

FRIENDAHOLIC

Van Elizabeth Day verscheen eveneens
bij Ambo|Anthos *uitgevers*

Steen, papier, schaar
Het feest
Durf te falen / How to fail
Schaduwstad
De huisgenoot

Meld je aan voor onze nieuwsbrief om op de hoogte te blijven van
de nieuwste boeken van Ambo|Anthos *uitgevers* via
www.amboanthos.nl/nieuwsbrief.

Elizabeth Day

FRIENDAHOLIC

Wat vriendschap je kan leren

Vertaald door Vanja Walsmit

Ambo|Anthos
Amsterdam



ISBN 978 90 263 6420 4

© 2023 Elizabeth Day

© 2023 Nederlandse vertaling Ambo|Anthos *uitgevers*,
Amsterdam en Vanja Walsmit

Oorspronkelijke titel *Friendaholic. Confessions
of a Friendship Addict*

Oorspronkelijke uitgever 4th Estate

Published by arrangement with Rachel Mills Literary Ltd.

Omslagontwerp Alexandra de Vries/Jo Thomson

Omslagillustratie © Shutterstock

Foto auteur © Jenny Smith

Verspreiding voor België:

Veen Bosch & Keuning uitgevers nv, Antwerpen

Voor Emma, mijn beste vriendin

INHOUD

Inleiding 9

1 DE PANDEMIE 17

Wat lockdowns me over vriendschap hebben geleerd

2 VRIENDEN MAKEN 41

Waarom doen we het?

3 JOAN 64

Vriendschappen met een leeftijdsverschil

4 GHOSTING 83

Wanneer vrienden verdwijnen

5 SATHNAM 114

Mannenvriendschappen, doet gender ertoe en het *When Harry Met Sally*-vraagstuk

6 CONTRACTEN 139

Een vriendschaps-cv, met dank aan *The Real Housewives*

- 7 SHARMAINE 162
Duidelijk zijn is fijn
- 8 FRENEMIES 184
Als vrienden niet het beste met je voorhebben
- 9 VRUCHTBAARHEID 199
Als jij de enige in je vriendenkring bent zonder geen kinderen
- 10 CLEMMIE 226
Zijn vriendschappen bestand tegen grote veranderingen?
- 11 TWEE KEER KLIKKEN VOOR EEN LIKE 257
Vriendschappen in het online-tijdperk
- 12 EMMA 285
Beste vriendinnen
- 13 HET EINDE VAN EEN VRIENDSCHAP 320
- 14 WAT IK OVER VRIENDSCHAP HEB GELEERD 338
- Noten 341
- Dankwoord 349

INLEIDING

Ik heb ooit een verhaal gehoord over een man die een enorme hekel had aan oppervlakkige gesprekken. Als hij op een feestje was, vroeg hij nooit naar iemands werk, maakte geen opmerkingen over het weer en informeerde niet hoelang andere gasten erover hadden gedaan om naar het feest te komen, welke route ze hadden genomen en of ze het verkeer op de A40 hadden weten te ontwijken. Zijn openingszin was altijd: ‘Wat is je passie, afgezien van werk en gezin?’

Toen ik dit verhaal hoorde, had ik in eerste instantie bewondering voor de vindingrijkheid van die man. Maar ik kon niet direct bedenken hoe ik zijn vraag zou beantwoorden. Wat was mijn passie eigenlijk?

Als tiener had ik meegekregen dat het belangrijk is om hobby’s te hebben. Die kon je op je cv zetten, en daarmee liet je zien hoe veelzijdig je was. Toen al kostte het me moeite om er een paar bij elkaar te schrapen. Ik heb een keer een salsacursus gedaan, waar ik helemaal niets aan vond, maar ik plempte hem toch op mijn cv om de loopbaanadviseur tevreden te stellen. Met mijn vader ben ik als kind weleens gaan abseilen, dus dat voegde ik er ook aan toe. Dat ik trompet speelde zette ik er eveneens bij. ‘Film,’ typte ik vervolgens – ik hield er ook echt van om naar de bioscoop te gaan en een medium-emmer zoete en zoute popcorn te bestellen. Vanaf

dat moment zou elke potentiële werkgever mij zien als een gekwalificeerde salsa dansende, trompet spelende, bioscoop bezoekende abseiler. Maar om nou te zeggen dat ik een passie voor die dingen had (op de popcorn na dan)... Bovendien is een passie iets anders dan een hobby, toch? Het eerste kan een concept zijn, een gevoel, een persoon; bij het tweede komt een vorm van activiteit kijken, soms met stijfjzers.

Twee jaar geleden kwam het antwoord zomaar ineens bij me op. We zaten midden in een pandemie en net als miljoenen andere mensen over de hele wereld ging ik van een actief sociaal leven naar helemaal geen sociaal leven. Het gemis van mijn vrienden voelde verrassend schrijnend. Ik miste hun gezichten, hun knuffels, de geur van hun parfum. Ik miste onze kletspraatjes. Ik miste de mogelijkheid om mijn gedachten op een rijtje te krijgen via gesprekken met hen.

Ik had mijn passie ontdekt: vriendschap.

Mijn vrienden hadden me door de onverwachte wendingen van het leven heen geholpen. Ze waren er voor me geweest bij stukgelopen relaties, vruchtbaarheidsproblemen, een huwelijk, een scheiding, een miskraam, nieuwe banen, verhuizingen en meer. Ze hadden me steun en advies gegeven en ze waren lief voor me geweest. En als het meezat in mijn leven, hadden ze dat met me gevierd. We hadden gelachen en gehuild en hand in hand voor- en tegenspoed beleefd.

Ik beschikte niet over taal waarmee ik precies kon beschrijven wat ze voor me betekenden. De meeste woorden over liefde hebben betrekking op romantische relaties. Ik liet mijn vrienden continu weten dat ik van ze hield, maar ik was natuurlijk niet verliefd op ze. Het lag genuanceerder. Ik voelde passie voor ze.

Zoals vaak met passies gebeurt, raakte ik er geobsedeerd door. Als ik nu terugkijk, realiseer ik me dat ik het gevoel van verbondenheid zo fijn was gaan vinden dat ik er afhankelijk van was geworden. Ik sloot steeds weer een nieuwe vriendschap, en dan wéér

een nieuwe. Als ik iemand ontmoette, wilde ik meteen een subtiele verbinding met die persoon aangaan. We raakten in gesprek, en ik wist dat als ik maar aandachtig genoeg luisterde, ik iets zou vinden wat we gemeen hadden: een bepaald gevoel voor humor, of een voorliefde voor een boek, nummer of tv-programma. Als er dan zo'n klik bleek te zijn, kreeg ik een kick, een boost van pure vriendschapsadrenaline. Ik voelde me de moeite waard en geliefd en geaccepteerd. Eerst wilde ik er meer van. Daarna begon ik het nodig te hebben. Uiteindelijk raakte mijn gevoel van eigenwaarde ervan afhankelijk. *Ik moet wel oké zijn, redeneerde ik, anders zou ik nooit zoveel vrienden hebben!*

Op een gegeven moment – ik was eind dertig – begon de situatie onhoudbaar te worden. Ik merkte dat het niet meer te doen was om al mijn vriendschappen te onderhouden zoals ik dat graag zou willen. Ik had niet genoeg tijd om er voor iedereen te zijn en er tegelijkertijd een functionerend leven op na te houden. Ik werd een beduidend minder goede vriendin, doordat ik mezelf over te veel verschillende mensen uitsmeerde. Ik probeerde niemand teleur te stellen, wat er onvermijdelijk toe leidde dat ik dat wel deed. Ik zei ja tegen uitnodigingen en etentjes en winkelmiddagjes en bruiloften en verjaardagen en babyshowers, omdat ik bang was dat de ander teleurgesteld in me zou zijn als ik dat niet deed. Ik maakte in mijn aandacht geen onderscheid. Om mijn vriendschappen in stand te houden, leek het me het belangrijkste om ja te blijven zeggen. Als dat me niet lukte, zouden mensen me niet meer aardig vinden. Dan zou ik verbannen worden uit de kring der sociabelen. En als ik geen vrienden had, zou ik eerlijk naar mezelf moeten kijken. Dan zou ik geconfronteerd worden met de existentiële eenzaamheid der onbeminden. Dat voelde beangstigend.

Ik bleek niet alleen gepassioneerd over vriendschappen, ik was er verslaafd aan. Ik was er fysiek en emotioneel van afhankelijk geworden. Ik had een sterke drang om ze aan te gaan, ook al ging dat duidelijk ten koste van mijn gemoedsrust. Ik was, kortom, een friendaholic.

Misschien lees je dit en denk je: nou, te veel vrienden lijkt me niet echt een probleem. Misschien haal je nu je metaforische viooltje van stal, en je denkbeeldige krokodil voor de bijbehorende tranen. Je zou deels gelijk hebben: het kan geweldig zijn om een grote kennissenkring te hebben, vooral als het alternatief onvrijwillige afzondering is. Er zijn mensen die gebukt gaan onder verlamrende sociale angsten, die communicatieve problemen hebben of met een heel scala aan psychische aandoeningen kampen. Die er moeite mee hebben om hun huis uit te komen, laat staan om vrienden te maken. Volgens een rapport uit 2017 van de Britse psychologische adviesdienst Relate heeft 13 procent van de mensen helemaal geen vrienden.¹ Gebrek aan sociale interactie kan net zo slecht voor je gezondheid zijn als vijftien sigaretten per dag roken, en het kan twee keer zo schadelijk zijn voor je levensverwachting als obesitas.²

Maar hoewel geen vrienden hebben afbreuk doet aan de kwaliteit – en de duur – van je leven, heeft te veel vrienden hebben net zo goed negatieve effecten. Onderzoekers die zich verdiepten in vriendschappen van adolescenten, ontdekten dat zowel degenen wier sociale netwerk te groot was als degenen met een te klein netwerk meer depressieve symptomen vertonen dan gemiddeld.³ Bij mensen van vijftig jaar en ouder in heel Europa is eenzelfde patroon zichtbaar: depressieve gevoelens komen aanzienlijk minder voor wanneer mensen vier of vijf hechte relaties hebben en elke week sociale activiteiten ondernemen. Bij meer vriendschappen nemen de voordelen af, verdwijnen ze, of wordt de invloed ervan actief nadelig. Deze neerwaartse spiraal is met name zichtbaar bij mensen die zeven of meer hechte relaties hebben. De hogere eisen die het onderhoud van die vriendschappen met zich meebrengt, blijken verband te houden met een toename van depressieve symptomen.⁴

En hoewel algemeen wordt aangenomen dat iemand met een heleboel vrienden een persoon is die het waard is om mee bevriend te zijn, blijkt het tegenovergestelde het geval: mensen sluiten lie-

ver vriendschap met iemand met een relatief kleine sociale kring. Ze voelen terecht aan dat als iemand een overvloed aan vrienden heeft, diens vermogen om op een betekenisvolle of betrouwbare manier iets terug te geven heel beperkt is.⁵

Al die tijd dat ik zo druk bezig was om banden te smeden en te onderhouden, ondermijnde ik datgene wat het belangrijkste voor me was. Door mijn wanhopige pogingen om geaccepteerd te worden door al die mensen die ik nauwelijks kende, was ik een slechtere vriendin geworden voor de paar mensen die er werkelijk toe deden.

Het was niet zozeer zo dat ik te veel vrienden had, het was meer dat ik de fundamentele betekenis van het concept vriendschap verkeerd begreep. Vriendschap moet in het teken staan van stabiliteit, wederkerigheid en aandacht. En voor de duidelijkheid: mijn definitie van een vriend is iemand met wie je vrijwillig tijd wilt doorbrengen, met wie je niet verbonden bent via familiebanden en met wie je geen seksuele of romantische relatie hebt. Een echte vriendschap is in mijn ogen gebaseerd op wederzijds respect, steun, genegenheid en vriendelijkheid. Die dingen kun je niet opbrengen voor iedereen die je sociale kring binnenstapt, tenzij je een manier vindt om het ruimte-tijdcontinuüm anders vorm te geven.

Maar beseffen dat je weleens verslaafd zou kunnen zijn aan vriendschap betekent nog niet dat je ook weet hoe je jezelf moet genezen. Ik had geen idee hoe ik moest bijsturen. Ik wist niet waar ik hulpmiddelen, begrip of een handboek voor vriendschap kon vinden. Ik wist niet echt wat vriendschap was. De term was zo diffuus dat hij bijna geen betekenis meer had. Tegelijkertijd belichaamde vriendschap voor mij alles wat heel belangrijk voor me was, en ook daardoor wist ik er geen woorden aan te geven.

Dus deed ik wat ik altijd doe wanneer ik de wereld probeer te snappen: ik praatte met mijn vrienden. Dit boek is het resultaat van die gesprekken. Het is een poging om een deel van de lacunes op te vullen en om dingen onder woorden te brengen. Het is een ont-

dekkingstocht, met nieuwsgierigheid als uitgangspunt, en het zal daardoor niet overal een antwoord op geven. Misschien geeft het wel helemaal geen antwoorden. Maar ik hoop in ieder geval dat het een paar interessante vragen oproept, en wat doordachte vertrekpunten voor diepzinniger gesprekken.

Je kunt op zoveel manieren een vriend voor iemand zijn dat het onmogelijk is om die allemaal recht te doen, vooral omdat opvattingen over vriendschap afhankelijk zijn van achtergrond, opvoeding, leeftijd en geografische locatie. Ghanezen zijn bijvoorbeeld relatief terughoudend in het sluiten van vriendschappen en leggen meer nadruk op de behoefte aan praktische hulp. Amerikanen hebben juist vrij grote vriendennetwerken en hechten veel belang aan kameraadschap en emotionele steun.⁶ Voor Chinese adolescenten is de morele kant van hechte vriendschappen belangrijk, terwijl hun westerse tegenhangers zich vooral concentreren op interactie, intimiteit en het nakomen van beloftes.⁷ De Britten en de Australiërs hechten waarde aan vrienden die dezelfde opvattingen hebben als zij en vinden elkaar in hun overeenkomsten. In India, het Midden-Oosten en Zuidoost-Azië vinden mensen eerder dat ‘een groot sociaal netwerk’ een essentiële eigenschap van een beste vriend is.⁸ In Kazachstan zei de negentiende-eeuwse dichter en filosoof Abai Qunanbaiuly het volgende over de kenmerken van echte kameraadschap: ‘Een onechte vriend is als een schaduw: wanneer de zon op je schijnt, kom je niet van hem af, maar als de wolken zich boven je hoofd samepakken, is hij nergens te bekennen.’⁹

In veel religieuze tradities wordt vriendschap hoog aangeslagen. De islam beschouwt het als sociaal en spiritueel noodzakelijk om jezelf met goed gezelschap te omringen. De Hadith moedigt ons aan om ‘te proberen zo veel mogelijk echte vrienden te hebben, want zij zijn leveranciers van vreugde en beschermers tegen ongeluk’.¹⁰ Een van de grondbeginselen van het christendom is: ‘Behandel anderen zoals je zelf behandeld wilt worden.’¹¹ In de evangeliën bereidt Jezus zijn discipelen voor op zijn naderende arrestatie en

dood door te zeggen: 'Er is geen grotere liefde dan je leven te geven voor je vrienden.'¹²

In het boeddhisme is een echte vriend iemand die het mededogen en de moed bezit om ons ook die dingen te vertellen die we liever niet willen horen. De Boeddha wordt als volgt geciteerd: 'Edele vriendschap, edel gezelschap, edele kameraadschap, dat zijn eigenlijk alle bestanddelen van het heilige leven.'¹³

De meeste godsdiensten zijn het dus eens over de waarde van vriendschap, maar hoe mensen ertegen aankijken hangt ook af van hun leeftijd. Leden van generatie Z (geboren tussen 1996 en 2006) en millennials (geboren tussen 1979 en 1995) zijn bijvoorbeeld bedreven in de kunst van internetvriendschappen dan ouderen: 33 procent van hen voelt zich geliefd na online contact met een vriend, terwijl maar 18 procent van de mensen die geboren zijn tussen 1944 en 1964 dat gevoel heeft.¹⁴

Al deze facetten van vriendschap zijn niet in één enkel boekwerk te vatten, en daarom is dit boek uit noodzaak een persoonlijke visie op vriendschap.

Dit betekent dat mijn perceptie van vriendschap wordt bepaald door mijn leven, dat tot nu toe over het algemeen een heel gelukkig leven is. Ik ben dankbaar dat ik leef in een tijdperk waarin onrechtvaardigheden uit het verleden en systematische ongelijkheden langzaam maar zeker worden aangepakt, en ik sta volledig achter het idee dat mensen zoals ik zich bewust moeten zijn van de privileges en de voordelen die dat ons oplevert. Dit houdt onder andere in dat ik moet erkennen dat ik niet ieders levenservaringen even gezaghebbend kan weergeven – en dat het lomp van me zou zijn om dat te proberen. Voor bepaalde onderwerpen heb ik dan ook om bijdragen gevraagd van mensen die daar veel beter over kunnen vertellen dan ik.

Voor ieders verhaal moet ruimte zijn. En verhalen zijn van nature specifiek. Dus ja, dit is een persoonlijk boek, met persoonlijke overwegingen, inzichten en onderzoeken. Ik heb er veel mensen

voor mogen interviewen die wijze en interessante dingen te zeggen hadden, onder wie vijf van mijn beste vrienden, die elk een ander, integraal aspect belichten van wat vriendschap voor mij betekent. Je ontmoet Joan, Sathnam, Sharmaine, Clemmie en Emma. Ook krijg je uit de eerste hand een inkijkje in wat vriendschap voor anderen betekent – voor een neurodivergente Irakese vrouw, voor een filmmaker van in de dertig met een dwarslaesie en voor een tachtigjarige die terminaal ziek is. Ze hebben allemaal hun eigen bijzondere verhaal over vriendschap. Net als jij. Misschien geven de hoofdstukken hierna je wel inspiratie om het te vertellen.

Wat ik eigenlijk met dit alles wil zeggen: ik hoop dat dit boek veelomvattend, inclusief, ruimhartig en oprecht is, dat het je gezelschap houdt en je vermaakt. Ik hoop dat je jezelf erin herkent en dat het je je eigen passies helpt begrijpen. Ik hoop, kortom, dat het voelt als een metgezel van het beste soort.

En als dat niet zo is? Dan is het ook goed. Want, zo leer ik steeds een beetje beter, we hóéven geen vrienden te zijn.

VRIENDEN MAKEN

Waarom doen we het?

Dit verhaal begint in het noorden van Surrey. Ik ben geboren in Epsom, een bedrijvige forenzenstad waar in de achttiende eeuw een bottenzetster woonde, Sally Mapp, die erom bekendstond dat ze letsel aan het bewegingsapparaat met haar handen kon rechtzetten, en ook dat ze al obsceniteiten schreeuwend dronken door de stad zwierf. Onder ‘andere namen’ vermeldt Wikipedia dat ze ook ‘Crazy Sally’ werd genoemd.¹⁹

Toen ik in 1978 ter wereld kwam, waren de tijden veranderd en was Epsom een uiterst respectabel marktstadje, waar alleen op vrijdagavond in de hoofdstraat soms een door drank ingegeven obsceniteit te horen was.

Mijn eerste vriendschap sloot ik op de kleuterschool. Ik was vier, de leeftijd waarop mijn eerste samenhangende herinneringen zich zo’n beetje begonnen te vormen. Van vóór mijn vierde herinner ik me alleen flarden. Zo kan ik me nog levendig het gevoel voor de geest halen dat ik als baby in bed werd gelegd voor mijn middagdutje en dat ik het vreselijk vond om de dingen te missen die er zonder mij zouden gebeuren. Ik herinner me ook dat mijn oudere zus haar hand in mijn kinderwagen stak om me een hapje van haar appel aan te bieden. Ik was te jong (en te tandeloos) om erin te bijten, maar dat sympathieke, simpele gebaar is me altijd bijgebleven. Een ander woord ervoor zou ‘vriendelijk’ zijn. Het was een

vriendelijk gebaar. Want hoewel ze mijn zus was, was er bij mijn geboorte geen garantie geweest dat ze ook mijn vriendin zou worden.

Ons vermogen om herinneringen met een consistente verhaallijn te creëren begint op vierjarige leeftijd; daarom weet ik nog zo goed dat ik mijn nieuwe vriendinnetje maakte. Zij was de eerste vriendin die ik had buiten mijn directe familie. We waren in rijen opgesteld in het dorpshuis en ik zat in kleermakerszit achter een meisje met glanzend bruin haar en een scheiding die zigzaggend over haar achterhoofd liep. Die scheiding fascineerde me mateloos. Mijn eigen haar was naar één kant gekamd en met een suf haarclipje vastgezet. Het haar van dat meisje was in het midden gescheiden en verdeeld in twee staartjes, die op hun plaats werden gehouden met een elastiekje met aan het uiteinde een glanzend rood kraaltje, als een kersensnoepje. Mijn haar zat nooit in staartjes. Daar was het te kort voor, en dat zou het grootste deel van mijn jeugd zo blijven, omdat mijn moeder (die het knipte) volhield dat korter haar mij beter stond. Ik heb me hier bijna vier decennia lang tegen verzet, totdat ik uiteindelijk inzag dat ze al die tijd gelijk had gehad.

De scheiding van het meisje, met het perfect uitgevoerde zigzagpatroon, die uitmondde in twee even perfect uitgevoerde staartjes, was in mijn ogen het toppunt van stijl. Aha, dacht ik bij mezelf. Dat is nou iemand met wie ik bevriend wil zijn. Ze heette Emily Carter.

Ik kan me bijna niets herinneren van hoe de vriendschap uiteindelijk tot stand is gekomen, maar dat onze achternamen in het alfabet zusterlijk onder elkaar stonden, moet er iets mee te maken hebben gehad. Dan was er nog het feit dat ze bij me in de buurt woonde, op loopafstand van mijn huis, zodat we elkaar ook geografisch gezien in de schoot geworpen werden. Onze moeders waren van dezelfde leeftijd, en zoals elke ouder met een jong kind begrijpt, moedigden ze waarschijnlijk elke vorm van vriendschap aan die kon leiden tot speelafspraken en gezamenlijke activiteiten die hun een paar uur respijt opleverden. Soms is er voor het slagen van een vriendschap alleen maar een beetje pragmatisme nodig.

Emily en ik waren geen geestverwanten. Ik herinner me dat ik haar, nadat de eerste jaloezie over haar kapsel was weggeëbd, nogal bazig en een beetje humorloos vond. Maar op die leeftijd kwam het niet bij me op om op zoek te gaan naar een beter alternatief, en bij haar denk ik evenmin. We accepteerden gewoon dat onze gemeenschappelijke leeftijd, onze gemeenschappelijke interesses (haar), onze geografische nabijheid (Epsom, Surrey), de regelmaat van ons contact (doordeweekse ochtenden) en de wens van onze moeders dat we vriendinnen zouden zijn, meer dan genoeg waren.

Als het gaat om de vraag waarom we aansluiting zoeken bij anderen, is de academische literatuur nogal geobsedeerd door het idee van gemeenschappelijke interesses. In de jaren zeventig, een paar jaar voordat Emily en ik elkaar op die kleuterschool leerden kennen, verscheen er een hele reeks onderzoeksrapporten over de vraag welke stadia menselijke relaties doorlopen en waardoor we ons tot andere mensen aangetrokken voelen. Vanwaar die plotselinge academische belangstelling voor hoe wij mensen elkaar uitzochten? Ik vermoed dat dat kwam door de aardverschuivende impact van de jaren zestig. Na een decennium van vrije liefde, waarin beperkende sociale normen opgerekt en soms zelfs overboord gegooid werden, moeten de fundamenteën van wederzijdse aantrekkingskracht plotseling nog opwindender en meer de moeite waard hebben geleken om met een frisse blik te onderzoeken.

Zo kwam het dat de socioloog Bernard Murstein in 1970 stelde dat we onze liefdespartners selecteren via een driefasemodel.²⁰ De eerste fase is de stimulusfase: wat we van iemands fysieke eigenschappen zien, trekt ons aan – dat overkwam mij met het haar van Emily Carter. De tweede fase is de waardefase: we vergelijken onze eigen waarden met die van de ander om te zien of ze overeenkomen. De derde en laatste fase is de rolfase: we verdelen activiteiten om een functionerende relatie op te bouwen.

In 1973 formuleerden Irwin Altman en Dalmas Taylor de zogenaamde sociale-penetratietheorie, die vijf verschillende fasen

heeft.²¹ De eerste fase is ‘oriënterend’ (we kletsen over koetjes en kalfjes), de tweede is ‘verkennend affectief’ (we beginnen onszelf bloot te geven en persoonlijker dingen te bespreken); dan gaan we over naar ‘affectief’ (we praten over privé zaken en persoonlijke onderwerpen), en tot slot komen we bij ‘stabiel’ (we bereiken een plateau in onze intimiteit en kunnen elkaars emotionele reacties voorspellen). Daarna is de enige weg omlaag. De auteurs noemen de laatste fase ‘de de-penetratiefase’ en schrijven dat dit het punt is waarop ‘de kosten hoger zijn dan de baten [...] er is sprake van een afname van openheid’. In 1976 was de academicus George Levinger nog steeds zo gefascineerd door stadia dat hij de ‘stadiumtheorie’ bedacht, waarin vermeende partners een ontwikkeling doormaken van de aanvankelijke aantrekkingskracht tot langeretermijn-verbintenissen ‘zoals een huwelijk’.²²

Wat opvalt aan al deze studies is dat de bevindingen ervan in de loop der jaren ook wel op platonische vriendschappen zijn toegepast, maar dat de nadruk overduidelijk op romantische verbintenissen ligt. Het is ook interessant dat ze allemaal op zo’n vergelijkbare manier worden geformuleerd. De theorieën mogen misschien nieuw zijn, de taal grijpt terug naar wat er al was. Het is een en al ‘penetratie’ en ‘terugtrekken’ en ‘verkennende affectie’, wat meer klinkt als een stel Pornhub-categorieën. Maar anders dan op Pornhub wordt volgens de meeste van deze studies het resultaat van een succesvolle relatie geacht een huwelijk te zijn, en bij voorkeur een huwelijk dat eeuwig duurt.

Misschien bespeur je nog een andere gemene deler. Inderdaad: al het aangehaalde onderzoek is uitgevoerd door mannen. Misschien waren conventionele liefdesrelaties voor deze specifieke mannen hun specifieke vakgebied. Maar ik kan me niet aan de indruk onttrekken dat het een weerspiegeling is van een toenmalige bredere consensus in de sociologie, de psychologie en daarbuiten: dat de intieme heteroseksuele band de enige was die academisch onderzoek waard was vanwege de reproductieve waarde ervan.

Daaruit volgt de veronderstelling dat alle andere soorten intermenselijke relaties uit deze ene relatievorm voortkomen – een beetje als een zuurdesempapje dat zichzelf door de eeuwen heen repliceert. Dat is natuurlijk niet zo.

Mij lijkt het vanzelfsprekend dat vrienden een heleboel uiterst belangrijke functies vervullen die buiten onze familie- of liefdesrelaties vallen, en hoewel er later wel academische onderzoeken zijn uitgevoerd naar vriendschap als volwaardig onderwerp op zich, twijfel ik eraan of het speelveld helemaal gelijk is getrokken. Het kost veel tijd om aannames uit te roeien als ze zo diepgeworteld zijn.

Dit eenzijdige beeld is ook terug te vinden in onze cultuur. Toen ik klein was, waren er op televisie talloze romantische komedies en familiesoaps waarmee we ons na schooltijd vermaakten. Eindeloos veel boeken, muziek, toneelstukken, schilderijen en beeldhouwwerken waren gewijd aan de viering van de heteroseksuele liefde. Vrienden werden lange tijd over het hoofd gezien. De eerste keer dat ik volgens mij een hele televisieserie over vrienden zag, was op mijn vijftiende, toen *Friends* in 1994 van start ging. Maar ook daarin gingen de grote verhaallijnen vaak over de zoektocht naar een liefdespartner. De zes hoofdpersonen hebben vroeg of laat allemaal een date of zijn verliefd op iemand binnen de groep: Ross gaat met Rachel; Monica gaat met Chandler en verlooft zich uiteindelijk met hem; Phoebe krijgt gevoelens voor Joey, maar die valt voor Rachel, en daarna zijn Joey en Rachel een paar afleveringen lang een stel. Nu ik erover nadenk... het is een gemiste kans dat geen van de vrouwen verliefd op elkaar is geworden. Misschien een ideeetje voor een vervolg?

Ik weet zeker dat die sociologen uit de jaren zeventig die zo gefixeerd waren op het huwelijk als einddoel, teleurgesteld zouden zijn als ze hoorden dat Emily Carter en ik uiteindelijk niet gepenetreerd of gedepenteerd zijn (althans, niet door elkaar). Mijn vader kreeg een baan in het Noord-Ierse Derry, en we verhuisden