794.
- Franchina, V., Vanden Abeele, M., Van Rooij, A. J., Lo Coco, G., & De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among Flemish adolescents. *International journal of environmental research and public health*, *15*(10), 2319-2336.
- Friendly ATTAC. (2012). *Zes jaar onderzoek naar cyberpesten in Vlaanderen, België en daarbuiten: een overzicht van de bevindingen*.
- Hefner, D., & Vorderer, P. (2016). Digital stress: Permanent Connectedness and Multitasking. In *The Routledge handbook of media use and well-being: International perspectives on theory and research on positive media effects* (pp. 237-249).
- Heirman, W., & Walrave, M. (2008). Assessing concerns and issues about the mediation of technology in cyberbullying. *Cyberpsychology: journal of psychosocial research on cyberspace*, *2*(2).
- Higuchi, S., Motohashi, Y., Liu, Y., & Maeda, A. (2005). Effects of playing a computer game using a bright display on presleep physiological variables, sleep latency, slow wave sleep and REM sleep. *Journal of Sleep Research*, *14*(3), 267-273.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2008). Personal information of adolescents on the Internet: A quantitative content analysis of MySpace. *Journal of adolescence*, *31*(1), 125-146.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2013). Social influences on cyberbullying behaviors among middle and high school students. *Journal of Youth and Adolescence*, *42*(5), 711-722.
- Huang, C. (2010). Internet use and psychological well-being: A meta-analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *13*(3), 241-249.

- Huang, C., Unger, J., Soto, D., Fujimoto, K., Pentz, M., Jordan-Marsh, M., & Valente, T. (2014). Peer Influences: The Impact of Online and Offline Friendship Networks on Adolescent Smoking and Alcohol Use. *Journal of Adolescent Health, 54*(5), 508-514.
- Juvonen, J., & Gross, E. F. (2008). Extending the school grounds?—Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School health, 78*(9), 496-505.
- Kalmus, V., Blinka, L., & Olafsson, K. (2015). Does it matter what mama says: Evaluating the role of parental mediation in European adolescents' excessive Internet use. *Children & Society, 29*(2), 122-133.
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. *The public opinion quarterly, 37*(4), 509-523.
- Katz, E., Haas, H., & Gurevitch, M. (1973). On the use of the mass media for important things. *American sociological review, 38*, 164-181.
- Kraft, C., & Mayeux, L. (2016). Associations Among Friendship Jealousy, Peer Status, and Relational Aggression in Early Adolescence. *The Journal of Early Adolescence, 38*(3), 385-407.
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V., & Crawford, A. (2002). Internet paradox revisited. *Journal of social issues, 58*(1), 49-74.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukophadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American psychologist, 53*(9), 1017-1032.
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2009). *Focus groups: A practical guide for applied research*. California: Sage publications.
- LaRose, R., Connolly, R., Lee, H., Li, K., & Hales, K. D. (2014). Connection overload? A cross cultural study of the consequences of social media connection. *Information Systems Management, 31*(1), 59-73.
- Lenhart, A., Madden, M., Smith, A., Purcell, K., & Zickuhr, K. (2011). *Teens, kindness, and cruelty on social network sites*.
- Lenhart, A., Smith, A., & Anderson, M. (2015). *Teens, technology and romantic relationships*.
- Lennarz, H. K., Lichtwarck-Aschoff, A., Finkenauer, C., & Granic, I. (2017). Jealousy in adolescents' daily lives: How does it relate to interpersonal context and well-being? *Journal of adolescence, 54*, 18-31.
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental mediation of children's internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media, 52*(4), 581-599.

- Lodder, G. M., Scholte, R. H., Cillessen, A. H., & Giletta, M. (2016). Bully Victimization: Selection and Influence Within Adolescent Friendship Networks and Cliques. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1), 132-144.
- Lucero, J. L., Weisz, A. N., Smith-Darden, J., & Lucero, S. M. (2014). Exploring gender differences: Socially interactive technology use/abuse among dating teens. *Affilia*, 29(4), 478-491.
- Mai, L. M., Freudenthaler, R., Schneider, F. M., & Vorderer, P. (2015). "I know you've seen it!" Individual and social factors for users' chatting behavior on Facebook. *Computers in Human Behavior*, 49, 296-302.
- Marks, P. E., Cillessen, A. H., & Crick, N. R. (2012). Popularity contagion among adolescents. *Social Development*, 21(3), 501-521.
- Mathews, R. (2004). The psychosocial aspects of mobile phone use amongst adolescents. *InPsych*, 26(6), 16-19.
- Mishna, F., Khoury-Kassabri, M., Gadalla, T., & Daciuk, J. (2012). Risk factors for involvement in cyber bullying: Victims, bullies and bully-victims. *Children and Youth Services Review*, 34(1), 63-70.
- Moreno, M. A. (2011). Social networking sites and adolescent health: new opportunities and new challenges. *A Journal of Law and Policy*, 7(1), 57-69.
- Mortelmans, D. (2018). *Handboek kwalitatieve onderzoeksmethoden* (Vol. 5). Leuven: Acco.
- Nesi, J., Choukas-Bradley, S., & Prinstein, M. J. (2018a). Transformation of Adolescent Peer Relations in the Social Media Context: Part 1-A Theoretical Framework and Application to Dyadic Peer Relationships. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 21(3), 267-294.
- Nesi, J., Choukas-Bradley, S., & Prinstein, M. J. (2018b). Transformation of Adolescent Peer Relations in the Social Media Context: Part 2-Application to Peer Group Processes and Future Directions for Research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 21(3), 295-319.
- Newcomb, A. F., & Bagwell, C. L. (1995). Children's friendship relations: A meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 117(2), 306-347.
- Oksman, V., & Turtiainen, J. (2004). Mobile communication as a social stage: Meanings of mobile communication in everyday life among teenagers in Finland. *New Media & Society*, 6(3), 319-339.
- Othman, M. S., Suhaimi, S. M., Yusuf, L. M., Yusof, N., & Mohamad, N. (2012). An Analysis of Social Network Categories: Social Learning and Social Friendship. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 56, 441-447.

- Oulasvirta, A., Rattenbury, T., Ma, L. Y., & Raita, E. (2012). Habits make smartphone use more pervasive. *Personal and Ubiquitous Computing*, 16(1), 105-114.
- Palmgreen, P., Wenner, L. A., & Rayburn, J. (1981). Gratification discrepancies and news program choice. *Communication research*, 8(4), 451-478.
- Palmgreen, P., Wenner, L. A., & Rayburn, J. D. (1980). Relations between gratifications sought and obtained: A study of television news. *Communication research*, 7(2), 161-192.
- Parker, J. G., Low, C. M., Walker, A. R., & Gamm, B. K. (2005). Friendship jealousy in young adolescents: individual differences and links to sex, self-esteem, aggression, and social adjustment. *Developmental Psychology Journal*, 41(1), 235-250.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2006). Bullies move beyond the schoolyard: A preliminary look at cyberbullying. *Youth violence and juvenile justice*, 4(2), 148-169.
- Peters, O., Almekinders, J., van Buren, R., Snippers, R., & Wessels, J. (2003). *Motives for SMS use*. Paper presented at the 53rd Annual Meeting of the International Communication Association, ICA 2003: Communication in Borderlands.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon and Schuster.
- Quinn, S., & Oldmeadow, J. A. (2013). Is the i-generation a 'we' generation? Social networking use among 9- to 13-year-olds and belonging. *British Journal of Developmental Psychology*, 31(1), 136-142.
- Rettie, R. (2009). SMS: Exploiting the interactional characteristics of near-synchrony. *Information, Communication & Society*, 12(8), 1131-1148.
- Richtel, M. (2010). Attached to technology and paying a price. *The New York Times*.
- Rosen, L. D., Whaling, K., Rab, S., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). Is Facebook creating "iDisorders"? The link between clinical symptoms of psychiatric disorders and technology use, attitudes and anxiety. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1243-1254.
- Rubin, A. M. (1983). Television uses and gratifications: The interactions of viewing patterns and motivations. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 27(1), 37-51.
- Rueda, H. A., Lindsay, M., & Williams, L. R. (2015). "She Posted It on Facebook" Mexican American Adolescents' Experiences With Technology and Romantic Relationship Conflict. *Journal of Adolescent Research*, 30(4), 419-445.

- Schneider, S. K., O'donnell, L., Stueve, A., & Coulter, R. W. (2012). Cyberbullying, school bullying, and psychological distress: A regional census of high school students. *American journal of public health, 102*(1), 171-177.
- Selman, R. L., & Schultz, L. H. (1990). *Making a friend in youth: Developmental theory and pair therapy*. Chicago, IL, US: University of Chicago Press.
- Shensa, A., Escobar-Viera, C. G., Sidani, J. E., Bowman, N. D., Marshal, M. P., & Primack, B. A. (2017). Problematic social media use and depressive symptoms among U.S. young adults: A nationally-representative study. *Social Science & Medicine, 182*, 150-157.
- Srivastava, L. (2005). Mobile phones and the evolution of social behaviour. *Behaviour & information technology, 24*(2), 111-129.
- Steele, R. G., Hall, J. A., & Christofferson, J. L. (2019). Conceptualizing Digital Stress in Adolescents and Young Adults: Toward the Development of an Empirically Based Model. *Clinical Child and Family Psychology Review, 15*-26.
- Sundar, S. S., & Limperos, A. M. (2013). Uses and Grats 2.0: New Gratifications for New Media. *Journal of Broadcasting & Electronic Media, 57*(4), 504-525.
- Turkle, S. (2017). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. New York: Basic Books.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). Online communication and adolescent well-being: Testing the stimulation versus the displacement hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication, 12*(4), 1169-1182.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). The effects of instant messaging on the quality of adolescents' existing friendships: A longitudinal study. *Journal of Communication, 59*(1), 79-97.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2013). The differential susceptibility to media effects model. *Journal of Communication, 63*(2), 221-243.
- Van den Bulck, J. (2003). Text messaging as a cause of sleep interruption in adolescents, evidence from a cross-sectional study. *Journal of Sleep Research, 12*(3), 263-263.
- Van Ouytsel, J. (2016). *NVivo en het schrijven van een kwalitatieve masterproef*.
- Van Ouytsel, J. (2019). An exploratory study of password sharing practices and intrusive behaviors among early adolescents' best friendships. *Paper submitted to the International communication Association Conference 2020. Brisbane, Australia*.
- Van Ouytsel, J., Van Gool, E., Walrave, M., Ponnet, K., & Peeters, E. (2016). Exploring the role of social networking sites within adolescent romantic relationships and dating experiences. *Computers in Human Behavior, 55*, 76-86.

- Van Ouytsel, J., Walrave, M., Ponnet, K., Willems, A. S., & Van Dam, M. (2019). Adolescents' Perceptions of Digital Media's Potential to Elicit Jealousy, Conflict and Monitoring Behaviors Within Romantic Relationships. *Cyberpsychology-Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13(3).
- Vandebosch, H., & Van Cleemput, K. (2008). Defining cyberbullying: A qualitative research into the perceptions of youngsters. *CyberPsychology & Behavior*, 11(4), 499-503.
- Vanden Abeele, M. (2015). Mobile youth culture: A conceptual development. *Mobile Media & Communication*, 4(1), 85-101.
- Vanden Abeele, M., Schouten, A. P., & Antheunis, M. L. (2017). Personal, editable, and always accessible: An affordance approach to the relationship between adolescents' mobile messaging behavior and their friendship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(6), 875-893.
- Vanhaelewyn, B., & De Marez, L. (2018). *IMEC Digimeter*.
- Varjas, K., Talley, J., Meyers, J., Parris, L., & Cutts, H. (2010). High school students' perceptions of motivations for cyberbullying: An exploratory study. *Western Journal of Emergency Medicine*, 11(3), 269-273.
- Veenstra, S., Vandebosch, H., & Walrave, M. (2012). Cyberbullying: Defining, understanding and intervening. In *Cyber safety: an introduction* (pp. 217-226).
- Vorderer, P., Kromer, N., & Schneider, F. M. (2016). Permanently online - Permanently connected: Explorations into university students' use of social media and mobile smart devices. *Computers in Human Behavior*, 63, 694-703.
- Walrave, M., & Heirman, W. (2011). Cyberbullying: Predicting Victimization and Perpetration. *Children & Society*, 25(1), 59-72.
- Walsh, S., & White, K. (2006). Ring, ring, why did I make that call?: Mobile phone beliefs and behaviour among Australian university students. *Youth Studies Australia*, 25(3), 49-57.
- Walsh, S., White, K., & Young, R. (2008). Over-connected? A qualitative exploration of the relationship between Australian youth and their mobile phones. *Journal of adolescence*, 31(1), 77-92.
- Walsh, S., White, K., & Young, R. (2010). Needing to connect: The effect of self and others on young people's involvement with their mobile phones. *Australian Journal of Psychology*, 62(4), 194-203.
- White, A. E., Weinstein, E., & Selman, R. L. (2018). Adolescent friendship challenges in a digital context: Are new technologies game changers, amplifiers, or just a new medium? *Convergence-the International Journal of Research into New Media Technologies*, 24(3), 269-288.

- Whitty, M., Doodson, J., Creese, S., & Hodges, D. (2015). Individual differences in cyber security behaviors: an examination of who is sharing passwords. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 18(1), 3-7.
- Wolfe, D. A., Crooks, C. V., Chiodo, D., Hughes, R., & Ellis, W. (2012). Observations of adolescent peer resistance skills following a classroom-based healthy relationship program: A post-intervention comparison. *Prevention Science*, 13(2), 196-205.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). # Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of adolescence*, 51, 41-49.
- Yang, C.-c., & Brown, B. B. (2013). Motives for using Facebook, patterns of Facebook activities, and late adolescents' social adjustment to college. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(3), 403-416.

9. BIJLAGEN

De bijlagen van deze masterproef werden digitaal aan de promotor bezorgd. Het betreft de volgende documenten:

1. Verklaring op eer ingevuld door de student.
2. Ethisch formulier ingevuld door de student, inclusief alle documenten die werden gebruikt in samenwerking met de scholen om leerlingen te werven en ouders te informeren en om actieve/passieve goedkeuring te vragen.

De flyer om leerlingen te werven/enthousiasmeren voor het onderzoek werd ook als bijlage toegevoegd aan dit document ter consultatie (bijlage 9.1).

3. Vragenlijst van de focusgroepgesprekken.

De vragenlijst werd ook als bijlage toegevoegd aan dit document ter consultatie (bijlage 9.2).

4. Toestemmingsformulieren ouders en deelnemers
5. Video-opnames van de focusgroepgesprekken
6. Transcripts van de focusgroepgesprekken.
7. Nvivo-project met alle toegewezen codes gekoppeld aan de transcripts.
8. Codeboek opgemaakt vanuit de analyse.

9.1. FLYER VOOR LEERLINGEN



Universiteit
Antwerpen

ONDERZOEK
VRIENDSCHAP 2.0: ALTIJD ONLINE - NOOIT ALLEEN

*Informatie
groepsgesprekken*

Ik ben Debra De Groote, oud-leerlinge van deze school, en zit momenteel in mijn masterjaar communicatiewetenschappen aan de Universiteit Antwerpen.

In mijn masterproef onderzoek ik de invloed van digitale media op vriendschappen bij jongeren. Daarom zal ik op deze school groepsgesprekken organiseren met leerlingen uit het 3e middelbaar tijdens de studie.

Na de krokusvakantie zal ik dan ook langskomen tijdens de studie en kan je deelnemen aan het leuke groepsgesprek dat 1 lesuur duurt.
Je krijgt zelfs een hapje en drankje van mij!

GEEN SCHRIK! Je hoeft hiervoor geen ervaring of voorkennis te hebben. Er zullen ook geen persoonlijke vragen gesteld worden, maar je mag wel je mening geven over het onderwerp in het algemeen.

Tot binnenkort!

DEBRA DE GROOTE debra.degroote@student.uantwerpen.be



ONDERZOEK
VRIENDSCHAP 2.0: ALTIJD ONLINE - NOOIT ALLEEN

Informatie groepsgesprekken

Ik ben Debra De Grootte, oud-leerlinge van deze school, en zit momenteel in mijn masterjaar communicatiewetenschappen aan de Universiteit Antwerpen.

In mijn masterproef onderzoek ik de invloed van digitale media op vriendschappen bij jongeren. Daarom zal ik op deze school groepsgesprekken organiseren met leerlingen uit het 2e en 3e middelbaar tijdens de lessen zedenleer/godsdienst.

Na de krokusvakantie zal ik dan ook in jullie klas langskomen en kan je deelnemen aan het **leuke groepsgesprek** dat 1 lesuur duurt. Het is geregeld met de school dat je geen lessen zal missen hierdoor, en je krijgt zelfs een hapje en drankje van mij!

GEEN SCHRIK! Je hoeft hiervoor geen ervaring of voorkennis te hebben. Er zullen ook geen persoonlijke vragen gesteld worden, maar je mag wel je mening geven over het onderwerp in het algemeen.

Tot binnenkort!

DEBRA DE GROOTE

debra.degrootte@student.uantwerpen.be

9.2. VRAGENLIJST FOCUSGROEPGESPREKKEN

Inleiding (Totaal 10min met binnenkomen en dergelijke)

(5min) Introductie van mezelf – Korte algemene schets van het onderzoek en ethische richtlijnen, bedanking,... – toestemmingsdocument laten invullen – hoeveel tijd er is en afspraken: niet door elkaar praten, iedereen aan het woord, luisteren naar elkaar – zeggen dat drankjes en koekjes mogen genomen worden.

Openingsvraag (Totaal 2min)

(2min) Om de focusgroep te starten zou ik jullie graag allemaal iets beter leren kennen. Jullie mogen allemaal jullie naam en leeftijd zeggen, en daarbij vermelden wat je favoriete social media app is op je smartphone en waarom. Ik zal beginnen...

Introductievraag (Totaal 5min)

(5min) Waar denken jullie dat jongeren in het algemeen allemaal stress/frustraties kunnen door krijgen?

- Wat geven zij aan als aspecten die voor stress kunnen zorgen?
- Denken ze hierbij **spontaan** aan stress door technologie of niet?

Transitvraag (Totaal 5 min)

(5 min) Jongeren zeggen soms ook dat hun smartphone of sociale media zoals Instagram en Snapchat frustrerend/irritant zijn. Waardoor zou dit volgens jullie kunnen komen?

- **OV1: Oorzaken: Erkennen/ervaren ze effectief digitale druk? Bij hen zelf, vrienden,...?**
- **Doorvragen:** Zie je dat ook soms bij je vrienden? Hoe dan? Zou je het ook echt als stress durven benoemen?
- **In het achterhoofd houden:** Veel meldingen – Snapchat Streaks - Druk om snel te antwoorden door vrienden – Vraagtekens sturen als ze niet snel genoeg antwoorden – Allemaal verschillende apps – met verschillende dingen bezig zijn – Instagram 'laatst gezien' die foutief is - ...? – Stress door spelen van games in groepsverband (goed willen doen voor de groep, anders beginnen ze weer vanaf 0).

Sleutelvragen (20-25 min)

(8 min) Thibo en Lore zitten in dezelfde klas en hebben morgen een belangrijk examen, maar ze hebben beiden nog niet veel gestudeerd. Om geslaagd te zijn moeten ze nu echt wel enkele uren goed studeren. Plots krijgen ze meldingen op hun telefoon: Follow up: doen jullie dit dan ook?

1. Ze zien dat hun beste vriend/vriendin 5 berichten heeft gestuurd.

Doorvragen: Wat doen ze denk je? Waarom? De gevolgen voor het examen? Waarom snel reageren? Willen ze zelf ook dat iemand zo snel reageert? Hebben ze er begrip voor dat je niet kunt reageren tijdens examens?

Hoe zou hun beste vriend/vriendin reageren als ze niet meteen hadden geantwoord?

= OV1 – 1a en 1b → drijfveren om te reageren + bij wie?

2. Stel dat het niet hun beste vriend/vriendin is, maar iemand anders.

Doorvragen: Wat doen ze dan denk je? Waarom? Welk verschil is dit met een beste vriend/vriendin?

= OV1 – 1a en 1b → drijfveren om te reageren + bij wie?

Lore en Thibo



(8 min) Wat zouden Lore en Thibo best doen als ze voelen dat ze stress krijgen door die berichtjes en ze eigenlijk willen studeren? Kunnen ze iets ondernemen hiertegen of zouden ze gewoon best antwoorden? Follow up: Doen jullie dit dan ook?

- OV2: Hoe gaan ze om met het voelen van druk? Impact op gezondheid? Coping?

Doorvragen: Copingstrategieën zoals gsm uitzetten, vinkjes uitzetten, niet openen van bericht,...? Vind je het zelf raar als je vrienden niet antwoorden? Wat doe je dan? Is het een teken van vriendschap als een bepaalde vriendin altijd snel antwoordt? Zijn dat je beste vriendinnen?

(8 min) Wat is jullie mening over de volgende stellingen/vragen? Follow up: doen jullie dit dan ook?

- 1. Denken jullie dat het gebeurt dat wanneer iemand merkt dat zijn/haar beste vriend(in) wel antwoordt naar iemand anders, maar niet naar hem/haar, dat ze dit niet leuk vinden?**
= OV3 Conflicten – 3a: Jaloezie?
Doorvragen: zijn er dingen waar je jaloeers van wordt binnen sociale media?
- 2. Denken jullie dat het gebeurt dat iemand een opmerking krijgt van zijn/haar beste vriend(in) omdat hij/zij niet snel genoeg reageerde op een bericht?**
= OV3 Conflicten – 3a: Jaloezie
Doorvragen: waarom die opmerking/ruzie? Worden daar soms afspraken over gemaakt?
Vb. Laatste keer online op Instagram dat 'foutief' is: zorgt dit voor problemen? Wat doe je daartegen?
- 3. Zijn er nog andere dingen op sociale media, Instagram, Snapchat,... die voor jaloezie kunnen zorgen tussen (beste) vrienden?**
= OV3 Conflicten – 3a: Jaloezie
Doorvragen: waarom (context? Streaks op Snapchat?) – welke vrienden – wat doen ze daarmee? Is dit een teken van vriendschap? Vinden ze dit oké? ...? Bvb. games: iemand die zegt niet online te kunnen komen waarvan je ziet dat die dan toch in die 'wereld' aan het spelen is.
- 4. Gebeurt het dat vrienden paswoorden delen met elkaar en deze gebruiken?**
= OV3 Conflicten – 3b: Delen van paswoorden
Doorvragen: Om welke redenen gebeurt dit (behalve Streaks)? Teken van vriendschap op dit te doen? Vertrouwen?
Doorvragen: Denk je dat het al eens gebeurt dat sommigen dan ook (ongewenst) op elkaars telefoon inbreken? Wat doen ze dan? (berichtjes, zotte foto's,...?)

Eindvragen (5-10 min)

(5min) Om nooit meer frustraties te voelen op sociale media in contact met je vrienden, wat zou er in een perfect digitale wereld dan moeten veranderen?

- Te weten komen: wat is belangrijkste aspect van druk voor hen = gewicht?

(2min) We hebben tijdens deze bespreking veel gehoord, maar is er iemand die nog iets wil toevoegen over dit thema dat niet aan bod is gekomen in de vragen?

- Te weten komen: iets vergeten in vragenlijst? Belangrijk: eventueel bijsturing naar volgende focusgroepen.