



Universiteit Utrecht

De relatie tussen sociale en emotionele eenzaamheid en volwassen hechtingstijlen, vriendschapskwaliteit en sekse

Masterthesis Klinische en Gezondheidspsychologie

Auteurs: T.N. de Leeuw (3659232), in samenwerking met T. Linotte (3588556)

Supervisie: Dr. H.A.W. Schut, Universiteit Utrecht

5 maart 2014

Inhoud

Summary	3
Inleiding	4
Methode.....	8
Participanten.....	8
Procedure.....	9
Meetinstrumenten.....	10
Resultaten	12
Algemeen beschrijvende statistieken	12
Hechting en eenzaamheid.....	13
Hechting en vriendschapskwaliteit.....	15
Vriendschapskwaliteit en eenzaamheid.....	15
De mediërende rol van vriendschapskwaliteit.....	16
De modererende rol van sekse.....	16
Discussie.....	17
Hechting en eenzaamheid.....	17
Sekse als moderator.....	18
De mediërende rol van vriendschapskwaliteit.....	19
Kanttekeningen en implicaties	20
Referenties.....	21
Bijlagen	25
Bijlage 1: Omroepbericht conducteurs.....	25
Bijlage 2: Toestemmingsformulier.....	26
Bijlage 3: Vragenlijsten.....	28

Summary

This study examined the relationship between adult attachment and emotional and social loneliness among participants. The possibly mediating role of friendship quality and the moderating role of sex are also examined. Loneliness is related to different clinically relevant problems, examination of the predictors of loneliness is therefore of great importance. In trains on different trajectories of the Dutch Railways (Nederlandse Spoorwegen) participants filled in questionnaires. The results show that participants with an insecure attachment style report more total loneliness in comparison to participants with a secure attachment style. Participants with an anxious attachment style report more total loneliness than participants with an avoidant attachment style. Furthermore only here there appears to be a difference between social and emotional loneliness, participants with an avoidant attachment style report higher levels of social loneliness and participants with an anxious attachment style report more emotional loneliness. Friendship quality showed to be a partial mediator of the relationship between attachment and total loneliness. Insecure attachment is related to worse friendship quality and a good friendship quality is related to less reported total loneliness. The expected moderating role of sex is not found. It can be concluded that this study contributes to understanding the relationship between attachment, friendship and loneliness. Furthermore, this study is innovative by the distinction made between social and emotional loneliness.

Inleiding

Mensen zijn van nature sociale wezens met een fundamentele behoefte aan verwantschap. Deze behoefte omvat een doordringend verlangen om langdurige, positieve en significante interpersoonlijke relaties te vormen en onderhouden. Zelfs mensen die niets met elkaar gemeen hebben, een gemeenschappelijke ervaringen delen of simpelweg blootgesteld worden aan elkaar hebben de neiging om vriendschappen of andere sociale banden te vormen. Niet voldoen aan de behoefte aan verwantschap kan leiden tot verschillende negatieve effecten. Zowel psychische als lichamelijke gezondheidsproblemen komen vaker voor bij mensen die geen sociale bindingen hebben. Zo kunnen onder andere gevoelens van eenzaamheid ontstaan (Baumeister & Leary, 1995). Eenzaamheid is gerelateerd aan veel klinisch relevante problemen zoals depressie, angststoornissen, middelengebruik en suïcide-ideatie (Heinrich & Gullone, 2006). Onderzoek naar de voorspellers van eenzaamheid is daardoor van cruciaal belang.

Eenzaamheid wordt gedefinieerd als een aversieve toestand wanneer discrepantie bestaat tussen de interpersoonlijke relaties die men wenst en die men waarneemt (Peplau & Perlman, 1982). Het is een pijnlijk gevoel van isolering, geassocieerd met een verlangen naar hereniging, contact of nabijheid (Parkhurst & Hopmeyer, 1999). Hoewel objectieve kenmerken van sociale relaties (zoals de frequentie van sociale contacten) een effect op eenzaamheid hebben, wordt eenzaamheid sterker beïnvloed door de kwalitatieve evaluaties ervan (zoals tevredenheid met de relatie) (Asher & Paguette, 2003; Wheeler, Reis & Nezlek, 1983).

Door dit multidimensionale karakter maakte Weiss (1973) onderscheid tussen emotionele eenzaamheid en sociale eenzaamheid. Emotionele eenzaamheid wordt ervaren bij een afwezigheid van hechte en intieme relaties en leidt onder andere tot gevoelens van angst, verlatenheid en waakzaamheid. Sociale eenzaamheid wordt ervaren bij een gebrek aan sociale netwerken en wordt geassocieerd met gevoelens van verveling, depressiviteit, doelloosheid en zinloosheid (Weiss, 1973). Het onderscheid tussen emotionele en sociale eenzaamheid weerspiegelt het idee dat verschillende tekorten in relaties subtypes van eenzaamheid produceren, welke op hun beurt verschillende secundaire effecten hebben (Parkhurst & Hopmeyer, 1999). Het lijkt daarom nuttig om eenzaamheid als twee aparte constructen te onderzoeken.

De rol van relaties wordt ook benadrukt in Bowlby's (1969) hechtingstheorie. De hechtingstheorie stelt dat hechtingrelaties in de vroege kindertijd worden gevormd met één of meer hechtingsfiguren, zoals de verzorger(s) (Bowlby, 1969). Op basis van ervaringen met de verzorger(s) creëren individuen mentale representaties, dit zijn cognitieve schema's over iemands verwachtingen met betrekking tot hechtingsfiguren en de eigen capaciteiten. Ze dienen om gedrag, gedachtes en gevoelens van zichzelf en hechtingsfiguren te reguleren, interpreteren en voorspellen (Bartholomew & Horowitz, 1991; Bretherton & Munholland, 1999).

Er zijn verschillende hechtingstijlen geïdentificeerd die individuele verschillen in sociale interacties en emotionele reacties karakteriseren (Bartholomew & Horowitz, 1991). Deze kunnen beschreven worden door middel van een tweedimensionaal model met een angstig-gepreoccupeerde en afwijzend-vermijdende hechtingstijl (Griffin & Bartholomew, 1994). Een angstige hechtingstijl impliceert een sterke behoefte voor nabijheid, zorgen over relaties en angst voor afwijzing. Een vermijdende hechtingstijl impliceert een voorkeur voor zelfredzaamheid en emotionele afstand van anderen. Een veilige hechting correspondeert met een lage score op vermijdende en angstige hechting, gekenmerkt door positieve en betrouwbare sociale interacties (Shaver & Mikulincer, 2002). Op basis van dit onderscheid is het denkbaar dat angstig gehechten meer sociale en emotionele eenzaamheid ervaren dan vermijdend gehechten.

Hoewel mentale representaties redelijk stabiel zijn, kunnen levensomstandigheden hier veranderingen in aanbrengen (Bretherton & Munholland, 1999). Ook is bekend dat de manier waarop dingen herinnerd worden onderhevig is aan vervormingen en onnauwkeurigheden. In plaats van vroege hechting kan gekeken worden naar actuele, volwassen hechting. Er wordt dan geen aanspraak gedaan op de reconstructie van vroege ervaringen (Hesse, 1999). Onderzoek naar volwassen hechting laat zien dat veilig gehechten minder eenzaamheid ervaren dan onveilig gehechten (Lambert, Lussier, Sabourin & Wright, 1995; Man & Hamid, 1998). Welke onveilige hechtingsstijlen in de volwassenheid een relatie hebben met eenzaamheid is echter onduidelijk. Zo vond een onderzoek dat angstig gehechten zich het meest eenzaam voelen, gevolgd door vermijdend gehechten (Man & Hamid, 1998). Een ander onderzoek vond daarentegen geen verschil tussen verschillende onveilige hechtingstijlen (Lambert et al., 1995). In deze onderzoeken is echter geen onderscheid gemaakt tussen sociale en emotionele

eenzaamheid. Wanneer dit wel gedaan wordt geeft dit mogelijk meer inzicht in de ervaren eenzaamheid bij onveilige hechtingstijlen.

Naast de directe effecten van hechtingstijlen op eenzaamheid blijken ook indirecte factoren een rol te spelen, zoals de behoefte aan intimiteit, verwantschap, bekwaamheid (Wei, Shaffer, Young & Zakalik, 2005), zelfvertrouwen (Man & Hamid, 1998) en sociale vaardigheden (DiTommaso, Brannen-McNulty, Ross & Burgess, 2003). Daarnaast blijkt dat hechting aan leeftijdsgenoten de relatie tussen ouderlijke hechting en emotionele eenzaamheid sterk mediëert (Bogaerts, Vanheule & Desmet, 2006). Volgens de hechtingstheorie beïnvloeden gevormde mentale representaties de mate waarin een individu in staat is om intimiteit en sociale verwantschap te ervaren (Bogaerts et al., 2006). Deze mentale representaties zouden de vriendschappen van mensen kunnen beïnvloeden. Mediërende factoren zijn belangrijk voor de klinische praktijk omdat ze makkelijker te beïnvloeden zijn dan iemands hechtingstijl (Wei et al., 2005). In voorliggend onderzoek zal vriendschapskwaliteit daarom als mediërende factor op de relatie tussen hechtingstijl en eenzaamheid onderzocht worden.

Vriendschapskwaliteit wordt bepaald door aspecten als ruzie, kameraadschap, hulp, veiligheid, nabijheid en intimiteit (Bukowski, Hoza & Boivin, 1994; Grabill & Kerns). Wanneer vrienden beiden een veilige hechtingstijl hebben, communiceren zij op een manier waardoor ze elkaar beter begrijpen en die connectie met de ander bevordert. Zij ervaren minder conflict, hebben meer overkombare problemen (Weimer, Kerns & Oldenburg, 2003), ervaren meer intimiteit en hebben positieve verwachtingen in vriendschapsrelaties (You & Malley-Morrison, 2000). Vermijdend gehechten ervaren meer conflict, minder kameraadschap (Weimer et al., 2003), minder intimiteit en hebben negatievere verwachtingen (You & Malley-Morrison, 2000). Grabill en Kerns (2000) vonden echter nauwelijks een verband tussen hechting en intimiteit, wat de relatie minder duidelijk maakt. Naast het effect van hechtingstijlen op vriendschap blijkt vriendschapskwaliteit ook bij te dragen aan het ervaren van eenzaamheid. Tevens mediëert vriendschapskwaliteit de relatie tussen individuele karakteristieken en eenzaamheid (Vanhalst, Luckx & Goossens, 2013). Het is hierdoor denkbaar dat vriendschapskwaliteit ook de relatie tussen hechtingstijlen en eenzaamheid mediëert.

Naast vriendschapskwaliteit zou ook sekse de relatie tussen hechtingstijlen en vriendschapskwaliteit kunnen beïnvloeden. Zowel de eigen sekse als die van de vriendschapspartner lijkt een effect te hebben (Saferstein, Neimeyer & Hagans, 2005). Wanneer

vrienden hetzelfde geslacht hebben, ervaren vrouwen meer kameraadschap, bescherming en affectieve binding. Mannen ervaren meer hulp en veiligheid. Angstige en vermijdend gehechten rapporteren meer conflict en minder veiligheid in verschillend-geslacht vriendschappen dan in zelfde-geslacht vriendschappen. Onveilig gehechten hebben een hogere vriendschapskwaliteit bij vriendschappen van hetzelfde geslacht. Voor veilig gehechten is geen sekseverschil gevonden (Saferstein et al., 2005). Grabill en Kerns (2000) vonden echter dat veilig gehechte vrouwen meer intimiteit ervaren. Deze tegenstrijdige resultaten maken het relevant om de modererende rol van sekse te onderzoeken.

De relatie tussen vriendschapskwaliteit en eenzaamheid zou ook beïnvloed kunnen worden door sekse. Mannen lijken meer eenzaamheid te ervaren wanneer zij slecht zijn in het uitdrukken van zichzelf en probleemoplossing in relaties (Le Roux & Connors, 2001). Dykstra en De Jong Gierveld (2004) onderzochten sekseverschillen in sociale en emotionele eenzaamheid in huwelijksrelaties. Emotionele eenzaamheid bleek voor mannen het best verklaard te worden door hun huwelijksgeschiedenis, voor vrouwen door opname in een sociaal netwerk. Bij sociale eenzaamheid verklaarde het sociale netwerk voor mannen en vrouwen het beste eenzaamheid. Deze bevindingen maken onderzoek naar de modererende rol van sekse op de relatie tussen vriendschapskwaliteit en eenzaamheid relevant.

Naar aanleiding van de bovenstaande theoretische noties zijn de volgende hypothesen geformuleerd. Als eerste wordt verwacht dat een veilige volwassen hechtingstijl een direct negatieve relatie heeft met eenzaamheid. Als tweede zou een vermijdende hechtingstijl een direct positieve relatie met eenzaamheid hebben. Als derde wordt verwacht dat ook een angstige hechtingstijl een direct positief verband heeft met eenzaamheid. De vierde verwachting is dat angstig gehechten meer sociale en emotionele eenzaamheid rapporteren dan vermijdend gehechten. Om te onderzoeken of vriendschapskwaliteit de relatie tussen hechting en eenzaamheid mediëert wordt als vijfde verwacht dat een veilige volwassen hechtingstijl een direct positief verband heeft met een goede vriendschapskwaliteit. Ten zesde wordt verwacht dat een goede vriendschapskwaliteit een direct negatief verband heeft met de ervaren eenzaamheid. Vervolgens wordt verwacht dat onveilig gehechte mannen een lagere vriendschapskwaliteit hebben dan vrouwen. Tot slot wordt verwacht dat bij een slechte vriendschapskwaliteit mannen meer eenzaamheid zullen rapporteren dan vrouwen.

Methode

Participanten

Aan voorliggend onderzoek namen 276 participanten deel tussen de 18 en 82 jaar. Twaalf participanten zijn verwijderd vanwege onvolledig ingevulde vragenlijsten. Hierdoor bleven er 264 participanten over, waarvan 147 vrouw en 117 man. De gemiddelde leeftijden met standaarddeviaties en demografische gegevens staan in Tabel 1. Selectiecriteria waren dat men Nederlands sprak en minimaal 18 jaar oud was. De participanten zijn een goede weerspiegeling van de samenleving, te zien aan de verdeling in inkomen, opleidingsniveau en burgerlijke staat, ook al namen er geen weduwen deel. Ongeveer 75% van de gevraagde treinreizigers nam deel aan het onderzoek. Missende waarden zijn per analyse pairwise geëxcludeerd. Outliers konden niet verholpen worden doormiddel van transformatie. Ze zijn daarom verholpen doormiddel van de outlier score te vervangen door de volgende hoogste of laagste score plus of min één (Field, 2009, p.153).

Tabel 1

Gemiddelde leeftijd en demografische variabelen van de participanten(n=264).

	Totaal (n=264)	Vrouw (n=147)	Man (n=117)
<i>M</i> Leeftijd	32.53(n=263)	31.38(n=146)	33.96
<i>SD</i> Leeftijd	15.88(n=263)	15.22(n=146)	16.63
Burgerlijke staat (in %)			
- Alleenstaand	28	25.2	31.6
- In relatie, niet samenwonend	26.9	28.6	24.8
- Samenwonend	20.5	21.1	19.7
- Gehuwd	21.6	21.8	21.4
- Gescheiden	3	3.4	2.6
- Weduwnaar	0	0	0
Maandinkomen (in %)			
- Minder dan 2000 bruto	47.3	54.4	38.5
- 2000-3000 bruto	19.3	15	24.8
- Meer dan 3000 bruto	33.3	30.6	36.8
Kinderen (ja in %)	27.3(n=72)	26.5(n=39)	28.2(n=33)
<i>M</i> Aantal kinderen (<i>SD</i>)	2.17 (.89)	2.13	2.21
<i>M</i> leeftijd kinderen (<i>SD</i>)	20.85 (13)	19.56	22.37

Leefsituatie kinderen, (in %)			
- Uitwonend	40.3	41	39.4
- Thuiswonend	41.7	43.6	39.4
- Beide	18.1	15.4	21.2
Band met kinderen (in %)			
- Slecht	0	0	0
- Matig	1.4	2.6	0
- Gemiddeld	6.9	5.1	9.1
- Prima	40.3	41	39.4
- Uitstekend	51.4	51.3	51.5
Hoogst afgeronde opleiding (in %) (n=263)			
- Lagere school	1.5	2.1	.9
- Mulo/mavo/lts/vmbo/huishoud	14.1	13.7	14.5
- Mbo	11	9.6	12.8
- Hts/hbs/havo	17.1	17.8	16.2
- Vwo/atheneum	16.3	16.4	16.2
- Hbo	22.4	23.3	21.4
- Universiteit	17.1	17.1	17.1
- Anders	.4	0	.9

Procedure

Allereerst is er een pilot studie uitgevoerd bij twaalf studenten als test en om de laatste fouten eruit te halen. De vragenlijsten zijn afgenomen op verschillende trajecten in eerste en tweede klas coupés van NS treinen. Dit is gedaan op vijf dagen tijdens de eerste twee weken van November, in het weekend en doordeweeks, tussen 10.00 en 18.00 uur. Dit allemaal om een gevarieerde onderzoeksgroep te verkrijgen. Trajecten waren onder andere Utrecht-Eindhoven en Utrecht-Leeuwarden. Vooraf is aan de conducteur gevraagd om toestemming en of deze een omroep wilde doen (Bijlage 1). Alle treinreizigers zijn aangesproken en wanneer nodig gevraagd of zij 18 jaar of ouder waren. Er is uitgelegd waar het onderzoek voor diende, waar het over ging en hoelang deelname zou duren. Indien geïnteresseerd werd een *informed consent* formulier ter ondertekening voorgelegd (Bijlage 2). Hierna kreeg de participant de vragenlijsten, uitgeprint op papier (Bijlage 3). Na ongeveer 20 minuten werden deze opgehaald.

Meetinstrumenten

Allereerst werden demografische variabelen uitgevraagd. Naast geslacht en leeftijd is er naar burgerlijke staat, hoogst afgeronde opleiding, inkomensniveau en gezinssituatie gevraagd. Deze variabelen kunnen namelijk gemoedstoestand of eenzaamheid beïnvloeden. Om deze reden is ook gemoedstoestand gemeten.

Gemoedstoestand is gemeten met de VROPSOM (Van Rooijen, 1979). Deze bestaat uit 34 adjectieven en beslaat twee schalen, somberheid en optimisme. Er is gekeken naar de totaalscore, een maat voor de algemene negatieve gemoedstoestand. Twaalf stemmingen zijn plezierig en 22 onplezierig. De participant is gevraagd om aan te kruisen welke stemming over het algemeen wordt ervaren. De VROPSOM (Van Rooijen, 1979) is een Nederlands versie van de Depression Adjective Check List (DACL) van Lubin (1965). De psychometrische kwaliteit is goed. De interne consistentie is goed met een Cronbach's Alpha van .80-.90 en de test-hertest betrouwbaarheid is goed met .55 (Arrindell & Van Rooijen, 2002). De convergente validiteit is bevredigend evenals de discriminante validiteit (Van Rooijen & Arrindell, 1985). De Cronbach's Alpha van de vragenlijst in voorliggend onderzoek is .74.

Eenzaamheid is gemeten met de Eenzaamheidsschaal (de Jong Gierveld & Kamphuis, 1985). Deze vragenlijst meet doormiddel van 11 stellingen sociale en emotionele eenzaamheid, met zes negatieve en vijf positieve items. Elke stelling wordt beoordeeld in hoeverre het van toepassing is op de participant. De originele antwoordmogelijkheden zijn aangepast, wat resulteert in de antwoordmogelijkheden: helemaal niet, nee, min-of-meer, ja, helemaal. Dit is gedaan omdat de oorspronkelijke antwoordmogelijkheden 'nee! of nee', niet onderscheidend genoeg gevonden werden. 'Ja! en nee!' werden niet als gebruikelijk of representatief gezien. De antwoordmogelijkheden zijn omgekeerd zodat deze aansloten bij de overige vragenlijsten. De psychometrische kwaliteiten worden door COTAN (Evers, 2001) als volgt beoordeeld. De basisassumpties zijn goed en de kwaliteit van het materiaal, de handleiding en de normen zijn voldoende. De betrouwbaarheid is goed, de inhoudsvaliditeit voldoende en de criteriumvaliditeit onvoldoende door een gebrek aan onderzoek. De Cronbach's alpha in voorliggend onderzoek is voor de gehele vragenlijst .88, voor de emotionele eenzaamheidschaal .85 en voor de sociale eenzaamheidschaal .81.

Volwassen hechtingstijl is gemeten met de ECR-R-NL (Conradi, Gerlsma, Van Duijn & De Jonge, 2006). Dit is de Nederlands versie van de Experience in Close Relationships-Revised, origineel van Brennan, Clark en Shaver (1998). De herziene versie is afkomstig van Fraley, Waller en Brennan (2000) en deze is vertaald naar het Nederlands door Conradi, Gerlsma, Van Duijn en De Jonge (2006). De vragenlijst bestaat uit 36 stellingen en bevat twee schalen, vermijdende en angstige hechting. Er is een totaalscore, een continue variabele die loopt van minst onveilig(veilig) naar onveilig. Deze variabele bestaat uit de opgetelde scores van angstige en vermijdende hechting gedeeld door twee. Participanten geven aan in hoeverre ze het met uitspraken eens zijn. De antwoordmogelijkheden lopen op een 7-punt Likert schaal van 'sterk me oneens' tot 'sterk mee eens'. De psychometrische kwaliteiten van deze Nederlandse versie zijn in orde. De twee-factoren structuur en de externe validiteit worden ondersteund en de interne validiteit van de schalen varieert van bevredigend tot voldoende. De externe validiteit is vergeleken met de Amerikaanse versie voldoende (Conradi et al. 2006). De Cronbach's alpha van de totale vragenlijst is in voorliggend onderzoek .91, de angstige hechtingschaal .92 en de vermijdende hechtingschaal .89.

Vriendschapskwaliteit is gemeten met de Friendship Qualities Scale (FQS) (Bukowski, Hoza & Boivin, 1994). Deze vragenlijst is ten behoeve van deze studie vertaald naar het Nederlands en vervolgens door een native English speaker terugvertaald naar het Engels, dit kwam overeen met de originele vragenlijst. Het meet de actuele percepties van vriendschapsrelaties en bevat vijf schalen; ruzie, kameraadschap, hulp, veiligheid en nabijheid. De vragenlijst bestaat uit 22 stellingen over vriendschappen. De antwoordmogelijkheden zijn: helemaal onwaar, onwaar, min-of-meer, waar en helemaal waar. De psychometrische kwaliteit is in orde. De Cronbach's alpha is voor alle schalen voldoende (Ponti et al., 2010). In voorliggend is de Cronbach's alpha van de vragenlijst .78. Per schaal is deze als volgt: Nabijheid .73, Veiligheid .39, Hulp .79, Kameraadschap .51 en Ruzie .68. Aangezien de Cronbach's alpha van de schalen veiligheid en kameraadschap te laag is worden deze niet meegenomen in de analyses of de totaalscore van vriendschapskwaliteit, wat uiteindelijk een optelling is van de schalen nabijheid, hulp en ruzie.

Resultaten

Algemeen beschrijvende statistieken

De gemiddelde score van de onderzoekspopulatie op de VROPSOM (negatieve gemoedstoestand) is $M = 8.38$, $SD = 3.85$. In vergelijking met onderzoek van Rooijen en Arrindell (1985) ($M = 17.5$, $SD = 7$), die poliklinische psychiatrische patiënten onderzochten, kan gesteld worden dat de negatieve gemoedstoestand van participanten in voorliggend onderzoek lager lijkt. De gemiddelde score op de totale eenzaamheidschaal is $M = 20.3$, $SD = 7.1$. In vergelijking met data van De Jong Gierveld en Van Tilburg (2011), die onder andere alleenstaanden ($M = 35.2$) en personen in een relatie ($M = 22$) onderzochten, scoren deelnemers in voorliggend onderzoek laag op eenzaamheid. Voor de vriendschapskwaliteit totaalscore zijn geen vergelijkbare onderzoeken bekend aangezien er in voorliggend onderzoek zelf een totaalscore is gemaakt.

De algemene resultaten met betrekking tot eenzaamheid, hechting en vriendschap zijn weergegeven in Tabel 2. Hiernaast is er gekeken naar de gemoedstoestand (VROPSOM). Mannen en vrouwen blijken hierop niet te verschillen. Wel is er een significante negatieve relatie tussen leeftijd en een negatieve gemoedstoestand ($r = -.132$, $p < .05$). Hoe lager de leeftijd, hoe negatiever de gemoedstoestand. Ook is er een significante positieve relatie tussen negatieve gemoedstoestand en totale ($r = .43$, $p < .001$), sociale ($r = .36$, $p < .001$) en emotionele eenzaamheid ($r = .41$, $p < .001$). Hoe negatiever de gemoedstoestand, hoe hoger de eenzaamheid. De verschillen tussen sociale en emotionele eenzaamheid zijn in bovenstaande relatie niet significant. Er is een significante negatieve relatie gevonden tussen negatieve gemoedstoestand en vriendschapskwaliteit ($r = -.24$, $p < .001$), hoe slechter de gerapporteerde vriendschapskwaliteit, hoe hoger de negatieve gemoedstoestand. Voor leeftijd is er geen significante relatie gevonden met totale, sociale of emotionele eenzaamheid.

Voor de variabelen met een significant verband wordt in verdere analyses gecontroleerd om ongewenste effecten ervan uit te sluiten. Bij de analyses over hechting en eenzaamheid (hypothesen 1 t/m 4) is gecontroleerd voor de invloed van burgerlijke staat en negatieve gemoedstoestand. Bij de analyses omtrent vriendschapskwaliteit (hypothese 5 & 6) is naast deze twee variabelen ook gecontroleerd voor sekse.

Tabel 2*Algemene beschrijvende statistieken van eenzaamheid, hechting en vriendschap.*

	Eenzaamheid (<i>n</i> = 264) <i>M</i> (<i>SD</i>)	Hechting (<i>n</i> = 264) <i>M</i> (<i>SD</i>)	Vriendschap (<i>n</i> = 263) <i>M</i> (<i>SD</i>)
Participanten totaal	20.3(7.1)	54.4(13.6)	87.2 (9.9)
- Man	21.2(7.5)	54.7(13.7)	84.1(10.7)
- Vrouw	19.5(6.7)	54.2(13.7)	89.7(8.4)
<i>T</i>	-1.9	-.3	4.5***
Burgerlijke staat			
- Alleenstaand	21.7(7.4)	56.8(12.3)	84.8(1.3)
- In relatie, niet samenwonend	21.1(7.1)	58.5(12.2)	87.5(9.0)
- Samenwonend	17.6(5.9)	47.7(13.5)	89.5(8.2)
- Gehuwd	19.7 (6.7)	54.4(13.9)	89.1(9.3)
- Gescheiden	21.5(10.2)	51.6(24.0)	76.9(18.5)
<i>F</i>	3.1*	4.9**	4.5**
Maandinkomen			
- Minder dan 2000 bruto	20.5(7.3)	57.2(13.1)	87.5(9.0)
- 2000-3000 bruto	20.5(6.7)	50.6(12.8)	88.2(10.4)
- Meer dan 3000 bruto	19.8(7.1)	52.7(14.1)	86.3(10.9)
ANOVA (<i>F</i>)	.3	5.2**	.6
Kinderen			
- Wel kinderen	20.5(7.2)	54.1(14.7)	87.2(11.6)
- Geen kinderen	20.2(7.1)	54.5(13.3)	87.2(9.3)
<i>T</i>	-.4	.2	.0
Hoogst afgeronde opleiding			
- Lagere school	22.5(7.9)	54.4(14.8)	86.8(8.5)
- Mulo/mavo/lts/vmbo/huishoud	22.6(9.0)	58.0(15.2)	85.8(13.0)
- Mbo	19.6(6.9)	52.6(12.9)	85.8(10.7)
- Hts/hbs/havo	21.1(7.1)	57.4(12.6)	86.1(8.7)
- Vwo/atheneum	21.6(7.0)	58.5(11.8)	86.4(9.5)
- Hbo	19.0(6.4)	49.6(13.8)	90.7(7.7)
- Universiteit	18.1(5.8)	51.8(13.1)	86.6(10.3)
- Anders	22.0	57.0	n.v.t.
<i>F</i>	1.9	2.6*	1.6

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$ ***Hechting en eenzaamheid******Hypothese 1***

Er is een significante positieve relatie gevonden tussen een onveilige hechtingstijl en totale ($r = .59, p < .001$), sociale ($r = .50, p < .001$) en emotionele eenzaamheid ($r = .54, p < .001$). Dit betekent hoe veiliger gehecht een persoon is, hoe minder totale, sociale en emotionele

eenzaamheid gerapporteerd wordt. Er is geen verschil in verbandsterkte tussen sociale en emotionele eenzaamheid ($z = -.62, p = .53$).

Hypothese 2

Er is eveneens een significante positieve relatie gevonden tussen vermijdende hechting en totale ($r = .49, p < .001$), sociale ($r = .54, p < .001$) en emotionele eenzaamheid ($r = .34, p < .001$). Hoe meer vermijdend iemand gehecht is, hoe meer totale, sociale en emotionele eenzaamheid iemand rapporteert. Ook blijkt de relatie tussen sociale eenzaamheid en een vermijdende hechtingstijl sterker te zijn dan die met emotionele ($z = -2.83, p < .01$).

Hypothese 3

Zoals verwacht is er ook een significante positieve relatie tussen de mate van angstige hechting totale ($r = .45, p < .001$), sociale ($r = .26, p < .001$) en emotionele eenzaamheid ($r = .50, p < .001$). Hieruit blijkt dat hoe angstiger de hechting, hoe meer gerapporteerde eenzaamheid. Uit de analyses blijkt voorts dat de relatie tussen angstige hechting en emotionele eenzaamheid sterker is dan die met sociale eenzaamheid ($z = -3.21, p < .001$).

Hypothese 4

Totale eenzaamheid. Op de totale eenzaamheidsschaal is er een hoofdeffect van hechting, de groepen verschillen zoals verwacht significant van elkaar, $F(3, 243) = 35.14, p < .001$. Post-hoc toetsen laten zien dat angstig gehechten zoals verwacht hoger scoren op totale eenzaamheid dan vermijdend gehechten ($p < .001$) en veilig gehechten ($p < .001$). De gemiddelde verschilcores en standaarddeviaties van de hechtingstijlen op eenzaamheidsschalen staan vermeld in Tabel 3.

Sociale eenzaamheid. Ook op de sociale eenzaamheidsschaal is zoals verwacht een hoofdeffect van hechting, $F(3, 243) = 21.88, p < .001$. Angstig gehechten scoren zoals verwacht hoger op sociale eenzaamheid dan vermijdend gehechten ($p = .001$) en veilig gehechten ($p < .001$). Tevens scoren vermijdend gehechten significant hoger dan veilig gehechten ($p = .01$).

Emotionele eenzaamheid. Op de emotionele eenzaamheidsschaal is wederom een hoofdeffect van hechting, $F(3, 243) = 30.93, p < .001$. Post-hoc toetsen tonen dat angstig gehechten zoals verwacht hoger scoren op emotionele eenzaamheid dan vermijdend gehechten ($p < .001$) en veilig gehechten ($p < .001$).

Tabel 3

Gemiddelde vershilscores tussen de verschillende hechtingstijlen op de eenzaamheidsschalen.

	Totale eenzaamheid <i>M(SD)</i>	Sociale eenzaamheid <i>M(SD)</i>	Emotionele eenzaamheid <i>M(SD)</i>
Veilig vs. Angstig	-8.86(.90)***	-3.67(.47)***	-5.19(.58)***
Angstig vs. Vermijndend	6.79(1.00)***	2.03(.53)**	4.76(.65)***
Vermijndend vs. Veilig	2.07(.98)	1.64(.52)*	.43(.63)

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Hechting en vriendschapskwaliteit

Hypothese 5

Er is een significante negatieve relatie tussen onveilige hechting en de totale vriendschapskwaliteit ($r = -.35$, $p < .001$). Er is, daarmee in lijn, een significante positieve relatie gevonden tussen onveilige hechting en de mate van ruzie in die vriendschapsrelaties, $r = .20$, $p < .01$. Er zijn significante negatieve relaties geconstateerd tussen onveilige hechting, hulp ($r = -.31$, $p < .001$) en nabijheid ($r = -.25$, $p < .001$). Hoe onveiliger gehecht een persoon is, hoe meer ruzie en minder hulp en nabijheid hij rapporteert. Meer veilig gehechten rapporteren dus een hogere vriendschapskwaliteit. Het verschil in verbandsterkte tussen ruzie, hulp en nabijheid is echter niet significant. Dit betekent dat geen van de subschalen een sterker verband had met hechting.

Vriendschapskwaliteit en eenzaamheid

Hypothese 6

Totale eenzaamheid. Zoals verwacht is er een significante negatieve relatie tussen ervaren eenzaamheid en totale vriendschapskwaliteit ($r = -.42$, $p < .001$), hulp ($r = -.38$, $p < .001$) en nabijheid ($r = -.23$, $p < .001$). Ook is er een significante positieve relatie gevonden tussen ervaren eenzaamheid en ruzie ($r = .17$, $p < .01$). Dit betekent dat iemand minder totale eenzaamheid ervaart wanneer de vriendschapskwaliteit hoger is oftewel er meer hulp en

nabijheid en minder ruzie wordt gerapporteerd.

Sociale eenzaamheid. Ook voor sociale eenzaamheid is er een significante negatieve relatie gevonden tussen ervaren eenzaamheid en totale vriendschapskwaliteit ($r = -.48, p < .001$), hulp ($r = -.41, p < .001$) en nabijheid ($r = -.33, p < .001$). Zoals verwacht is er tevens een significante positieve relatie gevonden tussen sociale eenzaamheid en ruzie ($r = .16, p = .01$). Wanneer er sprake is van een hogere vriendschapskwaliteit wordt er minder sociale eenzaamheid gerapporteerd.

Emotionele eenzaamheid. Er is een significante negatieve relatie gevonden tussen emotionele eenzaamheid en de totale vriendschapskwaliteit ($r = -.28, p < .001$) en hulp ($r = -.27, p < .001$). Zoals verwacht is er tussen emotionele eenzaamheid en ruzie ook een significante positieve relatie, ($r = .15, p < .05$). Deze resultaten tonen aan dat er bij een hogere vriendschapskwaliteit, meer hulp en minder ruzie, minder emotionele eenzaamheid wordt gerapporteerd.

De mediërende rol van vriendschapskwaliteit

In voorgaande bevindingen is de relatie aangetoond tussen hechting en eenzaamheid, hechting en vriendschap en vriendschap en eenzaamheid. Om inzicht te krijgen in hoeverre vriendschap de relatie tussen hechting en eenzaamheid mediëert, is er een hiërarchische regressieanalyse uitgevoerd. Er is gecontroleerd voor het effect van vriendschapskwaliteit door deze mee te nemen in blok 1 en hechting in blok 2. Het effect van vriendschap op eenzaamheid is nog steeds significant wanneer gecontroleerd wordt voor hechting, negatieve gemoedstoestand, burgerlijke staat en sekse, $b^* = -.22, t = -4.24, p < .001$. Vervolgens is gekeken of vriendschap een volledige of gedeeltelijke mediator is. Het effect van hechting op eenzaamheid blijft bestaan wanneer er voor hechting, negatieve gemoedstoestand, burgerlijke staat en sekse gecontroleerd wordt, $b^* = .49, t = 9.13, p < .001$. Dit betekent dat vriendschapskwaliteit de relatie tussen hechtingstijlen en eenzaamheid gedeeltelijk mediëert.

De modererende rol van sekse

Hypothese 7 & 8

Er zijn geen significante sekseverschillen gevonden in de relaties tussen hechting en vriendschapskwaliteit en vriendschapskwaliteit en eenzaamheid. Mannen met een onveilige hechtingstijl blijken geen lagere vriendschapskwaliteit ($r = .29, p < .01$) te rapporteren dan

vrouwen ($r = .21, p < .05$) met een onveilige hechtingstijl ($z = -.97, p = .33$). Tevens blijken mannen ($r = -.45, p < .001$) niet meer eenzaamheid te rapporteren dan vrouwen ($r = -.51, p < .001$) bij een lage vriendschapskwaliteit ($z = .88, p = .38$).

Discussie

Het doel van voorliggend onderzoek was om inzicht te verkrijgen in de relatie tussen volwassen hechtingstijlen en sociale en emotionele eenzaamheid. Daarbij is tevens de mogelijke rol van vriendschapskwaliteit als mediator en sekse als moderator onderzocht.

Hechting en eenzaamheid

De theoretische noties uit de inleiding, suggereren dat volwassen hechtingstijlen een relatie hebben met eenzaamheid (Lambert et al., 1995; Man & Hamid, 1998). In huidig onderzoek werd onderscheid gemaakt tussen verschillende volwassen hechtingstijlen; een veilige, vermijdende en angstige hechtingstijl. *Verwacht werd dat een veilige volwassen hechtingstijl een negatieve relatie met eenzaamheid zou hebben. Een vermijdende en angstige hechtingstijl zouden een positieve relatie met eenzaamheid hebben.* Uit de resultaten blijkt naar verwachting dat hoe veiliger gehecht iemand is, hoe minder sociale, emotionele en totale eenzaamheid gerapporteerd wordt. Hoe meer vermijdend of angstig gehecht, hoe meer totale, sociale en emotionele eenzaamheid wordt gerapporteerd. De hechtingstheorie stelt dat in de kindertijd gevormde mentale representaties dienen om gedrag, gedachtes en gevoelens van zichzelf en hechtingsfiguren te reguleren, interpreteren en voorspellen (Bartholomew & Horowitz, 1991). Het is denkbaar dat veilig gehechten minder eenzaamheid rapporteren doordat zij, in vergelijking met vermijdend gehechten, meer behoefte hebben aan intimiteit. In vergelijking met angstig gehechten maken zij zich minder zorgen over sociale afwijzing. Tevens zien veilig gehechten zichzelf als inter-persoonlijk competent, hebben positieve verwachtingen over de beschikbaarheid van anderen en een positieve kijk op zichzelf. Veilig gehechten hebben bovendien vaak positieve en betrouwbare sociale interacties (Shaver & Mikulincer, 2002).

Op basis van de theorie van Weiss (1973), werd in huidig onderzoek een onderscheid gemaakt tussen sociale en emotionele eenzaamheid. Er werd gevonden dat een vermijdende hechtingstijl een sterkere relatie met sociale eenzaamheid heeft. Een angstige hechting heeft

een sterkere relatie met emotionele eenzaamheid. De hechtingstheorie kan dit mogelijk verklaren doordat vermijdend gehechten emotionele en hechte relaties minder ambiëren. Een vermijdende hechtingstijl impliceert een voorkeur voor zelfredzaamheid en emotionele afstand van anderen (Bartholomew & Horowitz, 1991). Eenzaamheid wordt hierdoor wellicht sterker sociaal ervaren. Doordat angstig gehechten meer behoefte hebben aan hechte relaties (Griffin & Bartholomew, 1994), zullen zij wellicht sterker emotionele eenzaamheid ervaren wanneer deze relaties ontbreken of niet zo ervaren worden.

Naar aanleiding van het onderzoek van Man en Hamid (1998), werd verder *verwacht dat angstig gehechten meer sociale en emotionele eenzaamheid rapporteren dan vermijdend gehechten*. Angstig gehechten blijken inderdaad een hogere mate van totale, sociale en emotionele eenzaamheid te rapporteren. Volgens de hechtingstheorie hebben angstig gehechten een sterke behoefte aan nabijheid, geaccepteerd worden, gerustgesteld worden, veel zorgen over relaties en angst voor afwijzing (Shaver & Mikulincer, 2002). Het is denkbaar dat zij relaties hierdoor altijd als onzeker en onbevredigend beschouwen. In vergelijking met vermijdend gehechten zullen angstig gehechten hierdoor wellicht meer sociale en emotionele eenzaamheid ervaren. Eenzaamheid wordt namelijk met name bepaald door kwalitatieve evaluaties, zoals tevredenheid met de relatie (Asher & Paguette, 2003).

De mediërende rol van vriendschapskwaliteit

Op basis van eerder onderzoek van Vanhalst en collega's (2013) werd verwacht dat vriendschapskwaliteit de relatie tussen hechting en eenzaamheid zou mediëren. In voorliggend onderzoek wordt daarom getracht inzicht te krijgen in de relatie tussen hechtingstijlen en vriendschapskwaliteit en vriendschapskwaliteit en eenzaamheid. *Verwacht werd dat een veilige volwassen hechtingstijl een positieve relatie zou hebben met een goede vriendschapskwaliteit. Een goede vriendschapskwaliteit zou een negatieve relatie hebben met eenzaamheid.* De resultaten ondersteunen deze verwachtingen. De mediërende rol van vriendschap kan mogelijk verklaard worden doordat mensen de neiging hebben om situaties te zoeken die consistent zijn met hun mentale representaties en daardoor onveranderd blijven (Fraley, 2002). Mensen gaan hierdoor relaties aan die hun hechtingstijl bekrachtigen (Miller, Perlman & Brehm, 2007). De ervaren kwaliteit van vriendschapsrelaties blijkt bij te dragen aan de mate van ervaren eenzaamheid (Vanhalst et al., 2013). Hier biedt de hechtingstheorie een verklaring. Zoals al eerder gesteld,

zouden angstig gehechten hun vriendschappen mogelijk altijd als onbevredigend ervaren, waardoor zij meer eenzaamheid ervaren. Het onvermogen om betekenisvolle inter-persoonlijke relaties te vormen leidt tot eenzaamheid (Santrock, 1998). Bowlby (1969) stelt dat hechtingstijl bepalen in hoeverre iemand dit vermogen heeft.

Het onderscheid van Weiss (1973) tussen emotionele en sociale eenzaamheid weerspiegelt het idee dat verschillende tekorten in relaties subtypes van eenzaamheid produceren. In voorliggend onderzoek is echter geen significant verschil gevonden tussen sociale en emotionele eenzaamheid in de relatie met vriendschapskwaliteit. Mogelijk komt dit doordat vriendschapskwaliteit enkel gemeten werd met vragen over hulp, nabijheid en ruzie. Door het beperkte aantal aspecten kan niet goed gedifferentieerd worden welke tekorten tot sociale of emotionele eenzaamheid leiden. Emotionele eenzaamheid blijkt bijvoorbeeld gerelateerd te zijn aan een gebrek aan intimiteit. Sociale eenzaamheid met weinig contact met anderen (Russel et al., 1984). Voor vervolgonderzoek zou het daarom nuttig zijn vriendschapskwaliteit met meerdere aspecten te meten.

Sekse als moderator

Er werd verwacht dat sekse een modererend effect zou hebben op de relatie tussen hechting en vriendschapskwaliteit en vriendschapskwaliteit en eenzaamheid. *Verwacht werd dat onveilig gehechte mannen minder vriendschapskwaliteit zouden rapporteren en bij een lage vriendschapskwaliteit zouden mannen eveneens meer eenzaamheid rapporteren.* De resultaten ondersteunen deze verwachtingen echter niet. Wheeler en collega's (1983) vonden in hun onderzoek alleen verschillen wanneer de sekse van de vriendschapspartner werd meegenomen. Mannen en vrouwen verschillen sterk in hun effectiviteit als sociale partners, vrouwen zijn over het algemeen meer sociaal responsief, empathisch en intiem (Andersen & Bern, 1981). Hoe meer interactie plaats vindt met vrouwen, hoe minder eenzaamheid ervaren wordt (Wheeler et al., 1983). Onderzoek van Nicolaisen en Thorsen (2013) toont daarnaast aan dat levensgebeurtenissen een verschillende impact hebben op verschillende leeftijden voor mannen en vrouwen. Zo blijkt bijvoorbeeld dat tussen de 40 en 59 jaar een scheiding alleen voor vrouwen tot eenzaamheid leidt (Nicolaisen & Thorsen, 2013). Voor vervolgonderzoek is het interessant om vriendschapspartner en sekseverschillen bij verschillende levensgebeurtenissen en leeftijden te bestuderen.

Kanttekeningen en implicaties

Er zijn enkele kanttekeningen te plaatsen bij huidig onderzoek. Een eerste kritiekpunt is dat huidig onderzoek enkel samenhang tussen variabelen aantoonst en geen uitspraken kan doen over causaliteit door het correlatieve design. Er kan niet worden aangetoond of vriendschapskwaliteit eenzaamheid beïnvloedt, of andersom, en daarmee moet rekening worden gehouden wanneer men spreekt over klinische implicaties.

Het volgende punt is de kwaliteit van meetinstrumenten. Twee schalen van de vriendschapskwaliteitsvragenlijst zijn niet meegenomen waardoor de validiteit mogelijk onvoldoende is. De vraag is of alle aspecten van vriendschapskwaliteit zijn meegenomen. Er zijn aspecten, zoals intimiteit en verwachtingen (You & Malley-Morrison, 2000; Grabill & Kerns, 2000), die niet zijn meegenomen. Wanneer deze aspecten worden meegenomen bevordert dit de validiteit van vriendschapskwaliteit en wordt mogelijk gevonden dat vriendschapskwaliteit de relatie tussen hechting en eenzaamheid compleet medieert. Hiernaast is de vertaling van deze lijst nog in de experimentele fase en nog niet gevalideerd voor de Nederlandse situatie.

Een volgend punt is de situatie waarin de vragenlijsten zijn ingevuld. Naast voordelen van het afnemen in de trein zoals het bereiken van een groot publiek en variatie aan participanten zijn er ook nadelen. Het is de vraag of participanten eerlijk antwoorden wanneer men naast iemand zit die meekijkt. Mogelijk is hierdoor niet werkelijk hechting, eenzaamheid en vriendschapskwaliteit gemeten. Er kan alleen met zekerheid gesteld worden dat het gaat om de gerapporteerde en niet per se ervaren gevoelens. Een laatste kritiekpunt is dat er weinig ouderen deelnamen. Hierdoor is een eventueel effect van leeftijd niet gevonden terwijl het misschien wel bestaat. Het is namelijk bekend dat ouderen over het algemeen eenzamer zijn (Nationaal Kompas, 2013).

Ondanks enkele beperkingen draagt huidig onderzoek bij aan het begrijpen van de relatie tussen hechting, vriendschap en eenzaamheid. Bovendien is voorliggend onderzoek vernieuwend en nuttig doordat er onderscheid wordt gemaakt tussen emotionele en sociale eenzaamheid. Dit is dan ook een aanrader voor vervolgonderzoek.

Referenties

- Andersen, S.M., & Bern, S.L. (1981). Sex typing and androgyny in dyadic interaction: Individual differences in responsiveness to physical attractiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *41*, 74-86.
- Arrindell, W. A. & Van Rooijen, L. B. (2002). The measurement of depressive affect in psychiatric patients: Stability of the VROPSOM. *Gedrag en Gezondheid*, *30*, 30-35.
- Asher, S.R., & Pagnette, J.A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, *12*, 75–78.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*, 226-244
- Baumeister, R.F., & Leary, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, *117*, 497-529.
- Bogaerts, S., Vanheule, S., & Desmet, M. (2006). Feelings of subjective emotional loneliness: An exploration of attachment. *Social Behavior and Personality*, *34*, 797-812.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Brennan, K.A., Clark, C.L., & Shaver, P.R. (1998). Self-report measurement of adult Romantic attachment: An integrative overview. In J.A. Simpson & W.S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Bretherton, I., & Munholland, K.A. (1999). Internal working models in attachment relationships: a construct revisited. In J. Cassidy & P.R. Shaver. (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 68 – 88). New York/London: The Guilford Press
- Bukowski, W.M., Hoza, B., & Boivin, M. (1994). Measuring friendship quality during pre and early adolescence: The development and psychometric properties of the Friendship Qualities Scale. *Journal of Social Personal Relationships*, 471-84.

- Conradi, H.J., Gerlsma, C., van Duijn, M., & de Jonge, P. (2006). Internal and external validity of the experiences in close relationships questionnaire in an american and two dutch samples. *European Journal of Psychiatry*, 20, 258-269.
- De Jong Gierveld, J., & F. Kamphuis (1985). The development of a Rasch-type loneliness scale. *Applied Psychological Measurement*, 9, 3, 289-299.
- De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, T. (2011). *Manual of the Loneliness Scale 1999*.
Gevonden op 24 Februari, 2014, van
http://home.fsw.vu.nl/tg.van.tilburg/manual_loneliness_scale_1999.html
- DiTommaso, E., Brannen-McNulty, C., Ross, L., & Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences*, 35, 303-312.
- Dykstra, P.A., & de Jong Gierveld, J. (2004). Gender and marital-history differences in emotional and social loneliness among Dutch older adults. *Canadian Journal on Aging*, 23, 141-155.
- Evers, A. (2001). *Beoordelingsstelsel voor de kwaliteit van tests*. Amsterdam: COTAN/Nederlands Instituut van Psychologen.
- Field, A. (2009) *Discovering Statistics using SPSS*. London: Sage.
- Fraley, R.C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6, 123 – 151.
- 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, 350-365.
- Grabill, C.M., & Kerns, K.A. (2000). Attachment style and intimacy in friendship. *Personal Relationships*, 7, 363-378.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445.
- Hesse, E. (1999). The adult attachment interview: Historical and current perspectives. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 68 – 88). New York, London: The Guilford Press

- Heinrich, L.M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26, 295-718.
- Lambert, V., Lussier, Y., Sabourin, S., & Wright, J. (1995). Attachment, solitude, psychological distress in young adults. *International Journal of Psychology*, 30, 109-131.
- Le Roux, A., & Connors, J. (2001). A cross-cultural study into loneliness amongst university students. *South African Journal of Psychology*, 31, 46-57.
- Lubin, B. (1965). Adjective checklists for the measurement of depression. *Arch. Gen. Psychiat*, 12(1), 57-62.
- Man, K., & Hamid, P.N. (1998). The relationship between attachment prototypes, self-esteem, loneliness and causal attributions in Chinese trainee teachers. *Personality and Individual Differences*, 24, 357-371.
- Miller, R.S., Perlman, D., & Brehm, S.S. (2007). *Intimate relationships*. New York: McCraw-Hill.
- Nationaal Kompas. (2013). *Hoeveel mensen zijn eenzaam?*. Verkregen op 11 februari, 2014, <http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eenzaamheid/hoeveel-mensen-zijn-eeenzaam/>.
- Nicolaisen, M., & Thorsen, K. (2013). Loneliness among men and women - a five-year follow-up study. *Aging & Mental Health*, 1-13.
- Parkhurst, J.T., & Hopmeyer, A. (1999). Developmental change in the source of loneliness in childhood and adolescence: Constructing a theoretical model. In K.J. Rotenberg & S. Hymel (Eds.), *Loneliness in childhood and adolescence* (pp. 56–79). New York: Cambridge University Press.
- Peplau, L.A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 1–18). New York: Wiley.
- Ponti, L., Guarnieri, S., Smorti, A. & Tani, F. (2010). A Measure for the Study of Friendship and Romantic Relationship Quality from Adolescence to Early-Adulthood. *The Open Psychology Journal*, 3, 76-87.

- Russel, D., Cutrona, C.E., Rose, J., & Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: an examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of personality and social psychology*, 46(8), 1313-1321.
- Saferstein, J.A., Neimeyer, G.J., & Hagans, C.L. (2005). Attachment as a predictor of friendship qualities in college youth. *Social Behavior and Personality*, 33, 767-776.
- Santrock, J.W. (1998) *Adolescence, seventh edition*. Wisconsin, New York: McGraw-Hill.
- Shaver, P.R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development*, 4, 133-161.
- Vanhalst, J., Luyckx, K., & Goossens, L. (2013). Experiencing loneliness in adolescence: A matter of individual characteristics, negative peer experiences, or both? *Social Development*, 23, 100-118.
- Van Rooijen, L. (1979). *Depressiegevoelens van sociale oorsprong*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Van Rooijen, L., & Arrindell, W.A (1985). *Depressiegevoelens bij psychiatrische patiënten en hun partners: Validiteit van de VROPSOM*. (Onderzoeksmemorandum RM- PS 85 20) Amsterdam: Vrije Universiteit.
- Wei, M., Shaffer, P.A., Young, S.K., & Zakalik, R.A. (2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: The mediation role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 591-601.
- Weimer, B.L., Kerns, K.A., & Oldenburg, C.M. (2004). Adolescent interactions with a best friend: Associations with attachment style. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88, 102-120.
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Wheeler, L., Reis, H., & Nezlek, J. (1983). Loneliness, social interactions, and sex roles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 943-953.
- You, H.S., & Malley-Morrison, K. (2000). Young adult attachment styles and intimate relationships with close friends a cross-cultural study of Koreans and caucasian Americans. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 528-534.

Bijlagen

Bijlage 1: Omroepbericht conducteurs

Dames en heren,

Even uw aandacht voor het volgende: zojuist zijn er twee dames van de Universiteit Utrecht ingestapt. Zij doen onderzoek naar sociale relaties voor hun masteropleiding en hebben hiervoor de medewerking van veel mensen nodig. De vraag is daarom of u misschien een korte vragenlijst zou willen invullen die 10 tot 15 minuten duurt om deze dames te helpen. Zij komen straks langs en zullen u dan, wanneer u mee wilt doen, de vragenlijst overhandigen. Namens de dames alvast bedankt voor uw medewerking en een fijne reis verder.

Bijlage 2: Toestemmingsformulier

Toestemmingsformulier

Masteronderzoek naar sociale relaties

Wij, Britt Peer, Ela Huisman, Talitha de Leeuw en Tieke Linotte, doen in kader van onze masteropleiding Klinische en Gezondheidspsychologie aan de Universiteit Utrecht, een onderzoek naar gedragingen in sociale relaties. Dit onderzoeken we door mensen vragenlijsten in te laten vullen. Om dit onderzoek te laten slagen en hierover een goede masterthesis te kunnen schrijven, hebben we de medewerking van veel mensen nodig.

U bent vrij te weigeren deel te nemen aan het onderzoek. U mag ook op elk moment stoppen of u kunt vragen overslaan die u niet wilt beantwoorden. Het antwoord bestaat uit het eenmalig invullen van een vragenlijst. Het beantwoorden van de vragen kost u ongeveer 10 tot 15 minuten. Uw antwoorden zullen strikt vertrouwelijk worden behandeld. Daarom hoeft u op de vragenlijst nergens uw naam of contactgegevens in te vullen en wordt dit formulier apart van uw vragenlijst bewaard. Verder zullen uw gegevens alleen voor ons onderzoek gebruikt worden en daarna worden deze vernietigd.

Door het ondertekenen van dit formulier geeft u toestemming aan ons om uw antwoorden op de vragenlijst voor ons onderzoek te gebruiken. Tevens zal de onderzoeker het formulier ondertekenen en daarmee verklaren dat uw gegevens vertrouwelijk zullen worden behandeld. U ondertekent twee formulieren, één exemplaar is voor u en de tweede is voor de onderzoekers.

Handtekening deelnemer:

Handtekening onderzoeker:

Mocht u vragen hebben, schroom dan niet dit aan de onderzoeker(s) te vragen. Ook kunt u mailen naar

socialerelaties@gmail.com

Wilt u op de hoogte gebracht worden van de uitkomsten van dit onderzoek? Laat hieronder dan uw emailadres achter:

Hartelijk dank voor uw medewerking!

Met vriendelijke groet,

Britt Peer, Ela Huisman, Talitha de Leeuw & Tieke Linotte.

Bijlage 3: Vragenlijsten

Sociale relaties

Instructies

Beste deelnemer,

Hartelijk dank dat u de moeite neemt deze vragenlijst in te vullen. Hieronder volgen de instructies voor het invullen van de vragenlijst:

- Het invullen neemt ongeveer 10 tot 15 minuten in beslag.
- Volg de instructies bij het invullen van de vragenlijst (let op: elk onderdeel heeft zijn eigen instructies).
- Beantwoordt u alstublieft alle vragen. Zijn er vragen die u echt niet wilt beantwoorden, dan staat u dat vanzelfsprekend vrij.
- U kunt bij het invullen geen foute antwoorden geven, het gaat er om hoe u de vragen beleeft.
- Wanneer u een gegeven antwoord wilt veranderen, zet dan een duidelijk kruis door het verkeerd ingevulde antwoord en omcirkel het nieuw antwoord van uw keuze.
- Wanneer u tijdens het invullen vragen heeft, kunt u de vraag eerst overslaan. Bij het afhaken van de vragenlijst door de onderzoekers kunt u de vragen bespreken met één van hen.

Heeft u achteraf nog vragen of opmerkingen, dan kunt u ons altijd via de contactgegevens bereiken. De contactgegevens van de onderzoekers staan vermeld op het toestemmingsformulier.

Nogmaals, hartelijk dank voor uw medewerking aan dit onderzoek!

Met vriendelijke groet,

Britt Peer, Ela Huisman, Talitha de Leeuw & Tieke Linotte.

Eerst volgt hier een aantal vragen om u als persoon beter te leren kennen. Het is de bedoeling dat u het juiste antwoord op de stippellijn invult of het bolletje aankruist dat voor het voor u juiste antwoord staat.

Wat is uw geslacht? Man Vrouw

Wat is uw leeftijd? Jaar

Wat is uw burgerlijke staat? Alleenstaand In een relatie, niet samenwonend
 Samenwonend Gehuwd Gescheiden
 Weduwe(naar)

Wat is uw hoogst afgeronde opleiding?

lagere school mulo/mavo/lts/vmbo/huishoudschool etc. hts/hbs/havo
 vwo/atheneum hbo universiteit anders, nl.....

Wat is grofweg het huidige maandinkomen van u en uw gezin? (Wanneer u geen gedeeld inkomen hebt, kruis dan het antwoord aan dat uw eigen maandinkomen weergeeft)

Minder dan € 2000 per maand bruto
 Tussen € 2000 en € 3000 per maand bruto
 Meer dan € 3000 per maand bruto

Heeft u kinderen: Ja Nee

Zo nee: Ga naar de volgende bladzijde.

Zo ja: Hoeveel kinderen heeft u?

Wat is/zijn de leeftijd(en) van uw kind(eren)?

.....Jaar

Wat is/zijn de leefsituatie van uw kind(eren)? Uitwonend
 Thuiswonend
 Verschillend

Hoe is over het geheel genomen de band met uw kind(eren)? Slecht
 Matig
 Gemiddeld
 Prima
 Uitstekend

Hier volgt een aantal woorden die verschillende soorten stemmingen en gevoelens weergeven. Sommige woorden klinken misschien hetzelfde, maar het is gewenst dat u alle woorden kiest die uw gevoelens van de afgelopen week beschrijven. Werk vlug en kruis alle bolletjes aan bij woorden die beschrijven hoe u zich de afgelopen week in het algemeen(dat wil zeggen, meestal) voelde.

- | | | | | | |
|-----|-----------------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|
| 1. | <input type="radio"/> | Moedeloos | 18. | <input type="radio"/> | Enthousiast |
| 2. | <input type="radio"/> | Gezond | 19. | <input type="radio"/> | Akelig |
| 3. | <input type="radio"/> | Verdrietig | 20. | <input type="radio"/> | Smartelijk |
| 4. | <input type="radio"/> | Gekweld | 21. | <input type="radio"/> | Vurig |
| 5. | <input type="radio"/> | Verlaten | 22. | <input type="radio"/> | Uitgeput |
| 6. | <input type="radio"/> | Fijn | 23. | <input type="radio"/> | Troosteloos |
| 7. | <input type="radio"/> | Alleen | 24. | <input type="radio"/> | Ellendig |
| 8. | <input type="radio"/> | Somber | 25. | <input type="radio"/> | Vrolijk |
| 9. | <input type="radio"/> | Neerslachtig | 26. | <input type="radio"/> | Saai |
| 10. | <input type="radio"/> | Levenslustig | 27. | <input type="radio"/> | Droefgeestig |
| 11. | <input type="radio"/> | Zwaarmoedig | 28. | <input type="radio"/> | Belangstellend |
| 12. | <input type="radio"/> | Mislukt | 29. | <input type="radio"/> | Ongewenst |
| 13. | <input type="radio"/> | Blij | 30. | <input type="radio"/> | Gruwelijk |
| 14. | <input type="radio"/> | Wanhopig | 31. | <input type="radio"/> | Compleet |
| 15. | <input type="radio"/> | Gezonken | 32. | <input type="radio"/> | In de verdrukking |
| 16. | <input type="radio"/> | Optimistisch | 33. | <input type="radio"/> | Levenloos |
| 17. | <input type="radio"/> | Opgewekt | 34. | <input type="radio"/> | Heerlijk |

Er volgt nu een aantal uitspraken, het is de bedoeling dat u bij elke uitspraak aangeeft in hoeverre deze op u, zoals u de laatste tijd bent of zich voelt, van toepassing is. Kruis dan het bolletje aan dat bij uw antwoord past. De bolletjes staan voor de volgende antwoorden; helemaal niet waar, niet waar, min-of-meer, waar en helemaal waar.

		Helemaal niet waar			Helemaal waar	
1	Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Ik mis een echt goede vriend(in).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Ik ervaar een leegte om me heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Ik mis gezelligheid om me heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Wanneer ik daar behoefte aan heb kan ik altijd bij mijn vrienden terecht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Vaak voel ik me in de steek gelaten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Ik mis mensen om me heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hieronder staat een aantal uitspraken van mensen over relaties met familie, vrienden, geliefden etc. Geef alstublieft aan in hoeverre deze uitspraken op u van toepassing zijn. Dit doet u door het bolletje aan te kruisen dat overeenkomt met uw mening. De antwoorden lopen van sterk mee oneens tot sterk mee eens.

	Sterk mee oneens					Sterk mee eens	
1. Ik wens vaak dat de gevoelens van andere mensen voor mij even sterk zijn als mijn gevoelens voor hen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Ik maak me er zorgen over dat ik niet aan de verwachtingen van andere mensen zal kunnen voldoen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Ik maak me er vaak zorgen over dat mensen om mij heen niet echt van mij houden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Soms veranderen mensen om mij heen hun gevoelens voor mij zonder duidelijke reden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Het is makkelijk voor mij om genegenheid te tonen aan mensen om mij heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Ik voel me niet op mijn gemak als ik mezelf blootgeef aan mensen om mij heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Ik ben liever niet te vertrouwelijk met mensen om mij heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Ik vind het vrij gemakkelijk om vertrouwelijk te worden met mensen om mij heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Het is niet moeilijk voor me om vertrouwelijk te worden met mensen om mij heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Ik bespreek mijn problemen en zorgen meestal met mensen om mij heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Als ik alleen ben, dan maak ik me zorgen dat de mensen om mij heen anderen ontmoeten met wie ze in het vervolg liever omgaan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Ik vertel mensen om mij heen bijna alles.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Sterk mee oneens				Sterk mee eens		
13. Ik word zenuwachtig als mensen om mij heen te vertrouwelijk worden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Mensen om mij heen begrijpen mij en mijn behoeften echt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Ik ben bang dat ik de liefde van mensen om mij heen zal verliezen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Ik maak me er vaak zorgen over dat mensen niet bij mij zullen willen blijven.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Ik maak me er zorgen over dat andere mensen niet zoveel om mij geven als ik om hen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Ik maak me vaak zorgen over mijn relaties met andere mensen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Het helpt mij om me in tijden van nood tot mensen om mij heen te wenden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Als ik aan mensen om mij heen laat zien wat ik voor hen voel dan ben ik bang dat ze voor mij niet hetzelfde voelen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Ik maak me er niet vaak zorgen over dat mensen me in de steek zullen laten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. Mensen om mij heen doen me twijfelen aan mezelf.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23. Mensen om mij heen lijken me alleen op te merken als ik kwaad ben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. Ik ben bang dat als mensen me beter leren kennen, ze mij niet meer leuk zullen vinden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. Ik maak me er zelden zorgen over dat mensen bij me weg zullen gaan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26. Ik voel me er heel goed bij om vertrouwelijk te zijn met mensen om mij heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27. Het maakt me kwaad dat ik van mensen om mij heen niet de liefde en steun krijg die ik nodig heb.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Sterk mee oneens					Sterk mee eens	
28. Het voelt prettig om mijn persoonlijke gedachten en gevoelens met mensen om mij heen te delen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29. Ik voel me ongemakkelijk als mensen om mij heen heel vertrouwelijk willen worden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30. Ik laat mensen om mij heen liever niet zien hoe ik mij diep van binnen voel.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31. Ik bespreek dingen met andere mensen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32. Ik vind het moeilijk mezelf toe te staan afhankelijk te zijn van mensen om mij heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33. Het voelt prettig om van mensen om mij heen afhankelijk te zijn.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34. Ik merk dat mensen om mij heen niet zo vertrouwelijk met mij willen zijn als ik met hen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35. Mijn verlangen om heel vertrouwelijk te zijn schrikt mensen om mij heen soms af.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36. Ik vind het makkelijk om van mensen om mij heen afhankelijk te zijn.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

U bent bijna aan het einde van deze vragenlijst. Er volgt nu een aantal stellingen dat betrekking heeft op vriendschapsrelaties, namelijk over uw beste vriend of vriendin. Het is opnieuw de bedoeling dat u aangeeft in hoeverre deze stellingen voor u waar zijn. Dit doet u door het bolletje van het antwoord dat voor u van toepassing is aan te kruisen. De bolletjes staan voor de volgende antwoordmogelijkheden: helemaal niet waar, niet waar, min-of-meer, waar en helemaal waar.

		Helemaal niet waar			Helemaal waar	
1	Mijn vriend(in) en ik besteden al onze vrije tijd met elkaar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Als ik een probleem heb op school, werk of thuis kan ik met mijn vriend(in) hierover praten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Als andere mensen mij tot last zouden zijn, zou mijn vriend(in) mij helpen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Mijn vriend(in) bedenkt leuke dingen voor ons om samen te doen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Mijn vriend(in) helpt me wanneer ik problemen heb met iets.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Als mijn vriend(in) zou moeten verhuizen, zou ik hem/haar missen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Wanneer ik goed werk verricht, is mijn vriend(in) blij voor me.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Soms doet mijn vriend(in) dingen voor me, of laat me speciaal voelen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Soms ruzie/discussieer ik zelfs gewelddadig met mijn vriend(in)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Mijn vriend(in) zou voor me opkomen wanneer iemand mij moeilijkheden bezorgde.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Mijn vriend(in) kan me plagen of irriteren ook al vraag ik hem of haar dit niet te doen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Als ik geld nodig had zou mijn vriend(in) mij dit lenen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Wanneer ik na een ruzie/discussie met mijn vriend(in) (zelfs een gewelddadige) sorry zou zeggen tegen hem of haar, denk ik dat hij of zij boos op mij zal blijven.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Soms zitten mijn vriend(in) en ik gewoon en praten we over dingen als studie, werk en dingen die we leuk vinden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

		Helemaal niet waar			Helemaal waar	
15	Mijn vriend(in) zou me helpen als ik het nodig had.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Als iets me dwars zit, kan ik dit mijn vriend(in) vertellen zelfs wanneer het iets is dat ik niet aan andere mensen kan vertellen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Als mijn vriend(in) of ik iets doe wat de ander ergert, kunnen we het gemakkelijk goedmaken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Mijn vriend(in) en ik kunnen veel ruziën/discussiëren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Mijn vriend(in) en ik zijn het oneens over veel dingen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Als mijn vriend(in) en ik een gewelddadige discussie/ruzie hebben, kunnen we 'sorry/het spijt me' zeggen en alles zal weer goed zijn.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Ik voel me blij wanneer ik met mijn vriend(in) ben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22	Ik denk aan mijn vriend(in) zelfs wanneer hij of zij er niet is.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Dit waren alle vragen, u bent nu klaar en kunt deze vragenlijst weer inleveren of wachten tot deze wordt opgehaald. Nogmaals onze hartelijke dank voor het invullen van deze vragenlijst en het meedoen aan ons onderzoek. Voor vragen of wanneer u interesse heeft in de uitkomsten van dit onderzoek kunt u op het *toestemmings*formulier ons e-mailadres vinden en/of uw eigen e-mail adres aan ons geven.