

Hechting en assertiviteit

De samenhang tussen hechtingstijlen zoals gemeten binnen een tweedimensionaal model
en assertiviteitsangst en –respons

Abstract

Introduction *This study investigates the relationship between attachment and assertiveness. It is assumed that the degree of attachment anxiety and attachment avoidance is related to the degree of assertiveness anxiety and assertiveness response. Based on this assumption, a model is proposed in which assertiveness anxiety and assertiveness response match the anxiety and avoidance dimensions of attachment theory.*

Methods *114 participants with an average age of 34 years were approached using a convenience sample. 33.3% were male (N = 38) and 66.7% were female (N = 76).*

Results *Based on the data, the assumed correlation between attachment and assertiveness cannot be confirmed. However, for two specific acts of assertiveness, namely to resist pressure to adapt and to give negative feedback, the response tendency does relate to the degree of attachment anxiety and attachment avoidance.*

Discussion *The fact that this study cannot fully confirm the relationship between attachment and assertiveness may be explained by a number of methodological aspects, such as an under-representation of certain groups and self-report bias. Future studies should meet these limitations to serve the clinical practice.*

Student L.A.M. de Gruijter 3367789

in samenwerking met J.M. Coenen 3385620

Datum: 17 juni 2013

Begeleider: dr. H.A.W. Schut



Universiteit Utrecht

Afdeling Klinische en Gezondheidspsychologie

Faculteit Sociale Wetenschappen

Universiteit Utrecht

Abstract

Inleiding In deze studie wordt het verband tussen hechting en assertiviteit onderzocht. Verondersteld wordt dat de mate van hechtingsangst en –vermijding gerelateerd is aan de mate van assertiviteitsangst en –respons. Op basis van deze veronderstelling wordt een model voorgedragen waarin assertiviteitsangst en –respons overeenkomen met de angst- en vermijdingsdimensies uit de hechtingstheorie.

Methoden 114 participanten met een gemiddelde leeftijd van 34 jaar werden via een convenience sample benaderd. 33.3% was man (N=38) en 66.7% was vrouw (N=76).

Resultaten Op basis van de data kan de veronderstelde samenhang tussen hechting en assertiviteit niet worden bevestigd. Wel geldt voor twee specifieke assertiviteitshandelingen, namelijk druk om aan te passen weerstaan en negatieve feedback geven, dat de respons-tendens samenhangt met de mate van hechtingsangst en hechtingsvermijding.

Discussie Het niet volledig kunnen bevestigen van de samenhang tussen hechting en assertiviteit kan mogelijk verklaard worden door een aantal methodische aspecten, zoals een ondervertegenwoordiging van bepaalde groepen en vertekening door zelf-rapportage. Vervolgonderzoek waarbij deze beperkingen worden ondervangen is van belang voor de klinische praktijk.

Inhoudsopgave

Voorwoord	p. 4
Inleiding	p. 5
Methoden	p. 13
Resultaten	p. 17
Discussie	p. 24
Referenties	p. 29
Bijlagen	p. 34

Voorwoord

Voor u ligt mijn scriptie, geschreven in het kader van mijn Masteropleiding Klinische en Gezondheidspsychologie welke ik aan de Universiteit van Utrecht heb gevolgd.

Vanaf het begin van mijn bachelor opleiding psychologie hebben interpersoonlijke communicatie en relaties mijn belangstelling gehad. Waar talloze onderwerpen binnen dit kader de revue passeerden, was hechtingsstijl een steeds terugkomend onderwerp dat mijn nieuwsgierigheid vast hield.

Volgens de hechtingstheorie heeft de hechtingsstijl grote invloed op onze kijk en ons contact met medemensen. Als unieke theorie binnen de vele theorieën over interpersoonlijke relaties, onderscheidt deze zich door haar nauwkeurigheid over individuele verschillen en de mentale representaties die een verklaring vormen voor het verband tussen vroege ouderhechting en latere hechte relaties. Omdat de universiteit van Utrecht me de mogelijkheid heeft gegeven een wetenschappelijk onderzoek uit te voeren naar een onderwerp van mijn interesse, heb ik een scriptie kunnen schrijven waarin de hechtingstheorie centraal staat.

Deze scriptie is geschreven in samenwerking met J. Coenen. Ik dank haar voor de goede samenwerking tijdens het realiseren van de theoretische inleiding, de uitvoering van het onderzoek en de verslaglegging van de data analyse.

De begeleiding van mijn mastertheses viel onder de verantwoording van dr. Schut.

Gedurende het doorlopen van de gehele wetenschappelijke cyclus stond zelfstandigheid en vrijheid centraal in zijn begeleiding. Op de achtergrond bleef hij meedenken en mede dankzij zijn heldere en altijd opbouwende feedback, heb ik dit eindproduct kunnen neerzetten.

Ik wens u veel plezier met het lezen van deze masterscriptie.

Marjolijne de Gruijter

Utrecht, 15 juni 2012

Inleiding

Inleiding hechting & assertiviteit

Vragen over relaties raken het hart van de hechtingstheorie. Aan de basis van deze in eerste instantie door Bowlby ontwikkelde hechtingstheorie staat de aangeboren neiging van een kind om zich te wenden tot belangrijke individuen om in zijn of haar behoeften te worden voorzien en te overleven (*attachment behavior system*) (Bowlby, 1977; Bretherton, 1992; Mikulincer & Shaver, 2005). Ook in volwassen relaties is er een verlangen naar nabijheid en steun van hechtingsfiguren in tijden van stress en ontstaat er angst indien deze figuur zich niet beschikbaar toont (Henderson, 1977; La Guardia, Ryan, Couchman & Deci, 2000; Weiss, 1982 in Crowell & Treboux, 1995). Op basis van deze theorie zijn er vier verschillende hechtingspatronen te onderscheiden, namelijk: veilige hechting, angstige hechting, vermijdende hechting en angstig/vermijdende hechting.

Twee dimensionaal hechtingsmodel

Voor het in kaart brengen van de verschillende hechtingsstijlen hanteren de meeste onderzoekers een door Bartholomew en Horowitz (1991) ontworpen twee-dimensionaal model dat parallel is aan de vier hechtingsstijlen van Bowlby en Ainsworth (La Guardia et al., 2000; Shaver & Mikulincer, 2002). De twee dimensies zijn door Brennan, Clark en Shaver (1998) benoemd als hechtingsgerelateerde angst (*attachment-related anxiety*) en hechtingsgerelateerde vermijding (*attachment-related avoidance*). De twee dimensies vormen de twee assen van een conceptueel twee assen model. De door Bowlby geformuleerde hechtingsstijlen krijgen op basis van de mate van angst en vermijding die kenmerkend zijn voor deze stijlen een plaats in de tweedimensionale ruimte.

Een veilige hechtingsstijl kenmerkt zich door positieve attitudes ten opzichte van intimiteit, wederzijdse afhankelijkheid, steun zoeken en andere constructieve wijzen van omgaan met stress (Mikulincer, Shaver & Pereg, 2003). Deze stijl karakteriseert zich door een lage mate van angst en vermijding in contact. Individuen die zich echter niet veilig voelen in het contact zullen meer angstig en/of vermijdend in contacten zijn. Een hoge mate van angst en een lage mate van vermijding is kenmerkend voor een angstige hechtingsstijl. Dergelijk gedrag uit zich in een sterke behoefte aan intimiteit, steun, acceptatie en bevestiging maar tevens een hoop zorgen omtrent relaties en de angst voor afwijzing. De vermijdende hechtingsstijl wordt tot slot gekarakteriseerd door een sterke voorkeur voor

onafhankelijkheid en emotionele afstand van anderen. Er is een lage angst maar vermijding in contacten is in grote mate aanwezig (Feeney, 1999).

Interne werkmodellen en affect regulatie

Hechtingspatronen welke in de vroege kindertijd gevormd worden, blijken tot op volwassen leeftijd van doorslaggevende betekenis in intieme relaties (Verdult, 2005). Een verklaring hiervoor is gelegen in de vorming van zogenaamde *interne werkmodellen*. Deze cognitieve modellen zijn een afspiegeling van de cognities die een kind heeft ontwikkeld over de ouder (de ander), zichzelf en de hechtingsrelatie als geheel (Berlin & Cassidy, 1999). De kerncomponenten van interne werkmodellen laten zich als volgt samenvatten: (a) is de ander al dan niet een persoon die over het algemeen positief reageert op behoeften aan steun en bescherming biedt en (b) of de persoon zelf al dan niet wordt gezien als een persoon die wordt gezien als waardig voor steun (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Op basis van interne werkmodellen wordt een inschatting gemaakt van de beschikbaarheid en responsiviteit van anderen (hechtingsrepresentaties) waarop het eigen gedrag wordt aangepast. Dit leidt tot individuele verschillen in affect regulatie strategieën (Shaver & Mikulincer, 2002). Veilig gehechte individuen hanteren over het algemeen strategieën die zijn gebaseerd op optimistische overtuigingen met betrekking tot het omgaan met moeilijke situaties, het vertrouwen in de goede bedoelingen van anderen en een gevoel van zelfredzaamheid in bedreigende situaties (Mikulincer et al., 2003). Dit uit zich in de erkenning en expressie van zorgen, het zoeken van steun en het effectief oplossen van problemen. Onveilig gehechte individuen (die met een hoge mate van angst en/of vermijding) hanteren daarentegen strategieën die worden gekenmerkt door extreme pogingen naar het zoeken van nabijheid of juist het zoveel mogelijk vermijden van emotionele betrokkenheid en intimiteit (Shaver & Mikulincer, 2002). Karakteriserend voor mensen met een hoge mate van angst zijn *hyperactiverende strategieën* (Shaver & Mikulincer, 2002). Deze strategieën worden gekenmerkt door pogingen om betrokkenheid en steun te ontlokken door middel van zich vast te klampen aan een ander, het controleren van reacties van de ander, een te grote afhankelijkheid van partners als een bron van bescherming en een hulpeloos en incompetent zelfbeeld op het gebied van affect regulatie (Mikulincer & Shaver, 2005). Waar angstig gehechte personen extreme pogingen naar nabijheid doen, proberen vermijdende personen juist zoveel mogelijk emotionele betrokkenheid en intimiteit te vermijden. Hun affect-regulatie strategie laat zich dan ook kenmerken door het onderkennen van de behoefte aan hechting en het ontwijken van afhankelijkheid in relaties. Deze *deactiverende strategieën*

bekrachten de veronderstelde noodzaak van onafhankelijkheid en ontmoedigen de erkenning van persoonlijk falen (Mikulincer & Shaver, 2005).

Affect-regulatie en hechtingsgedrag

Volgens Brisch (1999, in Verdult, 2005) zijn affect regulatie strategieën zichtbaar in dagelijkse situaties en in alle sociale en meer persoonlijke relaties. Zo zijn er bevindingen die indiceren dat mensen laag in angst en vermijding, minder vijandig zijn naar mensen buiten hun groep en meer empathisch richting mensen in nood (Mikulincer & Shaver, 2001). Een dergelijke veilige hechting draagt bij aan het verbreden van perspectieven, capaciteiten en vaardigheden. Het vertrouwen in de steun en hulp van anderen maakt bijvoorbeeld dat mensen meer risico's kunnen nemen waardoor de ontwikkeling van autonomie en individualiteit gefaciliteerd worden (Mikulincer et al., 2003).

Wat betreft een onveilige hechting heeft onderzoek aangetoond dat een hoge score op de angstdimensie gerelateerd is aan een overschatting in de beoordeling van bedreigingen, een negatief zelfbeeld en pessimistische, catastrofale overtuigingen over transacties met andere mensen en de niet sociale wereld (Bartholomew & Horowitz, 1991; Mikulincer et al., 2003). Een hoge score op de vermijdingsdimensie is gerelateerd aan weinig intimiteit en emotionele betrokkenheid in hechte relaties, onderdrukking van pijnlijke gedachten en negatieve herinneringen, een gebrek aan cognitieve toegankelijkheid van negatieve zelf-representaties, projectie van eigen negatieve eigenschappen op anderen, onvermogen om negatieve emoties te erkennen en het ontkennen van basis angsten (Dozier & Kobak, 1992; Fraley & Shaver, 1997; Mikulincer, 1995; Mikulincer et al., 2003; Mikulincer, Florian, & Tolmacz, 1990; Mikulincer & Horesh, 1999; Mikulincer & Orbach, 1995).

Hechting en assertiviteit

Een andere manier waarop hechtingsgedrag tot uiting zou kunnen komen, is het vertonen van assertief gedrag. Het verschil in de door veilig en onveilig gehechte individuen gehanteerde affect regulatie strategieën, komt namelijk sterk overeen met het verschil in een hoge en lage mate van assertiviteit. Erkenning en expressie van emoties, durven vragen om steun, erkennen van eigen zwakheden, autonomie, maar ook empathisch vermogen en het vertrouwen in de goede bedoelingen van anderen; het zijn stuk voor stuk componenten van wat men in het dagelijks leven en in de wetenschappelijke literatuur omschrijft als assertief gedrag. Zo definieerden Alberti en Emmons (1970, in Galassi, DeLo, Galassi & Bastien, 1974) assertiviteit als "gedrag wat mensen in staat stelt om op te treden in zijn eigen belang,

of op te komen voor zichzelf zonder al te veel angst, om rechten te uiten zonder daarbij die van anderen te negeren”. Volgens Lazarus (1973) kunnen de hoofdcomponenten van assertief gedrag onderverdeeld worden in vier aparte en specifieke respons patronen: 1) het vermogen om “nee” te kunnen zeggen, 2) het vermogen om te vragen om een gunst of een verzoek te doen, 3) het vermogen om positieve en negatieve gevoelens te uiten, 4) het vermogen om gesprekken te beginnen, voor te zetten en te beëindigen.

Gambrill en Richey (1975) ontwikkelden een vragenlijst, welke assertief gedrag onderverdeelt in 11 verschillende categorieën. Deze Assertion Inventory (Gambrill & Richey, 1975) bestaat uit 40 items, verspreid over de categorieën: (1) het initiëren van interacties; (2) anderen confronteren; (3) negatieve feedback geven; (4) omgaan met kritiek; (5) afwijzen van verzoeken; (6) assertiviteit in dienstverlenende situaties; (7) druk om aan te passen weerstaan; (8) deelnemen aan sociale gesprekken; (9) anderen complimenteren; (10) eigen tekortkomingen toegeven; (11) handelen in onprettige situaties. Respondenten geven per item aan wat de waarschijnlijkheid is dat zij het genoemde gedrag zullen vertonen én de mate van angst/ongemak die zij daarbij voelen. Dit onderscheid komt overeen met de angst- en vermijdingsdimensies van hechting.

De Assertion Inventory (Gambrill & Richey, 1975) categoriseert respondenten op basis van hun mate van angst en hun respons-tendens naar vier typen (zie Tabel 1). Personen met een lage mate van angst én een lage respons-tendens, worden getypeerd als *onverschillig*. De tweede groep typeert personen die *assertief* zijn. Zij vertonen een lage mate van angst en een hoge respons-tendens. *Subassertiviteit* wordt gekenmerkt door een hoge mate van angst en een lage respons-tendens. Tot slot typeert de vierde groep personen die ondanks een hoge mate van angst een hoge respons-tendens rapporteren, ofwel de *angstige uitvoerders*.

Tabel 1. Vier assertiviteitsprofielen op basis van angst en respons tendens

Angst	Respons Tendens	
	Laag	Hoog
Laag	Onverschillig	Assertief
Hoog	Subassertief	Angstige uitvoerder

Zoals hierboven verondersteld wordt, komt het onderscheid in angst en respons-tendens overeen met de angst- en vermijdingsdimensies uit de hechtingstheorie. Theoretisch gezien is het dan ook mogelijk om personen aan de hand van hun hechtingsstijl, in te delen binnen de vier categorieën van de Assertion Inventory (Gambrell & Richey, 1975). Tabel 2 is een weergave van deze indeling, waarbij respons tendens als het tegenovergestelde van vermijding kan worden gezien (een lage respons tendens duidt op een hoge vermijding).

Tabel 2. Samenvoeging vier assertiviteitsprofielen en hechtingsstijlen op basis van angst en vermijding

Angst	Vermijding	
	Laag	Hoog
Laag	<i>Veilig</i> Assertief	<i>Vermijdend</i> Onverschillig
Hoog	<i>Angstig</i> Angstige uitvoerder	<i>Angstig/vermijdend</i> Subassertief

Assertief

Een lage mate van angst en een hoge respons-tendens duiden op assertiviteit. Dit komt overeen met de lage mate van angst en vermijding bij veilig gehechte personen. Deze overeenkomst is goed terug te zien in de affect regulatiestrategieën die voornamelijk door veilig gehechte personen gehanteerd worden. Zoals eerder beschreven, uiten deze strategieën zich in de erkenning en expressie van zorgen, het zoeken van steun en het effectief oplossen van problemen. Dit zijn belangrijke kenmerken van assertief gedrag. Hieruit volgt een zeer gedifferentieerd emotioneel reactiepatroon, welke een weerspiegeling is van de neiging om de kwaliteit en stabiliteit van een relatie te behouden en te versterken, om relationele obstakels te overkomen en een partner te stimuleren in diens persoonlijke ontwikkeling (Mikulincer & Shaver, 2005). Veilig gehechte personen hanteren dan ook voornamelijk een conflictstijl waarbij de belangen van beide partijen worden geïntegreerd of men tot een compromis komt (Shi, 2003). Om dit te bewerkstelligen moet men dus opkomen voor de eigen belangen, maar tevens rekening houden met die van de ander, wat kenmerkend is voor assertief gedrag.

Angstige uitvoerder

De angstige uitvoerder is iemand die ondanks een hoge mate van angst wel een hoge respons-tendens vertoont. Dit beeld lijkt zeer kenmerkend voor angstig gehechte personen. Zoals uit het onderzoek van Péloquin, Lafontain en Brassard (2011) blijkt, worden angstig gehechte vrouwen veelal zo in beslag genomen door hun eigen angsten en behoeften omtrent intimiteit, dat zij geen aandacht meer hebben voor die van hun partner. Assertiviteit kenmerkt zich echter door het opkomen voor jezelf, zonder daarbij de aandacht voor de wensen van anderen uit het oog te verliezen. Mikulincer et al. (2001) veronderstellen dat een zekere mate van veilige hechting nodig is om in staat te zijn minder aandacht te besteden aan de eigen kwetsbaarheid en anderen ook te zien als mensen die steun en zorg behoeven (in plaats van enkel als zorgverleners). Uit hun onderzoek komt naar voren dat een angstige hechting negatief gerelateerd is aan compassie en positief gerelateerd aan persoonlijke zorgen. Hoewel waarschijnlijk opgewekt door empathie voor de ander, veroorzaakt deze preoccupatie met de zorgen, een onvermogen om te zorgen voor een behoeftige ander (Mikulincer & Shaver, 2007). Deze bevindingen doen veronderstellen dat wanneer sprake is van een preoccupatie met de eigen angsten, angstige personen in staat zijn om een hogere respons-tendens te vertonen, omdat zij dan geen aandacht hebben voor een ander in die situatie. Een andere mogelijke verklaring voor een hoge respons-tendens bij angstig gehechte personen komt uit onderzoek naar conflictsituaties. Naast een gediensstige conflictstijl, vertonen angstig gehechte individuen ook dominante conflictstijlen, waarin de eigen belangen voorop worden gesteld. Dit sluit aan bij de bevindingen van Péloquin et al. (2011) dat een angstige hechtingsstijl gerelateerd is aan relatief meer psychische agressiviteit richting de partner. Dominantie en agressie worden mogelijk gebruikt als een poging om zich te verzekeren van de beschikbaarheid van de ander (Shi, 2003). Ook hier komt een hoge-respons tendens dus voort uit een hoge mate van angst, namelijk de ander verliezen.

Subassertief

Subassertiviteit laat zich kenmerken door een hoge mate van angst en een lage respons-tendens. Dit is kenmerkend voor respectievelijk een angstige hechtingsstijl en een vermijdende hechtingsstijl en komt overeen met onderzoek naar hechting en conflictstijlen. Angstig gehechte individuen blijken onder andere een gediensstige stijl te hanteren waarbij de eigen belangen worden ondergeschikt aan die van de ander (Corcoran & Mallinckrodt, 2000; Shi, 2003). Vermijdende individuen vertonen eerder een stijl waarin een conflict zoveel mogelijk vermeden wordt (Shi, 2003). Zowel angstige als vermijdende individuen lijken dus uit angst voor afwijzing en confrontatie een subassertieve communicatiestijl te hanteren.

Onverschillig

Onverschilligheid kenmerkt zich door zowel een lage mate van angst als een lage respons tendens. Dit beeld is typerend voor de vermijdende hechtingsstijl, met name afwijzende vermijding (*dismissing avoidance*). Achter deze schijnbare onverschilligheid, lijkt echter een ingewikkelder patroon te liggen. Het lijkt erop dat hechtingssystemen bij vermijdende personen onbewust geactiveerd worden, ondanks de bewuste ontkenning van behoefte aan elke vorm van liefde en steun (Shaver & Mikulincer, 2002). Deze conclusie komt overeen met de dissociatie in vermijdende individuen tussen hun zelf-rapportages aan de ene kant en hun fysiologische en projectieve reacties aan de andere kant. Zo vonden Mikulincer en Shaver (2005) dat hoewel individuen die hoog scoorden op hechtingsvermijding, geen buitensporige woede vertoonden in reactie op negatieve gedragingen van een partner, maar wel verhoogde hostiliteit en intense fysiologische *arousal*. Zoals Péloquin et al. (2011) beargumenteert, zijn vermijdende individuen eerder geneigd om passief-agressief te reageren, hun woede te controleren en zich uit conflictsituaties terug te trekken dan zich openlijk agressief te uiten. Het sluit tevens aan bij Bowlby's (1988, in Shaver & Mikulincer, 2002) theoretische veronderstelling met betrekking tot het onvermogen of het niet bewust willen erkennen en uiten van gevoelens van liefde.

Hypothesen

Voorgaand onderzoek heeft zich beperkt tot de relatie tussen hechting en assertiviteit met betrekking tot seksualiteit (condoomgebruik e.d.) (Feeney, Kelly, Gallois, Peterson & Terry, 1999). Zover bekend, is er geen onderzoek dat zich richt op hechting en assertiviteit in het algemeen (Anders, 2000). Wel is er onderzoek gedaan naar het verband tussen hechting en conflictstijlen (Shi, 2003; Corcoran & Mallinckrodt, 2000). Hoewel conflict oplossend vermogen een belangrijk onderdeel is van assertiviteit, laat het de andere kanten van assertiviteit onbelicht. En zoals Lazarus (1971) benadrukt: “.. *is het jammer dat het grootste deel van de literatuur de neiging heeft om overdreven de nadruk te leggen op het vermogen om te spreken en het verbaal aanvallen van andere mensen*” (in Lazarus, 1973, p. 698).

In dit onderzoek wordt bestudeerd in hoeverre er een verband is aan te tonen tussen hechting en assertiviteit met betrekking tot verschillende situaties en personen. Assertiviteit wordt hierbij niet benaderd als louter conflict-gerelateerd gedrag, maar ook als het uiten van positieve gevoelens, initiëren van contact en het durven af te wijken van anderen zoals in de Assertion Inventory van Gambrill en Richey (1975). Op basis van de hierboven beschreven verbanden tussen de angst- en vermijdingsdimensies van hechting, en de angst en respons-

tendens zijn de volgende hypothesen geformuleerd over het verband tussen hechting en assertiviteit:

H1: Een lage score op de angst- en vermijdingsdimensie (veilige hechting) is gerelateerd aan een lage angst score en hoge respons tendens (assertiviteit).

H2: Een lage score op de angstdimensie en een hoge score op de vermijdingsdimensie (vermijdende hechting) is gerelateerd aan een lage angst score en een lage respons tendens (onverschillig).

H3: Een hoge score op de angstdimensie en een lage score op de vermijdingsdimensie (angstige hechting) is gerelateerd aan een hoge angst score en een hoge respons tendens (angstige uitvoerder).

H4: Een hoge score op zowel de angst- als de vermijdingsdimensie (angstige en vermijdende hechting) is gerelateerd aan een hoge angst score en een lage respons tendens (subassertiviteit).

H5: De angst scores en respons tendens zullen per subschaal van de Assertion Inventory significant verschillen voor de verschillende hechtingsstijlen.

Methoden

Methodische karakterisering onderzoek

Huidig onderzoek betrof een zelfbeoordelingsvragenlijstonderzoek. Er is gebruik gemaakt van een zogenaamde *convenience sample* waarbij participanten zijn geselecteerd naar beschikbaarheid binnen de directe en indirecte kringen van de onderzoekers.

De continue variabelen hechttingsangst en vermijding werden gemeten op een discrete schaal van 1 tot 7. De continue variabelen assertiviteitsangst en respons tendens werden gemeten op een discrete schaal van 1 tot 5.

Participanten

Huidig onderzoek is gebaseerd op data van 114 participanten die de zelfbeoordelingsvragenlijst volledig hebben afgerond. De gemiddelde leeftijd van de steekproef bedroeg 34 jaar (SD = 14.77) met een range van 15 tot 70 jaar. De steekproef bestond voor 33.3% uit mannen (N=38) en voor 66.7% uit vrouwen (N=76). De participanten waren op één persoon na afkomstig uit Nederland. Van de deelnemers had 40,2 % een vaste partner, 51.8% was ongehuwd en 7.0% gescheiden. De meerderheid van de deelnemers was hoogopgeleid met 30.7 % een afgeronde opleiding op hoger beroepsonderwijs niveau en 29.8% een afgeronde opleiding op wetenschappelijk niveau. 69.3% van de participanten hing het christendom aan, 16.7 % het atheïsme en 14.0 % koos de antwoordmogelijkheid ‘anders, namelijk...’. De kenmerken van de participanten staan vermeld in Tabel 3.

Tabel 3. Kenmerken van de participanten (N=114)

Gemiddelde leeftijd in jaren	33.89
<i>Range</i>	15-70
Gender %	
man	33.3
Vrouw	66.7
Burgerlijke staat %	
ongehuwd	51.8
samenwonend	9.6
gehuwd	31.6
gescheiden	7.0
Opleiding* %	
1	7.9
2	19.3

3	12.3
4	30.7
5	29.8
Dagbesteding %	
deeltijd student	2.6
voltijd student	32.5
deeltijd baan	22.8
voltijd baan	31.6
Religie %	
christendom	69.3
atheïsme	16.7
anders, namelijk...	14.0
Land van herkomst %	
Nederland	99.1
Argentinië	0.9

*Opleiding: 1 = Middelbaar onderwijs (mavo, ulo, vmbo-t), 2 = Algemeen voortgezet onderwijs, 3 = Middelbaar beroepsonderwijs (mbo, mts, meao), 4 = Hoger beroepsonderwijs (hogeschool, hbo, heao, hts), 5 = Wetenschappelijk onderwijs (universiteit)

Gezien de ongelijke verdeling van mannen (33,3%) en vrouwen (66,7%) is er met behulp van een Chi-kwadraattoets onderzocht in hoeverre er sprake was van een representatieve steekproef. Hieruit bleek dat de mannen en vrouwen uit de steekproef niet significant van elkaar verschilden wat betreft hun burgerlijke staat ($\chi^2 = .30$; $df = 3$; $p = .96$), opleiding ($\chi^2 = 9.11$; $df = 4$; $p = .06$), dagbesteding ($\chi^2 = 4.47$; $df = 4$; $p = .35$) en religie ($\chi^2 = 1.20$; $df = 2$; $p = .55$). Echter moet er wel rekening mee worden gehouden dat de gehele steekproef, op één persoon na, bestaat uit participanten van Nederlandse komaf. Tevens had meer dan de helft van de steekproef een christelijke geloofsovertuiging. Resultaten zijn zodoende niet zomaar te generaliseren naar niet Nederlandse populaties met een andere dan de christelijke geloofsovertuiging.

Meetinstrumenten

Het verband tussen hechting en assertiviteit werd gemeten met behulp van zelfbeoordelvragenlijsten. Voor het bepalen van de hechtingsstijl is gebruik gemaakt van de Nederlandse vertaling van de Experiences in Close Relationships Questionnaire Revised (ECR-R) (Fraley, Waller & Brennan, 2000; Nederlandse vertaling door Van de Houwen). De ECR-R meet individuele verschillen in hechting op de dimensies hechtingsangst en hechtingsvermijding. De angst subschaal meet met behulp van 18 items angst voor verlaten en een sterk verlangen naar interpersoonlijke nabijheid (*Ik maak me er vaak zorgen over dat*

mensen niet bij mij zullen willen blijven). De vermijdingsschaal meet met behulp van 18 items ongemak met intimiteit en afhankelijkheid (*Ik vind het niet prettig om mezelf open te stellen voor andere mensen*). Hoge scores reflecteren een voorkeur voor respectievelijk interpersoonlijke nabijheid en afstand. Participanten gaven aan in welke mate hun ervaringen met hechtingsfiguren in een item werden weerspiegeld met behulp van een zeven punt likert schaal (1= zeer mee oneens; 7= zeer mee eens).

Uit het ruime arsenaal aan hechtingsvragenlijsten werd gekozen voor deze vragenlijst omdat deze individuele verschillen in de mate van angst en vermijding toont en daarmee aansluit bij het beschreven assertiviteitsmodel van Gambrill en Richey (1975). Daarnaast wordt de interne consistentie betrouwbaarheid van beide subschalen over het algemeen beoordeeld op .90 of hoger hetgeen als goed beschouwd kan worden (Fraley, 2012). Ook worden de construct- en discriminante validiteit als goed beoordeeld (Sibley, Fischer & Liu, 2005). Hoewel de oorspronkelijke ECR-R zich richt op ervaringen binnen romantische relaties en bedoeld is om hechtingsvermijding en -angst hierbinnen te bepalen, geven de ontwerpers aan dat deze ook kan worden gebruikt voor andersoortige relaties (Fraley, 2012).

Assertiviteit werd gemeten met de Assertion Inventory (AI, Gambrill & Richey, 1975). Deze zelf-beoordelingsvragenlijst bestaat uit 40 items, verspreid over de volgende categorieën: (1) het initiëren van interacties; (2) anderen confronteren; (3) negatieve feedback geven; (4) omgaan met kritiek; (5) afwijzen van verzoeken; (6) assertiviteit in dienstverlenende situaties; (7) druk om aan te passen weerstaan; (8) deelnemen aan sociale gesprekken; (9) anderen complimenteren; (10) eigen tekortkomingen toegeven; (11) handelen in onprettige situaties. Voor elk item werd de respondent gevraagd om de mate van ongemak of angst aan te geven met behulp van een vijf punt likert schaal die loopt van 1 (geen) tot 5 (zeer veel). Tevens gaven respondenten aan hoe waarschijnlijk het is dat zij het gedrag zullen vertonen wanneer zij zich daadwerkelijk in de beschreven situatie bevinden. Ook dit gebeurde op een vijf punt likert schaal, variërend van 1 (altijd doen) tot 5 (nooit doen). Tot slot werd de respondent gevraagd de items aan te vinken welke een situatie omschrijven waarin hij of zij graag assertiever zou willen zijn. Gambrill en Richey (1975) rapporteren op basis van een pre- en posttest voor de betrouwbaarheid van de AI een Pearson correlatie van .87 voor assertiviteitsangst en .81 voor assertiviteitsrespons. Dit indiceert een hoge stabiliteit van de scores over tijd (Gambrill & Richey, 1975).

Deze twee vragenlijsten zijn samengevoegd en werden afgenomen samen met het verzoek om de volgende gegevens te verstrekken: sekse, leeftijd, opleidingsniveau, land van herkomst, religie, burgerlijke staat en dagbesteding. Het laatste aspect van de Assertion

Inventory werd in huidig onderzoek om praktische redenen niet meegenomen. Het betrof het aanvinken van de items welke een situatie omschrijven waarin hij of zij graag assertiever zou willen zijn.

Procedure

Participanten zijn benaderd voor medewerking aan het onderzoek via mail en facebook. Door deze benadering is de participantengroep grotendeels gevormd door mensen die regelmatig moderne communicatiemiddelen gebruiken. Hoewel dit zou kunnen leiden tot een oververtegenwoordiging van jongvolwassenen, bleek dit niet het geval te zijn. De vragenlijst werd afgenomen via de online enquête tool NetQuestionnaire. Voorafgaand aan de afname werden de participanten geïnformeerd over de volledig anonieme verwerking van de gegevens. Tevens werd aangegeven dat antwoorden niet goed of fout kunnen zijn, maar dat het belangrijk was dat de vragenlijst naar waarheid werd ingevuld.

Dataverwerking en -analyse

In deze studie is gebruik gemaakt van NetQuestionnaire voor alle data verzameling (NetQuestionnaire, 2012). Voor het verwerken van de resultaten is gebruik gemaakt van Statistical Package for the Social Sciences (SPSS 20.0). Een aantal items van de hechtingsvragenlijst zijn omgepoold, te weten item 1, 7, 8, 9, 11, 15, 17, 18, 21, 23, 29 en 32. Bij het analyseren van de verschillende hypothesen is gebruik gemaakt de multivariate analyses manova en mancova (Field, 2009). Alvorens de data verder te analyseren aan de hand van multivariate analyses, is voor zowel hechtingsangst als hechtingsvermijding een tweedeling gemaakt in lage en hoge groepen op grond van de middelste scoremogelijkheid. Hechtingsangst en hechtingsvermijding werden elk gemeten aan de hand van 18 items, met een zeven punt likertschaal. Zodoende vielen de scores 18 tot en met 59 binnen de groep “laag” en de scores van 60 tot en met 126 binnen de groep “hoog”. Assertiviteitsscores zijn tevens ingedeeld in lage en hoge groepen op grond van de indeling die Gambrill en Richey (1975) aandragen. Participanten met een somscore van 95 of lager werden getypeerd als laag assertief angstig; 96 of hoger als hoog assertief angstig. Wat betreft assertiviteitsrespons vielen participanten met een somscore van 105 of hoger in de categorie met een lage assertiviteitsrespons; 104 of lager in de categorie met een hoge assertiviteitsrespons.

Resultaten

Voordat de data wordt bekeken in het licht van de hypothesen, is het zinvol een beeld te vormen van de achtergrond van de participanten en de verbanden tussen de variabelen. Hiervoor is een multivariate analyse (manova) uitgevoerd voor de demografische controle variabelen sekse, burgerlijke staat, religie, dagbesteding en opleiding, met als afhankelijke variabelen hechtingsangst, hechtingsvermijding, assertiviteitsangst en assertiviteitsrespons. Uit deze analyse blijkt dat er een significant overall effect is voor sekse ($F(1, 112) = 2.94, p < .05, \eta^2 = .11$) en voor burgerlijke staat ($F(3, 110) = 1.90, p < .05, \eta^2 = .07$). Dit uit zich in een univariaat effect van sekse op hechtingsangst ($F(1, 99) = 7.89, p < .05, \eta^2 = .07$). Voor burgerlijke staat is er een univariaat effect op hechtingsvermijding ($F(3, 99) = 3.86, p < .05, \eta^2 = .11$). Hoe deze effecten zich precies profileren, wordt hieronder voor deze variabelen nader toegelicht.

Achtergrond participanten

Hechtingsangst

Op de 18 items van de zeven punt likertschaal werd gemiddeld een 53.95 gescoord ($SD=16.77$). Met 62 % wordt de meerderheid van de participanten in dit onderzoek beschouwd als laag angstig gehecht ($N=71$). De overige 43 participanten (38%) scoren hoog op de hechtingsangst dimensie.

Met behulp van een manova is aangetoond dat er een significant verschil in de mate van hechtingsangst is voor mannen en vrouwen ($F(1, 99) = .02, p < .05, \eta^2 = .11$). De vrouwelijke participanten ($M = 48.51; SD = 13.87$) ervaren significant meer hechtingsangst dan de mannelijke participanten ($M = 39.66; SD = 11.44; p < .01$).

Er zijn geen significante verschillen in de demografische gegevens gevonden met betrekking tot de mate van hechtingsangst en burgerlijke staat, religie, dagbesteding en opleiding.

Hechtingsvermijding

Gemiddeld werd een totaalscore van 62.54 ($SD=13.92$) gehaald op de dimensie hechtingsvermijding. Slechts 42 % ($N=48$) heeft een lage score op de hechtingsvermijding. Een meerderheid van 58 % ($N=66$) kan getypeerd worden als hoog vermijdend gehecht. Gescheiden participanten ($M = 75.63; SD = 12.21$) rapporteren over het algemeen meer hechtingsvermijding ($F(3, 99) = 3.90, p < .05, \eta^2 = .11$). Dit is zowel in vergelijking met participanten die ongehuwd zijn ($M = 61.03; SD = 13.05; p < .01$), als participanten die

samen wonen ($M = 61.73$; $SD = 15.89$; $p < .05$) en participanten die gehuwd zijn ($M = 62.36$; $SD = 14.07$; $p < .05$). Participanten verschillen niet in mate van hechtingsvermijding op basis van sekse, religie, dagbesteding en opleiding.

Assertiviteitsangst

De participanten hebben op de 40 items van de vijf punt likertschaal gemiddeld een totaalscore van 88.11 ($SD=20.79$) behaald. Een ruime meerderheid van 71% van de participanten ervaart lage tot geen angst bij het uitvoeren van assertief gedrag ($N=81$). Slechts 33 participanten (29%) valt in de categorie hoog assertief angstig. Voor de demografische gegevens zijn geen verschillen gevonden.

Assertiviteitsrespons

Participanten scoorden gemiddeld een 104.04 op de vijf punt likertschaal ($SD=21.22$). Een nipte helft van 53% ($N=60$) valt in de categorie die weinig assertief gedrag vertoont. De overige 47% ($N=54$) kan worden beoordeeld met een hoge assertiviteitsrespons. Met betrekking tot assertiviteitsrespons zijn geen verschillen gevonden voor de demografische gegevens.

Door het combineren van de scores op de beide assertiviteitsdimensies is indeling in één van de vier assertiviteitsprofielen mogelijk, hetgeen is weergegeven in Tabel 4.

Tabel 4. Verdeling van de participanten over de vier assertiviteitsprofielen

Angst	Responstendens	
	Laag (105+)	Hoog (104-)
Laag (95-)	46% ($N=52$) <i>Assertief</i>	31% ($N=36$) <i>Onverschillig</i>
Hoog (96+)	7% ($N=8$) <i>Angstige uitvoerder</i>	16% ($N=18$) <i>Subassertief</i>

Samenhang constructen

Alvorens de hypothesen te toetsen, is er onderzocht of er überhaupt sprake is van samenhang tussen de verschillende constructen. De correlaties tussen de hechtingsdimensies angst en vermijding enerzijds en assertiviteitsangst en assertiviteitsrespons anderzijds zijn in Tabel 5 weergegeven. Te zien is dat alle constructen positief en significant met elkaar samenhangen, behalve assertiviteitsrespons en hechtingsangst.

Tabel 5. Samenhang assertiviteitsangst, assertiviteitsrespons, hechtingsangst en hechtingsvermijding (N=114), uitgedrukt in Pearson r correlatiecoëfficiënt.

	assertiviteits- angst	assertiviteits- respons	hechtings- angst	hechtings- vermijding
Assertiviteitsangst	xxxx	.43**	.32**	.22**
Assertiviteitsrespons		xxxx	.05	.19*
Hechtingsangst			xxxx	.21*
Hechtingsvermijding				xxxx

** $p < .01$ (1-tailed)

* $p < .05$ (1-tailed)

Hoofdanalyse: hypothese 1 t/m 4

Hypothesen 1 tot en met 4 veronderstellen dat de mate van hechtingsangst en vermijding gerelateerd zijn aan assertiviteitsangst en assertiviteitsrespons. Een lage mate van hechtingsangst en hechtingsvermijding zou samenhangen met relatief weinig assertiviteitsangst en een hoge responstendens (hypothese 1). Weinig hechtingsangst in combinatie met veel hechtingsvermijding wordt verwacht gerelateerd te zijn aan een lage mate van assertiviteitsangst en een lage responstendens (hypothese 2). Voor een hoge mate van hechtingsangst en lage hechtingsvermijding wordt relatief veel assertiviteitsangst en een hoge responstendens verwacht (hypothese 3). Tot slot veronderstelt hypothese 4 dat een hoge mate van hechtingsangst en –vermijding samenhangt met relatief veel assertiviteitsangst en een lage responstendens.

In de hoofdanalyse van deze eerste vier hypothesen is er, gezien de gevonden samenhang van sekse en burgerlijke staat met respectievelijk hechtingsangst en hechtingsvermijding, voor gekozen om te controleren voor deze variabelen. Een multivariaat analyse is uitgevoerd waarin sekse en burgerlijke staat werden meegenomen als covariaten (DV: assertiviteitsangst en assertiviteitsrespons; IV: hechtingsangst en hechtingsvermijding). Uit de multivariate analyse (MANCOVA) blijkt dat covariaten sekse ($F(3, 110) = .87, p = .42, \eta^2 = .12$) en burgerlijke staat ($F(3, 110) = 1.24, p = .29, \eta^2 = .02$) geen significante samenhang hebben met assertiviteitsangst en assertiviteitsrespons.

Wat betreft de hypothesetoetsing kan geconstateerd worden dat er geen sprake is van een significante overall invloed van hechtingsangst ($F(3, 110) = .18, p = .84, \eta^2 = .00$) en hechtingsvermijding ($F(3, 110) = .12, p = .86, \eta^2 = .00$) op assertiviteitsangst en assertiviteitsrespons. Tevens is er geen sprake van een interactie effect ($F(3, 110) = 1.20, p = .31, \eta^2 = .02$). Hieruit kunnen we concluderen dat de mate waarin iemand angstig en/of vermijgend gehecht is, geen voorspellende waarde heeft voor de mate waarin iemand angst

voor assertief gedrag rapporteert. Ook de frequentie waarmee iemand assertief gedrag uitvoert, kan niet voorspeld worden aan de hand van de mate waarin iemand angstig of vermijnd gehecht is. Op grond van deze bevindingen kunnen hypothese 1 tot en met 4 niet worden bevestigd.

Hoofdanalyse: hypothese 5

De vijfde hypothese veronderstelt dat de scores op de subschalen van de Assertion Inventory significant verschillen voor de verschillende hechtingsstijlen. Verschillen worden met behulp van een multivariate covariantie analyse onderzocht, eenmaal voor assertiviteitsangst en eenmaal voor assertiviteitsrespons. Ook hier werd gecontroleerd voor de mogelijke invloed van sekse en burgerlijke staat. Uit een vooraf uitgevoerde manova blijkt tevens dat dagbesteding een significante samenhang heeft met de subschalen voor assertiviteitsangst ($F(4, 113) = 1.61 < .05, \eta^2 = .17$). Zodoende wordt deze variabele ook meegenomen als covariaat in de analyse voor assertiviteitsangst.

Assertiviteitsangst

Allereerst is gekeken naar de verschillende scores op de subschalen voor assertiviteitsangst. Er is geen sprake van een significant overall hoofdeffect van hechtingsangst op de subschalen van assertiviteitsangst ($F(1, 113) = .78, p = .66, \eta^2 = .09$). Ook voor hechtingsvermijding is er geen significant overall hoofdeffect op de subschalen van assertiviteitsangst ($F(1, 113) = .73, p = .70, \eta^2 = .08$). Zodoende kan hypothese 5 wat betreft de subschalen voor assertiviteitsangst niet worden bevestigd.

Om toch een beeld te schetsen van de verschillen in de gemiddelden van mensen met hoge en lage hechtingsangst en hechtingsvermijding, zijn deze in Tabel 6 voor de verschillende subschalen weergegeven. Mensen met hoge hechtingsangst rapporteren meer assertiviteitsangst bij het initiëren van interacties dan mensen met lage hechtingsangst ($F(1, 104) = 8.20, p < .01, \eta^2 = .07$), zo blijkt uit de univariate test. Echter, vanwege het ontbreken van een significant overall effect, kan aan deze bevinding geen conclusies worden verbonden.

Tabel 6. Gemiddelden en standaard deviaties van assertiviteitsangst per subschaal van de Assertion Inventory voor mensen met lage en hoge hechtingsangst en -vermijding (N=114)

	Hechtingsangst laag		Hechtingsangst hoog		Sig	Hechtingsvermijding laag		Hechtingsvermijding hoog		Sig
	Gem	SD	Gem	SD		Gem.	SD	Gem	SD	
Initiëren van interacties	5.08	.26	6.32	.41	.01*	5.69	.37	5.72	.29	.95
Anderen confronteren	13.12	.53	14.00	.83	.36	13.40	.75	13.72	.60	.72
Negatieve feedback geven	11.64	.41	11.37	.65	.72	11.07	.59	11.94	.46	.22
Omgaan met kritiek	10.61	.43	11.17	.68	.48	10.31	.61	11.46	.48	.12
Afwijzen van verzoeken	6.54	.26	6.69	.41	.76	6.27	.37	7.00	.30	.13
Assertiviteit in dienstverlenende situaties	6.75	.34	6.09	.53	.29	6.05	.48	6.80	.38	.20
Druk om aan te passen weerstaan	3.75	.18	3.85	.28	.76	3.72	.25	3.88	.20	.60
Deelnemen aan sociale gesprekken	3.63	.18	3.51	.28	.71	3.23	.26	3.90	.20	.03
Anderen complimenteren	2.64	.15	2.51	.23	.63	2.36	.21	2.80	.17	.08
Eigen tekortkomingen toegeven	3.91	.18	4.24	.28	.32	4.13	.25	4.03	.20	.73
Handelen in onprettige situaties	4.91	.21	5.65	.33	.06	5.36	.31	5.20	.24	.66

*p < .05

Assertiviteitsrespons

Ten tweede werd er gekeken naar de verschillende scores op de subschalen voor assertiviteitsrespons. Voor zowel hechtingsangst ($F(1, 113) = .67, p = .75, \eta^2 = .08$) als hechtingsvermijding ($F(1, 113) = .42, p = .95, \eta^2 = .05$) is er geen significant hoofdeffect gevonden op de subschalen van assertiviteitsrespons. Om toch inzicht te krijgen in het verschil in de gemiddelde assertiviteitsrespons van mensen met een hoge en lage mate van hechtingsangst en hechtingsvermijding, zijn deze weergegeven in Tabel 7

Tabel 7. Gemiddelden en standaard deviaties van assertiviteitsrespons per subschaal van de Assertion Inventory voor mensen met lage en hoge hechtingsangst en -vermijding (N=114)

	Hechtingsangst laag		Hechtingsangst hoog		Sig	Hechtingsvermijding laag		Hechtingsvermijding hoog		Sig
	Gem	SD	Gem	SD		Gem.	SD	Gem	SD	
Initiëren van interacties	7.66	.31	8.14	.48	.39	8.00	.44	7.80	.34	.68
Anderen confronteren	13.10	.53	14.20	.83	.26	13.43	.75	13.85	.59	.64
Negatieve feedback geven	13.41	.39	13.61	.61	.78	13.35	.56	13.67	.43	.64
Omgaan met kritiek	13.04	.41	13.33	.64	.70	12.94	.58	13.43	.45	.48
Afwijzen van verzoeken	8.94	.28	8.32	.44	.22	8.41	.40	8.85	.31	.35
Assertiviteit in dienstverlenende situaties	7.61	.31	6.80	.49	.16	6.67	.48	7.74	.35	.05*
Druk om aan te passen weerstaan	4.89	.22	4.97	.35	.86	5.03	.32	4.82	.24	.58
Deelnemen aan sociale gesprekken	4.30	.18	4.10	.28	.46	4.13	.26	4.23	.20	.47
Anderen complimenteren	4.12	.18	3.91	.29	.53	3.79	.26	4.24	.20	.15
Eigen tekortkomingen toegeven	4.90	.20	5.05	.31	.68	5.14	.28	4.82	.22	.34
Handelen in onprettige situaties	5.98	.22	6.60	.34	.12	6.38	.31	6.19	.24	.62

*p < .05

Hoewel de hoofdeffecten ontbreken, is er wel sprake van een significante overall F voor de interactie van hechtingsangst en hechtingsvermijding ($F(3, 110) = 2.04, p > .05, \eta^2 = .19$). Dit effect profileert zich op de subschalen *negatieve feedback geven* ($F(1, 113) = 6.21, p > .05, \eta^2 = .06$) en *druk om aan te passen weerstaan* ($F(1, 113) = 7.46, p < .01, \eta^2 = .07$).

Zoals in Tabel 8 te zien is, is lage hechtingsangst en vermijding (veilige hechting) gerelateerd aan een hogere assertiviteitsrespons wat betreft negatieve feedback geven. Interessant is dat daarentegen mensen met veel hechtingsangst en hechtingsvermijding (angstige/vermijdende hechting) slechts een iets lagere assertiviteitsrespons vertonen. Mensen die een relatief lagere responstendens vertonen zijn personen met een angstige of een vermijdende hechtingsstijl.

Wat betreft de subschaal *druk om aan te passen weerstaan* is te zien dat veilige gehechte individuen en angstig/vermijdend gehechte individuen een relatief lage

assertiviteitsrespons vertonen. Met name angstig gehechte individuen vertonen minder assertiviteitsrespons.

Tabel 8. Gemiddelde scores van de vier hechtingstijlen (veilige-, angstige-, vermijdende- en angstig/vermijdende hechting) in relatie tot assertiviteitsrespons op de subschalen “negatieve feedback geven” en “druk om aan te passen weerstaan”

	Veilige hechting	Angstige hechting	Vermijdende hechting	Angstig/Vermijdende hechting
Negatieve feedback geven	12,37	14,33	14,45	12,89
Druk om aan te passen weerstaan	4,45	5,62	5,34	4,31

*Let op: een hoge responscore duidt op lage assertiviteitsrespons

Op basis van bovenstaande resultaten kan hypothese 5 voor de subschalen van assertiviteitsrespons deels worden bevestigd. Hoofdeffecten voor hechtingsangst en hechtingsvermijding ontbreken. Er is echter wel sprake van een interactie effect tussen hechtingsangst en hechtingsvermijding op twee van de elf subschalen.

Discussie

Verklaring van de bevindingen

Uit het theoretische kader vloeit de gedachte voort dat assertiviteit en hechtingsstijlen aan elkaar zijn verbonden. Verwacht wordt dat het door Gambrill en Richey (1975) gehanteerde onderscheid tussen angst voor assertiviteitsgedragingen en de frequentie van het vertonen van dit gedrag (responstendens) gerelateerd is aan de angst- en hechtingsdimensies van het tweedimensionale model waarmee hechtingsstijlen in kaart worden gebracht (Bartholomew & Horowitz, 1991). De beide constructen assertiviteit en hechting krijgen op basis van de mate van angst en vermijding een plaats in een tweedimensionale ruimte krijgen. Vier hypothesen formuleren de verwachting dat personen aan de hand van hun hechtingsstijl kunnen worden ingedeeld in één van de vier assertiviteitscategorieën (assertief, onverschillig, angstige uitvoerder, subassertief).

De verwachting dat individuen met een veilige hechtingsstijl ook assertief gedrag vertonen, kon niet worden bevestigd. (hypothese 1). Veilig gehechte personen hanteren over het algemeen affect regulatie strategieën zoals het zoeken van steun, erkenning en expressie van zorgen en effectief oplossen van problemen (Mikulincer et al., 2003). Allen belangrijke kenmerken van assertief gedrag. Waar eerder onderzoek van Shi (2003) aangaf dat veilig gehechte personen een conflictstijl hanteren waarbij de visies van beide partijen worden geïntegreerd, toont dit onderzoek niet aan dat veilig gehechte personen opkomen voor hun eigen belangen, waarbij rekening wordt gehouden met die van de ander (assertief gedrag).

De tweede hypothese stelt dat een vermijdende hechtingsstijl gerelateerd is aan relatief weinig assertief gedrag (onverschillig). Door middel van *deactiverende strategieën* proberen zij emotionele betrokkenheid en intimiteit te vermijden. Assertieve gedragingen, zoals opkomen voor eigen behoeftes en durven afwijken van anderen, kunnen interpersoonlijke banden versterken hetgeen liever wordt vermeden. Dit onderzoek heeft evenwel geen verband kunnen aantonen.

Dit zou verklaard kunnen worden door onderzoeksgegevens die aantonen dat hoewel vermijdende personen behoefte aan steun en liefde ontkennen, hechtingssystemen op onderbewust niveau wel worden geactiveerd (Shaver & Mikulincer (2000). Dit leidt tot discongruentie tussen enerzijds hun zelfrapportages en anderzijds fysiologische en projectieve tests. Omdat deze laatstgenoemde tests wel een behoefte aan steunen liefde reflecteren, is er mogelijk op onbewust niveau wel angst voor assertief gedrag. Ook Bowlby (1988, in Shaver & Mikulincer, 2002) veronderstelt dat vermijgend gehechte personen

gevoelens van liefde niet bewust erkennen of uiten. Door deze discrepantie tussen bewuste en onbewuste emoties en -uitingen kan een diffuus beeld gereflecteerd zijn in de zelfrapportage vragenlijst. Het etaleren van een verband met assertief gedrag kan hierdoor zijn vermoeilijkt.

Angstig gehechte individuen hanteren juist zoeken *hyperactiverende strategieën* om intimiteit, betrokkenheid en steun bij de ander te ontlocken (Mikulincer & Shaver, 2005). Veelal worden zij zoveel in beslag genomen door hun eigen angsten en behoeften dat zij geen oog meer hebben voor die van hun partner (Mikulincer & Shaver, 2007). Verwacht wordt dat deze preoccupatie met eigen zorgen faciliteert dat angstig gehechte personen over hun angst voor assertief gedrag heen kunnen stappen en dergelijk assertief gedrag wel frequent uitvoeren. Onderhavig onderzoek kan niet bevestigen dat frequent maar angstig uitvoeren van assertief gedrag (angstige uitvoerder) gerelateerd is aan een angstige hechtingsstijl (hypothese 3).

Het ontbreken van bewijs voor een dergelijk verband zou kunnen worden verklaard doordat een angstige hechtingsstijl niet alleen is verbonden aan een dominante conflictstijl. Naast de preoccupatie met eigen belangen, hanteren angstig gehechte personen vaak ook een gediensstige conflictstijl uit angst de ander kwijt te raken (Mikulincer, 2007; Péloquin et al., 2011). Daarnaast is dit resultaat mogelijk beïnvloed door eerder aangetoonde sekseverschillen wat betreft empathie onder angstig gehechte individuen. Waar hechtingsangst voor vrouwen minder empathie voorspelt, bleek dit voor mannen juist meer (Péloquin et al., 2011). Empathie vormt een belangrijk element van assertief gedrag dat in dit onderzoek is gemeten. Het verband tussen hechtingsangst en angstig assertief gedrag - het gemeten overkoepelende construct waar empathie onder valt - is hier mogelijk wel door vertekend. Een mogelijk sekse verschil voor empathie is in dit onderzoek niet onderzocht. Het overkoepelende construct, angstig assertief gedrag, is gelijk voor beide seksen.

Ook kon niet worden aangetoond dat een angstig/vermijdende hechtingsstijl gerelateerd is aan zelden assertief optreden vanwege uit angst (subassertief, hypothese 4). In het kader van de verwerping van deze hypothese en voorgaande hypothesen, is het van belang stil te staan bij de omschrijving van assertief gedrag. Deze omvat enerzijds gedragingen zoals het tonen van gevoelens, het doen van een verzoek of gunst en het nemen van initiatief tot contact. Uit de theorie vloeit voort dat deze gedragingen die de intimiteit versterken, bij vermijdend gehechte personen (on)bewust angst oproepen, maar niet bij angstig gehechte individuen. Anderzijds omvat ze ook gedragingen die volgens de theorie enkel bij angstig gehechte individuen angst oproepen, zoals durven afwijken van anderen, niet ingaan op verzoeken en negatieve feedback geven. Deze diversiteit aan gedragingen behorende tot

assertief gedrag hebben er mogelijk toe geleid dat er een dermate diffuse weergave is ontstaan dat constructen niet met elkaar samenhangen. Dit lijkt te worden ondersteund door de gevonden correlaties tussen hechtingsdimensies en assertiviteitsdimensies. Hieruit blijkt dat hoewel de data de besproken vier hypothesen niet kunnen bevestigen, er wel sprake is van een trend en de constructen positief met elkaar samenhangen.

De vijfde hypothese haakt in op deze diversiteit aan gemeten assertiviteitsgedragingen. Deze heeft namelijk betrekking op de subschalen van assertiviteitsangst en assertiviteitsrespons die onderscheid mogelijk maken tussen het vertonen van assertief gedrag in verschillende situaties en in de richting van verschillende personen. Hoewel het aannemelijk is dat sommige situaties en interacties met bepaalde personen meer onder invloed staan van hechtingsangst en/of -vermijding, kan dit gedeeltelijk worden bevestigd. De mate van angst voor assertief optreden in verschillende situaties en richting verschillende personen blijkt niet gerelateerd te zijn aan hechtingsstijl. Ter illustratie; een angstig en een vermijdend gehecht individu ervaren beiden evenveel angst om aan te geven dat het gedrag van de ander je irriteert als bij het vragen van aandacht voor je angsten. De frequentie waarin assertief gedrag wordt vertoond in verschillende situaties en richting verschillende personen is gedeeltelijk gerelateerd aan hechtingsstijl. Assertiviteitsgedragingen als *het geven van negatieve feedback* en *weerstand van druk om aan te passen*, blijken het meest uitgevoerd te worden door veilig gehechte individuen. Opmerkelijk is dat individuen die zowel een hoge mate van hechtingsangst als hechtingsvermijding (angstig/vermijdende hechting) dergelijk gedrag bijna even vaak uitvoeren als veilig gehechte individuen. Angstig of vermijdend gehechte individuen geven minder vaak negatieve feedback en weerstaan minder vaak de druk om zich aan te passen aan anderen. Dit doet veronderstellen dat de mate van hechtingsangst of hechtingsvermijding los van elkaar geen voorspellende waarde hebben voor de frequentie waarmee dergelijk gedrag wordt uitgevoerd, maar dat het gaat om de combinatie van deze twee hechtingsdimensies. Het lijkt erop dat een hoge score op de ene hechtingsdimensie de invloed van de andere hoge score lijkt te vereffenen.

Beperkingen van huidig onderzoek

Bij het reflecteren op de uitvoering en resultaten van dit onderzoek vereisen een aantal methodologische aspecten aandacht. In de eerste plaats is gebruik gemaakt van een *convenience sample* waarbij participanten uit het persoonlijke netwerk van de onderzoekers werden geïncludeerd in het onderzoek. Hierdoor kon een ongelijke verdeling over de vier

hechtingscategorieën ontstaan. Deze ongelijke verdeling komt overeen met onderzoeken naar het voorkomen van de diverse hechtingsstijlen. Enkel het aandeel veilig gehechte mensen is slechts de helft van dat in vergelijkbare onderzoeken (Hazan & Shaver, 1987; Mickelson, Kessler & Shaver, 1997). Aangezien de percentageverdeling verder redelijk overeenkomt, kan er gesproken worden van een representatieve afspiegeling van de populatie met betrekking tot hechting.

Hoewel het een representatieve afspiegeling betreft, kan de vertegenwoordiging van bepaalde hechtingscategorieën debet zijn aan de verwerping van de eerste vier hypothesen. Waar de veilige, vermijdende en angstig-vermijdende hechtingsstijl allen goed gerepresenteerd zijn in het onderzoek, geldt dit niet voor de angstige hechtingsstijl. Het zeer geringe aantal participanten in deze groep is te klein om veel waarde aan de conclusies te verbinden. De verdeling over de assertiviteitscategorieën voegt hier nog meer kanttekeningen aan toe omdat bijna driekwart van de participanten weinig angst voor assertief gedrag ervaart. Ook individuen die vaak assertief gedrag vertonen zijn oververtegenwoordigd.

Ten tweede vereist het onderzoekdesign en de validiteit aandacht. Het onderzoek berust op zelfrapportages. Zelfrapportages kunnen niet zomaar als waarheidsgetrouw worden aangenomen. Ten eerste door de moeilijkheid uit te spreken hoe men zich exact voelt in relaties vanwege een gebrek aan zelfbewustzijn. Ten tweede zijn participanten geneigd (onbewust) defensief en zelfdienend in hun herinneringen te zijn. Ten slotte kan ook sociale wenselijkheid leiden tot over- of onderrapportage (Brackett & Mayer, 2003; Gaes, Kalle & Tedeschi, 1978; Gramzow, Elliot, Asher & McGregor, 2003; Hazan & Shaver, 1987). Wanneer de emoties en gedragingen vanwege bovenstaande achtergronden niet waarheidsgetrouw zijn weergegeven leidt dit tot vertekende data. Het aantonen van een verband tussen de constructen is dan onrealistisch.

Ten derde kan een vertekening zijn ontstaan als gevolg van de onderzoeksmethode. Er is gebruik gemaakt van een online vragenlijst. Hierdoor kunnen enkel individuen die in het bezit zijn van een internetaansluiting deelnemen en het is de vraag of zij een representatieve afspiegeling van de bevolking zijn. Ook is bij deze onderzoeksmethode het profiel niet inzichtelijk van van niet-reageerders en individuen die het onderzoek afbreken. Omdat deze laatste groep in dit onderzoek erg hoog is en de redenen voor afbreken vanwege het design niet inzichtelijk zijn, is enige reserve ten aanzien van de resultaten op zijn plaats (Goodwin, 2008).

Vervolgonderzoek en implicaties van huidig onderzoek

De besproken methodologische beperkingen van dit onderzoek dwingen nog geen definitieve conclusies te trekken over het verband tussen hechting en assertiviteit.

Vervolgonderzoek waarbij de methodologische beperkingen worden ondervangen, is vereist. Een andere onderzoeksopzet, zoals een gewogen opzet waarbij alle groepen gelijk zijn vertegenwoordigd, kan de eerste beperking ondervangen en mogelijk wel leiden tot een ondersteuning van de hypotheses. Ook leidt een grotere onderzoeksgroep ertoe dat een verband tussen twee variabelen sneller significant wordt bevonden door de toename van statistische *power* (Goodwin, 2008).

De tweede besproken methodologische beperking, vertekening door zelfrapportagebias, kan worden ondervangen door in replicerend onderzoek aanvullende informatie op te nemen van partners over relevant (interpersoonlijk) gedrag van de participanten. Een klinisch hechtingsinterview, zoals opgesteld door George, Kaplan en Main vormt een goed alternatief voor een zelfrapportage vragenlijst (Hazan & Shaver, 1987).

Daarnaast zou vervolgonderzoek gebruik kunnen maken van de Schaal voor Interpersoonlijk Gedrag (SIG) van Arrindell, De Groot en Walburg (1984) in plaats van de Assertion Inventory. Deze vragenlijst is gebaseerd op de AI, maar is in tegenstelling tot de AI voorzien van een uitgebreide technische handleiding welke normen bevat voor de Nederlandse populatie. Bovendien wordt de validiteit als goed beoordeeld en de betrouwbaarheid als zeer goed (Arrindell, De Groot en Walburg (1984).

Ten slotte roepen de resultaten van het onderzoek vragen op over hoe hechtingsvermijding verbonden is aan de burgerlijke status. Gericht onderzoek hiernaar zou hier duidelijkheid in kunnen scheppen.

Het is van belang dat huidig onderzoek wordt gerepliceerd om duidelijkheid te scheppen over het al dan niet bestaan van een verband tussen hechting en assertiviteit. De literatuur lijkt hierop te wijzen hetgeen belangrijke implicaties heeft voor het verbeteren van de hulpverlening aan mensen met moeilijkheden op het gebied van assertiviteit. Aangezien de literatuur een verwante problematische hechtingsstijl doet vermoeden, zou deze doelgroep meer gebaat zijn bij een grondigere aanpak. In de behandeling dient rekening te worden gehouden met onderliggende hechtingsstijl en de hiermee verbonden interne werkmodellen. Tevens zou een efficiëntere inrichting van de behandeling voor individuen met gecombineerde problematiek mogelijk worden. Door de aard van de behandelingsmethodiek aan te passen aan de positie van het individu in het gecombineerde assenstelsel, kan ze worden gericht op specifieke, in plaats van algemene, problemen in relaties met anderen.

Referenties

- Anders, S.L., & Tucker, J.S. (2000) Adult attachment style, interpersonal communication competence, and social support. *Personal Relationships*, 7, 379-389.
- Arrindel, W.A., Groot, P.M. de, & Walburg, J.A., (1980). Schaal voor Interpersoonlijk gedrag (SIG). Swets & Zeitlinger, Lisse.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Berlin, L.J., & Cassidy, J. (1999). Relations Among Relationships. Contributions from attachment theory and research. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.) *Handbook of Attachment*. Theory, research, and clinical applications. New York: The Guilford Press.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201-10.
- Brackett, M.A., & Mayer, J.C. (2003). Convergent, discriminant, and incremental validity of competing measures of emotional intelligence. *Personality and social psychology bulletin*, 29, 11-12.
- Brennan, K.A., Clark, C.L., & Shaver, P.R. (1998). Self-report measurement of adult attachment. An integrative overview. In J.A. Simpson & W. S. Rholes (1998) (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby & Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775.
- Crowell, J.A., & Treboux, D. (1995). A review of adult attachment measures: Implications for theory and research. *Social Development*. 4. 294-327.

- Dozier, M., & Kobak, R.R. (1992). Psychophysiology in attachment interviews: converging evidence for deactivating strategies. *Child Development, 63*, 1473-1480.
- Feeney, J.A., Kelly, L., Gallois, C., Peterson, C., & Terry, D.J. (1999). Attachment style, assertive communication and safer-sex behavior. *Journal of Applied Social Psychology, 29*, 9, 1964-1983.
- Feeney, J. A. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 355–377). New York: Guilford.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS: Third Edition*. Los Angeles: Sage
- Fraley, R.C. (2012). Information on the Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) Adult Attachment Questionnaire. Gevonden op 13-dec. 2012 van <http://internal.psychology.illinois.edu/~rcfraley/measures/ecrr.htm>
- Fraley, R.C., & Shaver, P.R. (1997). Adult attachment and the suppression of unwanted thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*, 1080-1091.
- Fraley, R.C., Waller, N. G., & Brennan, K.A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 2, 350-365.
- Gaes, G.G., Kalle, R.J., & Tedeschi, J.T. (1978). Impression management in the forced compliance situation. *Journal of experimental social psychology, 14*, 493-510.
- Galassi, J.P., DeLo, J.S., Galassi, M.D., & Bastien, S. (1974). The College Self-Expression Scale : A measure of assertiveness. *Behavior Therapy, 5*, 165-171.
- Gambrill, E.D., & Richey, C.A. (1975). An assertion inventory for use in assessment and research. *Behavior Therapy, 6*, 550-561.

- Goodwin, C.J. (2008). *Research in Psychology. Methods and design* (fifth edition). Hoboken: John Wiley and Sons.
- Gramzow, R.H., Elliot, A.J., Asher, E., & McGregor, H.A. (2003). Self-evaluation bias and academic performance: some ways and some reasons why. *Journal of Research in Personality, 37*, 41-46.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 511-524.
- Henderson, S. (1977). The social network, support and neuroses: The function of attachment in adult life. *British Journal of Psychiatry, 131*, 185-191.
- La Guardia, J.G., Ryan, R.M., Couchman, C.E., & Deci, E.L., (2000). Within-person variation in security of attachment: a self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 79*, 367-384.
- Lazarus, A. (1973). On assertive behavior: A brief note. *Behavior Therapy, 4*, 697-699.
- Mickelson, K.D., Kessler, R.C., & Shaver, P.R., (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*, 1092-1106.
- Mikulincer, M. (1995). Attachment style and the mental representation of the self. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 1203-1215.
- Mikulincer, M., Florian, V., & Tolmacz, R. (1990). Attachment styles and fear of personal death: A case study of affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 273-280.
- Mikulincer, M., Gillath, O., Halevy, V., Avihou, N., Avidan, S., & Eshkoli, N. (2001). Attachment theory and reactions to others' needs: Evidence that activation of the sense of attachment security promotes empathic responses. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*, 1205-1224.

- Mikulincer, M., & Horesh, N. (1999). Adult attachment style and the perception of others: the role of projective mechanisms. *Journal of Personality and Social Psychology*, *76*, 1022-1034.
- Mikulincer, M., & Orbach, I. (1995). Attachment styles and repressive defensiveness: the accessibility and architecture of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, *68*, 917-925.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2001). Attachment theory and intergroup bias: Evidence that priming the secure base schema attenuates negative reactions to out-groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, *81*, 97–115
- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2005). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Personal Relationships*, *12*, 149–168.
- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2007). Boosting attachment security to promote mental health, prosocial values, and inter-group tolerance. *Psychological Inquiry*, *18*, *13*, 139–156.
- Mikulincer, M., Shaver, P.R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotions*, *27*, *2*, 77-102.
- Corcoran, K.O., & Mallinckrodt, B. (2000). Adult attachment, self-efficacy, perspective taking, and conflict resolution. *Journal of Counseling & Development*, *78*, 473-483.
- Péloquin, K., Lafontain, M., & Brassard, A. (2011). A dyadic approach to the study of romantic attachment, dyadic empathy, and psychological partner aggression. *Journal of Social and Personal Relationships*, *28*, *7*, 915–942.
- Shaver, P.R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, *4*, *2*, 133–161.

Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *The American Journal of Family Therapy*, *31*, 143–157.

Sibley, C.G., Fischer, R., & Liu, J.H. (2005). Reliability and validity of the revised Experiences in Close Relationships (ECR-R) self-report measure of adult romantic attachment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *31*, 1524-1536.

Verdult, R. (2005). Hechting: Risico of bescherming? *Huisarts Nu*, *34*, 70-82.

Bijlage 1

Introductie

Masteronderzoek 2013

We vinden het erg fijn dat u wilt deelnemen aan ons onderzoek door de volgende vragenlijst in te vullen. Deze zal starten met enkele algemene gegevens. Hierna volgen een aantal vragen waarover u uw persoonlijke voorkeur aan mag geven. Het is de bedoeling dat u de vragen zo goed mogelijk naar waarheid invult. Er bestaan geen goede of foute antwoorden. Uw eerste ingeving is vaak de beste. Uw gegevens zullen volledig anoniem door ons worden ontvangen en verwerkt.

Het invullen van de vragenlijst zal maximaal 20 minuten duren. We willen u vragen de vragenlijst volledig in te vullen, maar u bent vrij om op ieder moment te stoppen.

Alvast hartelijk dank voor uw deelname!

Bijlage 2

Afsluiting

Hartelijk dank voor uw deelname. In dit onderzoek wordt onderzocht in hoeverre er een verband is tussen hechtingsstijlen en assertiviteit. De door u ingevulde gegevens zullen anoniem worden verwerkt. Wilt u op de hoogte worden gesteld van de resultaten van dit onderzoek? Stuur dan een mail naar onderzoeksscriptie2013@gmail.com

Hartelijke groet, Judith en Marjolijne

Bijlage 3

ECR-R Nederlandse vertaling

Instructie

Hieronder volgt een aantal stellingen. Geef per stelling aan in hoeverre u het met deze stelling eens bent. Dit kan op een schaal die loopt van 1 (sterk mee oneens) tot 7 (sterk mee eens).

1. Ik bespreek dingen met andere mensen.
2. Mijn verlangen om heel vertrouwelijk te zijn schrikt mensen soms af.
3. Ik maak me er vaak zorgen over dat mensen niet bij mij zullen willen blijven.
4. Ik ben bang dat ik niet aan de verwachtingen van andere mensen voldoe.
5. Vaak wens ik dat de gevoelens van andere mensen voor mij net zo sterk zijn als mijn gevoelens voor hen.
6. Mensen zien me alleen maar staan als ik boos ben.
7. Ik stel mij makkelijk afhankelijk van andere mensen op.
8. Meestal bespreek ik mijn problemen en zorgen met andere mensen.
9. Het is niet moeilijk voor me om vertrouwelijk te worden met andere mensen.
10. Ik maak me vaak zorgen over mijn relaties met andere mensen.
11. Het helpt mij om me in tijden van nood tot andere mensen te wenden.
12. Ik vind het niet prettig om mezelf open te stellen voor andere mensen.
13. Ik ben bang dat als mensen mij echt leren kennen, ze mij niet leuk zullen vinden.
14. Ik word zenuwachtig als andere mensen te vertrouwelijk worden.
15. Andere mensen begrijpen mij en mijn behoeften helemaal.
16. Ik voel me ongemakkelijk als andere mensen heel vertrouwelijk willen worden.
17. Het is makkelijk voor mij om liefhebbend te zijn tegen andere mensen.
18. Ik vind het gemakkelijk om vertrouwelijk te worden met andere mensen.
19. Ik laat andere mensen liever niet merken hoe ik mij diep van binnen voel.
20. Ik ben bang dat ik de liefde van mensen om mij heen zal verliezen.
21. Ik vind het gemakkelijk om vertrouwelijk te zijn met andere mensen.
22. Mensen om mij heen maken me onzeker over mezelf.
23. Ik vertel mensen om mij heen bijna alles.
24. Ik vind het moeilijk om mezelf toe te staan afhankelijk te zijn van andere mensen.

25. Als ik alleen ben, maak ik me zorgen dat mensen die ik ken anderen ontmoeten met wie ze in het vervolg liever omgaan.
26. Als ik aan mensen om mij heen mijn gevoelens laat zien ben ik bang dat ze voor mij niet hetzelfde voelen.
27. Ik vind het gemakkelijk om afhankelijk te zijn van andere mensen.
28. Ik maak me er zorgen over dat anderen niet zoveel om mij geven als ik om hen.
29. Ik maak me niet vaak zorgen dat ik door mensen in de steek gelaten zal worden.
30. Ik merk dat mensen niet zo vertrouweljk met mij willen zijn als ik met hen.
31. Het gebeurt wel eens dat mensen hun gevoelens voor mij veranderen zonder duidelijke reden.
32. Ik vind het gemakkelijk om persoonlijke gedachten en gevoelens met andere mensen te delen.
33. Ik maak me er zorgen over dat mensen me zullen verlaten.
34. Het maakt me boos dat ik van mensen niet de liefde en steun krijg die ik nodig heb.
35. Ik maak me er vaak zorgen over dat mensen niet echt van mij houden.
36. Ik ben liever niet te vertrouweljk met andere mensen.

Bijlage 4

Assertion Inventory Nederlandse vertaling

Instructie 1

Hieronder volgt een aantal situaties met betrekking tot interpersoonlijk gedrag. Geef per situatie uw *mate van ongemak of angst* aan (1 = geen; 2 = een beetje; 3 = redelijk wat; 4 = veel; 5 = erg veel).

Instructie 2

Hieronder volgen dezelfde situaties als in de vraag hiervoor. Wij vragen u nu echter om per situatie aan te geven hoe waarschijnlijk het is dat u het beschreven gedrag zal uitvoeren wanneer u zich daadwerkelijk in een dergelijke situatie bevindt (1 = altijd; 2 = meestal; 3 = de helft van de tijd; 4 = zelden; 5 = nooit).

1. Iemands verzoek om je auto te lenen afwijzen.
2. Een vriend complimenteren.
3. Een gunst aan iemand vragen.
4. Weerstand bieden aan de druk van een verkoper.
5. Je verontschuldigen wanneer je een fout hebt begaan
6. Een verzoek voor een bijeenkomst of een afspraak afwijzen.
7. Je angsten toegeven en aandacht daarvoor vragen.
8. Iemand waarmee je een intieme band hebt vertellen wanneer hij/zij iets zegt of doet dat je ergert.
9. Om loonsverhoging vragen.
10. Je eigen gebrek aan kennis op bepaalde gebieden toegeven.
11. Iemands verzoek om geld te lenen afwijzen.
12. Persoonlijke vragen stellen.
13. Een vriend die veel praat afremmen.
14. Naar opbouwende kritiek vragen.
15. Een gesprek met een vreemde beginnen.
16. Een compliment geven aan iemand met wie je een romantische relatie hebt of in wie je geïnteresseerd in bent.
17. Iemand vragen om een bijeenkomst of een afspraak te maken.

18. Je eerste verzoek afspraak is afgewezen en je vraagt de persoon opnieuw op een later tijdstip.
19. Je verwarring over een discussiepunt toegeven en om verduidelijking vragen.
20. Voor een baan solliciteren.
21. Vragen of je iemand beledigd hebt.
22. Iemand vertellen dat je hem/haar leuk vindt.
23. Vragen naar de verwachte service wanneer deze niet toereikend is, bijvoorbeeld in een restaurant.
24. Iemands kritiek op jouw gedrag openlijk met deze persoon bespreken.
25. Het terugbrengen van kapotte goederen, naar bijvoorbeeld een winkel.
26. Je mening uiten wanneer deze afwijkt van die van de persoon met wie u praat.
27. Iemands seksuele toenadering afwijzen wanneer je niet geïnteresseerd bent.
28. Tegen iemand zeggen dat je het gevoel hebt dat hij/zij iets heeft gedaan wat oneerlijk is.
29. Ingaan op een afspraakje.
30. Iemand goed nieuws over jezelf vertellen.
31. Sociale druk om te drinken weerstaan.
32. Weerstand bieden aan oneerlijke eisen van iemand die belangrijks is voor je.
33. Je baan opzeggen.
34. Sociale druk om enthousiast te worden voor iets weerstaan.
35. Iemands kritiek op jouw werk openlijk met deze persoon bespreken.
36. Het terugvragen van spullen die je hebt uitgeleend.
37. Complimenten ontvangen.
38. Door blijven praten met iemand die het niet met je eens is.
39. Een vriend of iemand met wie je werkt vertellen wanneer hij / zij iets zegt of doet dat je irriteert.
40. Iemand die vervelend tegen je doet in een publieke situatie vragen daarmee te stoppen.