

Running Head: INTERNALISERENDE GEDRAGSPROBLEMEN EN GEHEIMEN

Internaliserende Gedragsproblemen bij Jongeren: De Relatie met Self-concealment en het
Hebben van een Persoonlijk Geheim

Masterthesis

Universiteit Utrecht

Masteropleiding Pedagogische Wetenschappen

Masterprogramma Orthopedagogiek

Stigter, S. de (4198360)

Kamp, J. van de (3946916)

Begeleider: Frijns, T.

Tweede beoordelaar: A. de Haan

Cursusjaar: 2013/2014

Datum: 23 juni, 2014

Voorwoord

Dit onderzoek is uitgevoerd door Sharon de Stigter en Jurian van de Kamp, voor de opleiding orthopedagogiek aan de universiteit van Utrecht. Om deze masterthesis tot een goed geheel te brengen is gekozen om de inleiding en de methode gezamenlijk te schrijven. Verder heeft Jurian de resultaten voor een groot deel uitgewerkt en Sharon op haar beurt de discussie. Zowel bij de resultaten als de discussie hebben beide studenten aanvullingen gegeven en aanpassingen gedaan. Het was voor zowel Sharon als Jurian leerzaam om dit onderzoek samen uit te voeren. Bovendien was het uitvoeren van de analyses en deze omzetten naar resultaten en conclusies eveneens erg leerzaam. Wij willen onze begeleider T. Frijns bedanken voor zijn steun, expertise en feedback op onze aangeleverde stukken.

Abstract

For a long time secrets have been associated with various negative effects. For example, it has been examined that having a personal secret can lead to internalizing behavior problems. However, recent studies suggest that keeping a personal secret is not a major predictor for the development of internalizing problems, but the degree of self-concealment (the predisposition to keep secrets). The purpose of this study is to obtain insight in the relation between self-concealment, having a personal secret and internalizing behavior problems. The data is acquired from a study of secrets (N=790), where adolescents have completed a questionnaire about this subject. In this questionnaire a slightly modified Self-Concealment Scale is included in order to determine the degree of self-concealment. The results of this study suggest that self-concealment is more associated with internalizing behavior problems than having a personal secret. Both predict internalizing behavior problems, but when self-concealment and personal secret would be taken together as a predictor, then a personal secret is no longer significant in some cases. Moreover, there is no interaction effect between self-concealment and a personal secret.

Keywords: adolescents, internalizing behavior problems, personal secret, self-concealment, depressive mood, self-esteem, loneliness

Samenvatting

Geheimen worden al een lange tijd in verband gebracht met verschillende negatieve gevolgen. Zo heeft men onderzocht dat het hebben van een persoonlijk geheim kan leiden tot internaliserende gedragsproblemen. Recent onderzoek wijst echter uit dat niet het hebben van een persoonlijk geheim de grote voorspeller is van het ontwikkelen van internaliserende problemen, maar de mate van self-concealment (de aanleg om geheimen te bewaren). Het doel van deze studie is inzicht verkrijgen in de relatie tussen selfconcealment, het hebben van een persoonlijk geheim en internaliserende gedragsproblemen. De data is afkomstig uit

een onderzoek naar geheimen (N=790), waar adolescenten een vragenlijst hebben ingevuld. In deze vragenlijst is de Self-Concealment Scale (SCS) opgenomen om de mate van self-concealment te bepalen. De SCS is binnen deze studie iets aangepast. Uit de resultaten van deze studie blijkt dat self-concealment van een grotere waarde is, dan het hebben van een persoonlijk geheim in de voorspelling van internaliserende problematieken. Beide voorspellen internaliserende gedragsproblemen, maar als self-concealment en een persoonlijk geheim samen worden meegenomen is persoonlijk geheim in een aantal gevallen niet meer significant. Bovendien blijft een interactie-effect uit tussen self-concealment en een persoonlijk geheim.

Trefwoorden: adolescenten, internaliserende gedragsproblemen, persoonlijk geheim, self-concealment, depressieve stemming, zelfwaardering, eenzaamheid

Internaliserende Gedragsproblemen bij Jongeren; De Relatie met Self-concealment en het Hebben van een Persoonlijk Geheim

Het hebben van geheimen wordt over het algemeen beschouwd als iets problematisch en bovenal schadelijk, een standpunt dat in overeenstemming is met veel onderzoek naar geheimen onder volwassenen (Finkenauer & Rimé, 1998a; Lane & Wegner, 1995) en adolescenten (Finkenauer, Engels, & Meeus, 2002). Het hebben van geheimen wordt geassocieerd met problemen op zowel het fysieke als mentale vlak. Een geheim kan worden omschreven als het opzettelijk achterhouden van informatie voor anderen (Kelly, 2002). Naast de gedachte dat geheimen schadelijk zijn, is ook literatuur gevonden waarin wordt beweerd dat niet de geheimen verantwoordelijk zijn voor uiteenlopende problematiek, maar de mate waarin een persoon geneigd is informatie voor zichzelf te houden (Larson & Chastain, 1990, Kelly & Yip, 2006).

In deze studie willen wij onderzoeken of het hebben van een geheim samenhangt met internaliserende gedragsproblemen en of dit effect blijft na gecontroleerd te hebben voor de mate waarin een persoon geneigd is informatie voor zichzelf te houden.

Geheimen in de Adolescentie

De adolescentie is bij uitstek de periode om onderzoek naar geheimen te doen (Frijns, Finkenauer, & Keijsers, 2013). Tijdens de adolescentie krijgen jongeren te maken met allerlei ontwikkelingen op het gebied van identiteit, sociale relaties en de positie die zij innemen in deze sociale relaties (Finkenauer, Engels, Meeus, & Oosterwegel, 2002; Paul & White, 1990). Ook de relatie met ouders en vrienden ondergaat drastische veranderingen (De Goede, Branje, & Meeus, 2009a, 2009b; Larson, Richards, Moneta, Holmbeck, & Duckett, 1996). Adolescenten streven ernaar onafhankelijk te zijn van ouders (Steinberg & Silverberg, 1986). Het hebben van geheimen voor ouders draagt hier wellicht aan bij en neemt om die reden toe tijdens de adolescentie (Keijsers, Branje, Frijns, Finkenauer, & Meeus, 2010).

Gevolgen van Geheimen

Sinds lange tijd worden geheimen in verband gebracht met uiteenlopende negatieve gevolgen voor zowel de fysieke als de mentale gezondheid (Wismeijer & Vingerhoets, 2007). De laatste jaren is de interesse in geheimen vanuit diverse gebieden binnen de wetenschap fors toegenomen, in het bijzonder vanuit de psychologie en psychiatrie (Wismeijer & Vingerhoets, 2007). Zo onderzochten Frijns en Finkenauer (2009) de longitudinale verbanden van het hebben en delen van geheimen. Uit de resultaten bleek dat het hebben van een geheim longitudinaal bijdroeg aan psychosociale problemen. Terwijl het delen van een geheim juist een verhoogde interpersoonlijke competentie oplevert. Naast psychosociale problemen blijkt het hebben van geheimen ook te correleren met meer delinquentie, lichamelijke klachten, eenzaamheid en een lagere kwaliteit van relaties (Finkenauer & Rime, 1998; Frijns et al., 2010; Lane & Wegner, 1995).

Eerder onderzoek toont aan dat het hebben van een geheim ook een rol kan spelen bij het ontstaan van internaliserende gedragsproblemen (Pennebaker, 1989, 1997). Zo vonden Larson en Chastain (1990) dat de neiging om dingen geheim te houden bijdraagt aan angst en depressie, zelfs na controle voor andere variabelen zoals traumatische ervaringen en self-disclosure. Internaliserende problematiek wordt gekenmerkt door een verstoord affect, verhoogde mate van introversie, emotionele instabiliteit en angstig, overgecontroleerd, teruggetrokken en geremd gedrag (Muller, Ten Kate, & Eurelings-Bontekoe, 2007). Internaliserende problemen zijn vooral storend voor het individu zelf (Mervielde, De Clercq, De Fruyt & Van Leeuwen, 2005).

Een mogelijke verklaring voor de negatieve effecten van geheimen is dat de inhibitie van gevoelens kan leiden tot psychosomatische klachten (Pennebaker & Chew, 1985). Ook Lane en Wegner (1995) komen tot de conclusie dat personen met geheimen gedachten daarover proberen te onderdrukken. Hiermee proberen zij te voorkomen dat het geheim per

ongeluk wordt gedeeld. Uit een experiment uitgevoerd in verscheidende landen blijkt dat een dergelijke poging tot het onderdrukken van gedachten juist een paradoxaal effect tot gevolg heeft. Tijdens dit experiment kregen de proefpersonen de opdracht om gedurende vijf minuten niet aan een witte beer te denken. Uit de resultaten bleek dat de proefpersonen juist meer aan een witte beer dachten dan voor het experiment (Wegner, Schneider, Carter & White, 1987). Kortom, hoe meer iemand probeert niet aan een specifieke gedachte te denken, des te meer dit zal gebeuren. Dit leidt tot een vicieuze cirkel, dat houdt in; iemand probeert een bepaalde gedachte te onderdrukken, waardoor hier juist meer aan gedacht wordt, wat ertoe leidt dat deze gedachten wederom onderdrukt moeten worden etc. (Wismeijer & Vingerhoets, 2007). Uit verschillende onderzoeken blijkt dat een zogenaamde vicieuze cirkel kan leiden tot onder andere depressies (Larson & Chastain, 1990) en pathologisch piekeren (Brosschot & Thayer, 2004).

Persoonlijke vs. Gedeelde Geheimen

Veel literatuur over geheimen lijkt alle geheimen gelijk te behandelen. Bevindingen over de negatieve gevolgen van geheimen hebben dan ook geleid tot een algemeen aanvaarde conclusie dat het hebben van geheimen schadelijk is (Frijns, 2005). Toch bewijst recent onderzoek dat geheimen alleen schadelijk zijn wanneer ze met niemand gedeeld worden; ook wel *persoonlijke geheimen* genoemd. Echter, niet alle geheimen worden voor andere verborgen gehouden. Geheimen kunnen ook gedeeld worden; de zogenaamde *gedeelde geheimen*. Dergelijke gedeelde geheimen worden niet in verband gebracht met de nadelige gevolgen (Frijns, Finkenauer & Keijers, 2013). Integendeel, sommige bevindingen suggereren dat het delen van geheimen een teken kan zijn van interpersoonlijke competentie en belangrijke interpersoonlijke vaardigheden stimuleert (Frijns, 2005). Bovendien creëert het delen van geheimen een gevoel van intimiteit en verbondenheid dat veel intenser is dan andere vormen van disclosure (Bellman, 1984).

Kwantitatieve vs. Kwalitatieve Geheimen

In onderzoek naar geheimen wordt op twee manieren naar geheimen gekeken; op een kwantitatieve of kwalitatieve manier. Bij de kwantiteit wordt de nadruk gelegd op de hoeveelheid van geheimen. Hoeveel geheimen heb je bijvoorbeeld voor je ouders, of hoe makkelijk kan je geheimen bewaren. Bij de kwaliteit gaat het om de kenmerken van een specifiek geheim in plaats van de hoeveelheid geheimen. Bij zowel een kwantitatieve als een kwalitatieve aanpak worden mogelijke consequenties van geheimen onderzocht. Onder consequenties kunnen bijvoorbeeld psychosociale problemen vallen, of een verslechterde ouder-kind relatie (Frijns, 2005).

Self-concealment

Een voorbeeld van een kwantitatieve aanpak is het kijken naar de self-concealment van een individu. Self-concealment kan worden omschreven als een aanleg om persoonlijke informatie, die men waarneemt als schrijnend of negatief, voor anderen te verbergen. Bovendien is de mate waarin men geheimen heeft ook aan de self-concealment toe te wijden. (Kelly & Achter, 1995; Larson & Chastain, 1990). Vanuit zowel de klinische praktijk als wetenschappelijk onderzoek blijkt dat sommige mensen meer dan anderen de neiging hebben om informatie achter te houden. Hierbij gaat het voornamelijk om pijnlijke en of traumatische ervaringen. Self-concealment correleert dan ook significant met symptomen als angst en depressie (Larson & Chastain, 1990).

Self-concealment als Mediator

Sommige wetenschappers claimen dat niet het hebben van een geheim verantwoordelijk is voor lichamelijke en psychische klachten, maar de mate van self-concealment. Zo benadrukken Kelly en Yip (2006) dat er tot op heden niet kan worden bevestigd dat het hebben van een geheim bijdraagt aan psychische en/of lichamelijke klachten. Zij suggereren zelfs dat geheimen weinig tot niets te maken hebben met dergelijke

problemen. Volgens hen wordt er te weinig onderscheid gemaakt tussen de effecten veroorzaakt door een hoge mate van self-concealment en de effecten veroorzaakt door het hebben van een geheim. Zij beweren dat alleen een hoge mate van self-concealment psychische klachten tot gevolg heeft. Dit hebben zij onderzocht door 86 respondenten de Self-Concealment Scale te laten invullen. De Self-Concealment scale is een vragenlijst bestaande uit 10 beweringen en gaat na in hoeverre iemand geneigd is om informatie voor zichzelf te houden. Tevens is de respondenten gevraagd in te vullen of zij op dat moment een persoonlijk geheim hadden. Uit de resultaten van dit onderzoek kwam naar voren dat wanneer de voorspellende effecten van self-concealment en het hebben van een persoonlijk geheim samen werden onderzocht, eerstgenoemde positief gerelateerd was en laatstgenoemde negatief gerelateerd was aan psychische klachten 9 weken later. Nadat bij alle deelnemers self-concealment was aangepast, zodat het vergeleken kon worden met het hebben van een persoonlijk geheim, kwam naar voren dat het hebben van een persoonlijk geheim minder symptomen voorspelde. Er werd zelfs aangegeven dat het hebben van een geheim een positief effect bij de geheimhouder kan creëren, omdat wanneer het geheim onthuld zou worden, de geheimhouder mogelijk schade oploopt aan zijn reputatie of identiteit.

Huidige Studie

Het onderzoek van Kelly en Yip (2006) is het enige onderzoek dat deze conclusies ondersteunt. Om die reden is er nog onvoldoende bewijs om te concluderen dat alleen self-concealment gerelateerd is aan het hebben van internaliserende problematiek. Bovendien trekken wij de onderzoeksmethode van Kelly en Yip (2006) in twijfel. Zo hebben zij gekozen voor twee variabelen, namelijk de Self-Concealment Scale en het al dan niet hebben van een persoonlijk geheim. In de vragenlijst van de Self-Concealment Scale wordt de respondent al gevraagd aan te geven of hij of zij op dat moment een geheim met zich mee draagt. Om die reden is het niet verwonderlijk dat het effect van de tweede variabele het hebben van een

geheim nagenoeg verdwijnt. Vandaar is binnen deze studie een bewering uit de Self-Concealment Scale weggelaten om het effect van een persoonlijk geheim op internaliserende gedragsproblemen alsnog waar te nemen.

Onderzoeksvragen en Hypothesen

Naar aanleiding van deze bevindingen is ervoor gekozen om het onderzoek van Kelly en Yip (2006) deels te repliceren. In dit onderzoek wordt opnieuw gekeken of het hebben van een persoonlijk geheim samenhangt met symptomen van internaliserende gedragsproblemen, of zoals Kelly en Yip concluderen, dat een verhoogde aanleg voor self-concealment juist voor meer symptomen zorgt. De doelstelling van dit onderzoek is het verkrijgen van inzicht in de invloed van self-concealment en het hebben van een persoonlijk geheim op internaliserende gedragsproblemen. In deze studie is gekozen om internaliserende gedragsproblemen op te delen in depressieve stemming, zelfwaardering en eenzaamheid.

De vraagstelling van het huidige onderzoek luidt: *Wat is de relatie tussen self-concealment en het hebben van een persoonlijk geheim en internaliserende gedragsproblemen?* Wij verwachten dat het hebben van persoonlijke geheimen wel degelijk van invloed is op de ontwikkeling van internaliserende problematiek. Samengevat wordt, op basis van eerder onderzoek, verwacht dat een persoonlijk geheim samenhangt met een depressieve stemming, zelfwaardering en eenzaamheid. In eerder besproken literatuur wordt geconcludeerd dat een hoge mate van self-concealment en het hebben van een persoonlijk geheim leidt tot meer depressieve klachten (Frijns & Finkenauer, 2009). Daarnaast toont eerder onderzoek aan dat een lage zelfwaardering vaak voorkomt in combinatie met het hebben van een persoonlijk geheim (Frijns & Finkenauer, 2009). Ook vonden Brown en DeMaio (1992) dat het hebben van geheimen sociale steun en bevestiging ontnemt, wat kan leiden tot eenzaamheid of sociale isolatie. Tevens verwachten wij een interactie-effect te vinden tussen self-concealment en het hebben van een persoonlijk geheim in de voorspelling van depressieve

stemming, zelfwaardering en eenzaamheid. Dit houdt in dat bij een persoon met een hoge mate van self-concealment, en een persoonlijk geheim een zogenaamd turbo-effect ontstaat, waardoor er meer internaliserende gedragsproblemen worden ervaren.

De invloed van self-concealment en het hebben van een persoonlijk geheim op internaliserende gedragsproblemen kan mogelijk verschillen per sekse, hier zal in dit onderzoek rekening mee worden gehouden.

Methode

Kenmerken van de Steekproef

In totaal hebben 790 jongeren deelgenomen aan deze studie, 356 (45.3%) jongens en 430 meisjes. Bij 4 jongeren was het geslacht niet vermeld. De gemiddelde leeftijd van de jongeren was 15.8 jaar ($SD = 0.97$). De meeste adolescenten (94%) werden in Nederland geboren. De meerderheid van de jongeren (80%) woonde met twee ouders, 14.5% woonde met hun moeder, 1.8% woonde met hun vader, en 3.7% woonde met andere familieleden of in instellingen.

Procedure

De data voor de analyses is afkomstig van een grootschalige onderzoek naar geheimen onder 14-19 jaar oude adolescenten in Nederland, welke is uitgevoerd in 2004 (Frijns & Finkenauer, 2004; Frijns & Finkenauer, 2009; Frijns, Finkenauer & Keijsers, 2013). Voor dit onderzoek is onder deelnemers een enquête afgenomen. In totaal namen 5 scholen uit de regio's Amsterdam en Haarlem deel aan het onderzoek, met een totaal van 36 klassen. Voordat de vragenlijsten werden afgenomen, zijn ouders geïnformeerd over de doelstellingen van de studie en hadden ze de mogelijkheid een formulier terug te sturen waarin ze konden aangeven dat hun kind niet zou deelnemen (hoewel sommige ouders om aanvullende informatie hadden gevraagd, stuurde geen van de ouders dit formulier terug). De vragenlijsten werden ingevuld in de klaslokalen in aanwezigheid van, of de onderzoeker, of een leraar die instructies had ontvangen over hoe de vragenlijst afgenomen moest worden. De nadruk werd gelegd op de vertrouwelijkheid van de antwoorden (Botvin & Botvin, 1992). In zowel de brieven die naar ouders waren gestuurd als in de vragenlijsten werden de privacy aspecten benadrukt en werd duidelijk aangegeven dat er geen informatie over de specifieke reacties van deelnemers zouden worden doorgegeven aan de leerkrachten of ouders. Tevens verzekerden de onderzoeker of leraren dat de vertrouwelijkheid en anonimiteit strikt werden

gehanteerd. Vanwege de intieme en eventueel pijnlijke aard van de vragen over geheimen, was er na het invullen van de vragenlijst voor iedere deelnemer de mogelijkheid om met iemand te praten (één deelnemer had gebruik gemaakt van dit aanbod). Er werden geen weigeringen waargenomen; geen reactie van een deelnemer was uitsluitend te wijten aan het feit dat de deelnemer op de dag van afname afwezig was.

Instrumenten

Specifieke geheimen. Voorafgaand aan de vragenlijst kregen de respondenten een brede definitie van geheimen voorgelegd, namelijk; Vervolgens is hen gevraagd aan te geven of zij op dat moment een *persoonlijk geheim* hadden (ja of nee), gedefinieerd als “een geheim waar je nog nooit over hebt gesproken of hebt gedeeld met anderen”. De respondenten gaven aan hoelang zij dit persoonlijk geheim al hadden (1 = een week of korter; 5 = langer dan een jaar) en kregen tien beweringen voorgelegd welke te maken hadden met de kenmerken en percepties van hun geheim.

Self-Concealment Scale. De Self-Concealment Scale is een schaal welke bestaat uit 10 beweringen. Deze beweringen zijn op een 5-punts-likertschaal gemeten (1 = helemaal niet mee eens; 5 = helemaal mee eens). De 10 beweringen die in de schaal zijn opgenomen zijn als volgt; 1. ‘Ik heb een belangrijk geheim dat ik met niemand heb gedeeld’, 2. ‘Als ik al mijn geheimen met anderen zou delen zouden ze me minder aardig vinden’, 3. ‘Er zijn veel dingen die mensen niet van mij weten’, 4. ‘Sommige geheimen hebben mij echt gekweld’, 5. ‘Wanneer mij iets ergs overkomt heb ik de neiging dit voor mijzelf te houden’, 6. ‘Ik ben vaak bang dat ik iets vertel dat ik eigenlijk niet had willen vertellen’, 7. ‘Een geheim vertellen heeft vaak negatieve gevolgen en dan heb ik spijt dat ik het heb verteld’, 8. ‘Over mijn diepste geheim zou ik liegen als iemand me ernaar vroeg’, 9. ‘Ik schaam me teveel voor mijn geheimen om ze met anderen te delen’ en 10. ‘Ik heb negatieve gedachten over mezelf die ik nooit met iemand deel’ (Larson & Chastain, 1990). Om te onderzoeken of een persoonlijk

geheim, samen met self-concealment wel een goede voorspeller zijn voor internaliserende problematieken en zodoende laten zien dat de uitspraken van Kelly en Yip (2006) twijfelachtig zijn, hebben we in ons onderzoek de bewering 1. 'Ik heb een belangrijk geheim dat ik met niemand heb gedeeld' uit de Self-Concealment Scale weggelaten (Cronbach's alpha wanneer bewering is verwijderd = .79). Dit is weggelaten om overlapping van de variabelen te voorkomen, op deze manier wordt het hebben van een persoonlijk geheim en de Self-Concealment Scale gescheiden.

Depressieve stemming. Om de mate van depressieve gedachten te meten is de vragenlijst met zes vragen van Kandel en Davies (1982) gebruikt. Hierbij moesten de respondenten aangeven hoe vaak ze gevoelens van depressie en neerslachtigheid hadden, zoals een nerveus en gespannen gevoel. De antwoorden varieerden van 0=nooit tot 4=altijd. Een hogere score betekent dat de respondent vaker gevoelens van een depressie heeft (Cronbach's alpha = .79).

Zelfwaardering. De zelfwaarderingsschaal van Rosenberg (1965) meet de gevoelens van zelfwaarde of zelfaanvaarding (bijvoorbeeld: "Soms heb ik het gevoel dat ik volledig nutteloos ben," "Over het geheel genomen ben ik tevreden over mezelf"). Deze zelfwaarderingsschaal wordt vaak als een indicator van psychosociale aanpassing van adolescenten beschouwd (Kahle, Kulka & Klingel, 1980) en bestaat uit 10 items. Respondenten dienden aan te geven in hoeverre zij op een schaal van 1 (past helemaal niet bij me) tot 4 (past goed bij me) met de stellingen akkoord gaan (Cronbach's alpha = .88).

Eenzaamheid. Eenzaamheid werd gemeten met een verkorte versie van de herziene UCLA Eenzaamheid schaal (Russell, Peplau, Cutrona, 1980). De schaal bestaat uit 10 uitspraken over de mate waarin mensen zich eenzaam voelen (bijvoorbeeld, 'ik voel me buitengesloten'). Adolescenten beoordeelden de items op een schaal van 1 (helemaal niet waar voor mij) tot 5 (geldt zeer veel voor mij). Van de antwoorden werd het gemiddelde

genomen wat een eenzaamheidsscore opleverde; hogere waarden gaven een groter gevoel van eenzaamheid aan (Cronbach's $\alpha = .86$).

Statistische Analyse

Met behulp van multiple regressieanalyse is allereerst gekeken naar de hoofdeffecten van het hebben van een geheim en self-concealment op de internaliserende problemen depressieve stemming, eenzaamheid en zelfwaardering. Vervolgens is er gekeken naar welk effect het hebben van een persoonlijk geheim en self-concealment samen had op de ontwikkeling van depressieve stemming, eenzaamheid en zelfwaardering. Per afhankelijke variabele zijn de analyses twee keer uitgevoerd, één keer waarbij self-concealment werd gemeten met 10 items (scs_10) en één keer waarbij self-concealment werd gemeten met 9 items (scs_9). Als laatste is gemeten of er een interactie-effect optrad tussen scs_9 en het hebben van een geheim ten opzichte van depressieve stemming, zelfwaardering en eenzaamheid. Tevens is nagegaan of geslacht van invloed was op de analyses en is meegenomen als onafhankelijke variabelen. De analyses zijn uitgevoerd in SPSS-versie 20.

Resultaten

Beschrijvende Statistiek

Allereerst is gekeken of bij de deelnemers een geheim aanwezig was. Een groot gedeelte van de deelnemers gaf aan minstens één geheim te hebben ($N = 622$, 78.7%), wat betekent dat 168 (21.3%) deelnemers geen geheim bewaarden. Van de 622 deelnemers hadden er 268 (33.9%) een persoonlijk geheim.

Vervolgens is gemeten in welke mate internaliserende problemen zich voor doen. In Tabel 1 wordt een overzicht gegeven van de gemiddelden en de standaardafwijkingen die zijn gemeten bij deze afhankelijke variabelen. Jongens hebben een lager gemiddelde op depressieve stemming en een hoger gemiddelde op zelfwaardering dan meisjes. In Tabel 2 worden de correlaties weergegeven tussen de variabelen die van toepassing zijn binnen dit onderzoek. Te zien is dat de correlaties van self-concealment aan de hand van 10 beweringen niet veel verschillen met die van self-concealment aan de hand van 9 beweringen. Self-concealment aan de hand van 9 beweringen correleert iets beter met de variabelen depressieve stemming, eenzaamheid en zelfwaardering. Verder blijkt dat de meeste variabelen behoren tot een matige correlatie $.30 < r < .50$, maar zijn wel significant $p < .01$.

Belangrijke analyses

Voor het voorspellen van depressieve stemming, zelfwaardering en eenzaamheid is een stapsgewijze multiple regressie uitgevoerd, waarbij de variabelen eerst voorspeld zijn op basis van een persoonlijk geheim. Dat leverde bij depressieve stemming, zie tabel 4, een correlatie op van $r = .28$ ($p = 0.00$), bij zelfwaardering, tabel 6, een correlatie van $r = -.18$ ($p = 0.00$) en bij eenzaamheid, tabel 8, een correlatie van $r = .12$ ($p = 0.00$). We kunnen zien dat depressieve stemming de grootste correlatie laat zien met een persoonlijk geheim. In stap twee is daar de mate van self-concealment aan toegevoegd; dat leverde bij depressieve stemming een correlatie op van $r = .14$ ($p = 0.00$), bij zelfwaardering een correlatie van $r = -$

.03 ($p = 0.35$) en bij eenzaamheid een correlatie van $r = -.04$ ($p = 0.26$). Het effect van een persoonlijk geheim is na toevoeging van self-concealment alleen nog significant in de voorspelling van depressieve stemming.

De belangrijkste uitkomsten van de multiple regressie-analyse zijn als volgt; een persoonlijk geheim alleen verklaarde 8% ($R^2 = 0.08$) van de variantie van de score op depressieve stemming. Een persoonlijk geheim en self-concealment gezamenlijk verklaarden 22% van de variantie van de scores op depressieve stemming ($R^2 = 0.22$). Als we kijken naar zelfwaardering zien we dat een persoonlijk geheim 3% ($R^2 = 0.03$) van de variantie verklaard. Wanneer self-concealment wordt meegenomen geeft dit een gezamenlijke variantie van 21% ($R^2 = 0.21$). In het geval van eenzaamheid verklaard een persoonlijk geheim 1% van de variantie ($R^2 = 0.01$) en een persoonlijk geheim en self-concealment gezamenlijk ($R^2 = 0.20$).

Er is geen significant interactie-effect gevonden tussen een persoonlijk geheim en self-concealment in de voorspelling van depressieve stemming ($\beta = .02$, $p = .53$), zelfwaardering ($\beta = -.04$, $p = .27$) en eenzaamheid ($\beta = -.004$, $p = .90$).

Tabel 1

Gemiddelden en standaarddeviaties van de onderzochte variabelen.

Variabele	Meisjes		Jongens		Totaal	
	M	SD	M	SD	M	SD
Depressieve stemming	2.66	.74	2.23***	.73	2.47	.76
Zelfwaardering	3.13	.61	3.35***	.53	3.23	.59
Eenzaamheid	1.78	.60	1.71	.58	1.75	.59
Self concealment	2.53	.72	2.43	.76	2.49	.70

Noot. Voor alle schalen geldt, hoge scores zijn indicatief voor een hogere score in de richting van het onderzochte construct. Asterisk geeft significant verschil aan: *** $p < .001$

Tabel 2

Correlaties Tussen de Variabelen in deze Studie.

Variabele	1.	2.	3.	4.	5.
1. Selfconcealment (9 items)	1				
2. Selfconcealment (10 items)	.99**	1			
3. Depressieve stemming	.45**	.44**	1		
4. Eenzaamheid	.45**	.44**	.37**	1	
5. Zelfwaardering	-.45**	-.44**	-.54**	-.56**	1

Noot: Intercorrelaties significant * $p < .05$, ** $p < .01$ Voor alle schalen geldt, hoge scores zijn indicatief voor een hogere score in de richting van het onderzochte construct.

Tabel 3

Hiërarchische multiple regressie voor Depressieve stemming, Self-Concealment Scale niet aangepast.

Variabele	B	β	p	R ²
1. Persoonlijk Geheim (PG)	.22	.28	.00	.08
2. PG	.11	.13	.00	.21
Self-Concealment (SC)	.30	.39	.00	
3. PG	.10	.13	.00	.21
SC	.31	.40	.00	
Interactie-Effect (PGxSC)	.02	.03	.44	

Tabel 4

Hiërarchische multiple regressie voor Depressieve stemming, Self-Concealment Scale aangepast.

Variabele	B	β	p	R ²
1. Persoonlijk Geheim (PG)	.22	.28	.00	.08
2. PG	.11	.14	.00	.22
Self-Concealment (SC)	.31	.40	.00	
3. PG	.11	.14	.00	.22
SC	.31	.41	.00	
Interactie-Effect (PGxSC)	.07	.02	.53	

Tabel 5

Hiërarchische multiple regressie voor Zelfwaardering, Self-Concealment Scale niet aangepast.

Variabele	B	β	p	R ²
1. Persoonlijk Geheim (PG)	-.11	-.18	.00	.03
2. PG	-.01	-.02	.56	.20
Self-Concealment (SC)	-.25	-.43	.00	
3. PG	-.01	-.01	.72	.20
SC	-.26	-.44	.00	
Interactie-Effect (PGxSC)	-.02	-.03	.34	

Tabel 6

Hiërarchische multiple regressie voor Zelfwaardering, Self-Concealment Scale aangepast.

Variabele	B	β	<i>p</i>	R ²
1. Persoonlijk Geheim (PG)	-.11	-.18	.00	.03
2. PG	-.02	-.03	.35	.21
Self-Concealment (SC)	-.26	-.44	.00	
3. PG	-.02	-.02	.50	.21
SC	-.27	-.46	.00	
Interactie-Effect (PGxSC)	-.02	-.04	.27	

Tabel 7

Hiërarchische multiple regressie voor Eenzaamheid, Self-Concealment Scale niet aangepast.

Variabele	B	β	<i>p</i>	R ²
1. Persoonlijk Geheim (PG)	.07	.12	.00	.01
2. PG	-.03	-.05	.16	.19
Self-Concealment (SC)	.27	.46	.00	
3. PG	-.03	-.05	.17	.19
SC	.27	.46	.00	
Interactie-Effect (PGxSC)	-.00	-.00	.97	

Tabel 8

Hiërarchische multiple regressie voor Eenzaamheid, Self-Concealment Scale aangepast.

Variabele	B	β	<i>p</i>	R ²
1. Persoonlijk Geheim (PG)	.07	.12	.00	.01
2. PG	-.02	-.04	.26	.20
Self-Concealment (SC)	.27	.46	.00	
3. PG	-.02	-.04	.30	.20
SC	.27	.46	.00	
Interactie-Effect (PGxSC)	-.00	-.00	.90	

Discussie

Het doel van dit onderzoek was de relatie tussen het hebben van een persoonlijk geheim, de mate van self-concealment en internaliserende gedragsproblemen nader te onderzoeken. Uit de resultaten is gebleken dat het hebben van een persoonlijk geheim significant correleert met alle onderzochte internaliserende gedragsproblemen. Dit houdt in dat de respondenten die aangaven een persoonlijk geheim te hebben ook aangaven meer last te hebben van een depressieve stemming, eenzaamheid en/of minder zelfwaardering. Daarentegen verdwijnt dit effect voor eenzaamheid en zelfwaardering wanneer een persoonlijk geheim samen met self-concealment in de statistische analyse wordt opgenomen. Dit geldt niet in de voorspelling van een depressieve stemming. Tussen een persoonlijk geheim en de mate van self-concealment is in de voorspelling van de drie internaliserende gedragsproblemen geen interactie-effect gevonden. Met andere woorden; onze resultaten suggereren dat het hebben van een persoonlijk geheim een significante invloed uitoefent op de onderzochte internaliserende gedragsproblemen, maar dat -in tegenstelling tot onze hypothesen- een zogenaamd turbo-effect tussen een hoge mate van self-concealment en het hebben van een persoonlijk geheim uitblijft.

De vooraf opgestelde hypothesen kunnen om die reden maar deels bevestigd worden. De hypothese dat een persoonlijk geheim samenhangt met depressieve stemming, zelfwaardering en eenzaamheid kan worden geaccepteerd. Dit is in overeenstemming met eerder gevonden literatuur. Zo vonden meerdere wetenschappers een sterke correlatie tussen het hebben van geheimen en schadelijke gevolgen (Finkenauer, Engels, & Meeus, 2002; Frijns, Keijsers, Branje, & Meeus, 2010; Laird & Marrero, 2010; Smetana, Villalobos, Rogge, & Tasopoulos-Chan, 2010). Ook Frijns, Finkenauer en Keijsers (2013) concludeerden op basis van hun gegevens dat adolescenten met een persoonlijk geheim meer depressieve klachten, eenzaamheid en minderzelfwaardering ervaren. Hierbij is het belangrijk op te

merken dat het effect van een persoonlijk geheim afneemt wanneer deze samen met self-concealment in de analyse wordt opgenomen. Alleen in de voorspelling van depressieve stemming blijkt een persoonlijk geheim nog significant te zijn. Dit sluit aan bij eerdere bevindingen van Kelly en Yip (2006).

In tegenstelling tot onze voorspellingen moet de tweede hypothese worden verworpen. Er is geen interactie-effect gevonden tussen een persoonlijk geheim, self-concealment en de drie internaliserende gedragsproblemen. Dit houdt in dat wanneer een persoon geneigd is informatie voor zichzelf te houden én een persoonlijk geheim met zich meedraagt er geen versterkend effect optreedt.

Met dit onderzoek is getracht de resultaten van Kelly en Yip (2006) te weerleggen. Op grond van onze bevindingen lijkt dit echter niet mogelijk te zijn. Ook wij komen op basis van de gevonden resultaten tot de conclusie dat self-concealment een grotere mate van variantie verklaart dan een persoonlijk geheim in de voorspelling van internaliserende gedragsproblemen. Uit de multiple regressie-analyse blijkt dat voor elke onderzochte variabele de verklaarde variantie na toevoeging van self-concealment in grote mate toenam. Met andere woorden, self-concealment is verantwoordelijk voor een groot deel van de variantie. Dit was tegen onze verwachtingen in. Verwacht werd dat na verwijderen van de bewering *'Ik heb een belangrijk geheim dat ik met niemand heb gedeeld'* uit de Self-Concealment Scale de variantie verklaard door deze variabele zou afnemen. Deze resultaten geven weer dat, zelf na aanpassing van de self-concealment scale, een persoonlijk geheim een kleinere voorspeller is dan self-concealment. Dat wil zeggen, de mate waarin iemand geneigd is informatie voor zichzelf te houden heeft een grote effect op de drie internaliserende problemen dan het hebben van een persoonlijk geheim.

Deze studie bevat als elke ander onderzoek sterke en minder sterke punten. Een sterk punt van dit onderzoek is het groot aantal respondenten. De steekproef was groot genoeg om

valide conclusies te trekken. Een beperking aan dit onderzoek is dat er sprake is geweest van een selecte steekproef. De respondenten zijn afkomstig van vijf scholen in de regio Amsterdam en Haarlem. Om die reden zijn de gevonden resultaten wellicht niet representatief voor heel Nederland.

Concluderend kunnen we stellen dat de resultaten van dit onderzoek een aanvulling zijn op reeds bestaande bevindingen. De hoofdvraag “Wat is de relatie tussen self-concealment en het hebben van een persoonlijk geheim en internaliserende gedragsproblemen?” kan beantwoord worden. Op basis van de resultaten wordt duidelijk dat er wel hoofdeffecten, maar geen interactie-effecten zijn tussen de mate van self-concealment en het hebben van een persoonlijk geheim in de voorspelling van depressiviteit, eenzaamheid en zelfwaardering. Daarnaast verdwijnt het effect van geheimen op zelfwaardering en eenzaamheid als self-concealment als predictor wordt meegenomen.

Het is van groot belang om de relatie tussen self-concealment en het hebben van een persoonlijk geheim in de voorspelling op internaliserende gedragsproblemen verder te onderzoeken. Wellicht blijkt na meer onderzoek dat het hebben van een persoonlijk geheim niet te allen tijde gelinkt is aan verscheidende psychologische en fysieke klachten, maar dat vooral de mate van self-concealment hier verantwoordelijk voor is. Deze bevindingen dagen algemeen geldende gedachten over de gevaren van geheimen uit en suggereren, dat in plaats daarvan vooral personen met een hoge mate van self-concealment kwetsbaar zijn voor dergelijke symptomen. Dit is een logische bevinding gezien het feit self-concealment een veel groter begrip is dan alleen het hebben van een persoonlijk geheim. Wanneer de vragenlijst van self-concealment wordt ingevuld, wordt er gekeken naar het karakter van een persoon. Punten zoals, bang om iets verkeers te vertellen, schamen voor het geheim, ik heb negatieve gedachten over mijzelf, komen hierin terug. Kenmerken die geassocieerd worden met internaliserende gedragsproblemen. Vandaar dat self-concealment als belangrijke

eigenschap moet worden meegenomen wanneer het gaat om internaliserende gedragsproblemen.

Om die reden is het belangrijk meer onderzoek te doen wat kan bijdragen aan een verduidelijking van de complexe relatie tussen geheimen en uiteenlopende problematiek. Een aanbeveling is om in onderzoek naar geheimen vaker, al dan niet altijd rekening te houden met de mate van self-concealment. Dit omdat personen met een hoge mate van self-concealment kwetsbaarder zijn voor symptomen zoals fysieke klachten, depressie en angst. Mogelijk heeft hun geheim weinig met dergelijke klachten te maken (Kelly & Yip, 2008).

Tevens is het in het kader van preventie en interventie van belang helder in kaart te brengen welke factoren een relatie hebben met internaliserende problematiek. Tot op heden geldt het algemeen aanvaarde idee dat geheimen schadelijk zijn voor zowel volwassenen (Finkenauer & Rimé, 1998a; Lane & Wegner, 1995) als adolescenten (Finkenauer, Engels, & Meeus, 2002). Nieuwe bevindingen wijzen in een andere richting. Mocht na verder onderzoek wederom blijken dat vooral de mate van self-concealment van invloed is op zowel de fysieke als mentale toestand, dan heeft dit grote gevolgen voor de preventie en interventie. Deze zal zich in dat geval meer moeten gaan richten op de mate van self-concealment en in hoeverre jongeren informatie met andere durven en willen delen. Het is belangrijk dat jongeren dingen delen, op die manier zal hun self-concealment verminderen wat de kans op internaliserende gedragsproblemen doet verminderen.

Referenties

- Bellman, B. (1984). *The language of secrecy*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press
- Botvin, G. J., & Botvin, E. M. (1992). Adolescent tobacco, alcohol, and drug abuse: prevention strategies, empirical findings, and assessment issues. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics, 13*, 290–301. doi:10.1097/00004703-199208000-00011
- Brosschot, J. F., & Thayer, J. F. (2004). Worry, perseverative thinking and health. *Emotional expression and health: Advances in theory, assessment and clinical applications*, 99-114.
- Brown, L. K., & DeMaio, D. M. (1992). The impact of secrets in hemophilia and HIV disorders. *Journal of Psychological Oncology, 10*, 91-101. doi:10.1300/J077V10N03_06
- De Goede, I. H. A., Branje, S. J. T., & Meeus, W. H. J. (2009). Developmental changes in adolescents' perceptions of relationships with their parents. *Journal of Youth and Adolescence, 38*, 75-88. doi:10.1007/s10964-008-9286-7
- De Goede, I. H. A., Branje, S. J. T., & Meeus, W. H. J. (2009). Developmental changes and gender differences in adolescents' perceptions of friendships. *Journal of Adolescence, 32*, 1105-1123. doi:10.1016/j.adolescence.2009.03.002
- Finkenauer, C., & Rimé, B. (1998a). Socially shared emotional experiences vs. emotional experiences kept secret: differential characteristics and consequences. *Journal of Social and Clinical Psychology, 17*, 295–318. doi:10.1521/jscp.1998.17.3.295
- Finkenauer, C., Engels, R. C. M. E., Meeus, W., & Oosterwegel, A. (2002). Self and identity in early adolescence: the pains and gains of knowing who and what

- you are. In T. M. Brinthaupt, & R. P. Lipka (Eds.), *Understanding early adolescent self and identity: Applications and interventions* (pp. 25–56). Albany, NY: State University of New York Press.
- Frijns, T. (2005). *Keeping secrets: Quantity, quality and consequences (Proefschrift)*. Vrije Universiteit van Amsterdam, Amsterdam.
- Frijns, T., Keijsers, L., Branje, S. J. T., & Meeus, W. (2010). What parents don't know and how it may affect their children: qualifying the disclosure-adjustment link. *Journal of Adolescence*, *33*, 261–270. doi:10.1016/j.adolescence.2009.05.010
- Frijns, T., Finkenauer, C., & Keijsers, L. (2013). Shared secrets versus secrets kept private are linked to better adolescent adjustment. *Journal of adolescence*, *36*(1), 55-64. doi:10.1016/j.adolescence.2012.09.005
- Johnson, J. G., Bromley, E., & McGeoch, P. G. (2005). Role of childhood experiences in the development of maladaptive and adaptive personality traits. *The American Psychiatric Publishing textbook of personality disorders*, 209-221.
- Kahle, L. R., Kulka, R. A., & Klingel, D. M. (1980). Low adolescent self-esteem to multiple interpersonal problems: A test of social-adaptation theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, *39*, 496-502. doi:10.1037/0022-3514.39.3.496
- Kandel, D., & Davies, M. (1982). Epidemiology of depressive mood in adolescents. *Archives of General Psychiatry*, *39*, 1205-1212. doi:10.1001/archpsyc.1982.04290100065011
- Keijsers, L., Branje, S. J. T., Frijns, T., Finkenauer, C., & Meeus, W. (2010). Gender differences in keeping secrets from parents in adolescence. *Developmental Psychology*, *46*, 293-298. doi:10.1037/a0018115
- Kelly, A. E. (2002). *The psychology of secrets*. New York: Kluwer Academic / Plenum Publishers.

- Kelly, A. E., & Yip, J. J. (2006). Is keeping a secret or being a secretive person linked to psychological symptoms? *Journal of Personality, 74*, 1349–1369. doi:10.1111/j.1467-6494.2006.00413.x
- Kelly, A. E., & Achter, J. A. (1995). Self-concealment and attitudes toward counseling in university students. *Journal of Counseling Psychology, 42*, 40–46. doi:10.1037/0022-0167.42.1.40
- Laird, R. D., & Marrero, M. D. (2010). Information management and behavior problems: is concealing misbehavior necessarily a sign of trouble? *Journal of Adolescence, 33*, 297–308. doi:10.1016/j.adolescence.2009.05.018
- Lane, J. D., & Wegner, D. M. (1995). The cognitive consequences of secrecy. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 237-253. doi:10.1037/0022-3514.69.2.237
- Larson, D. G., & Chastain, R. L. (1990). Self-concealment: conceptualization, measurement, and health implications. *Journal of Social and Clinical Psychology, 9*, 439-455. doi:10.1521/jscp.1990.9.4.439
- Larson, R. W., Richards, M. H., Moneta, G., Holmbeck, G. & Duckett, E. (1996). Changes in adolescents' daily interactions with their families from ages 10 to 18: Disengagement and transformation. *Developmental Psychology, 32*, 744-754. doi:10.1037/0012-1649.32.4.744
- Mervielde, I., De Clercq, B., De Fruyt, F., & Van Leeuwen, K. (2005). Temperament, personality, and developmental psychopathology as childhood antecedents of personality disorders. *Journal of Personality Disorders, 19*, 171-201. doi:10.1521/pedi.19.2.171.62627
- Muller, N., ten Kate, C., & Eurelings-Bontekoe, L. (2007). Internaliserende problematiek in de kindertijd als risicofactor voor de ontwikkeling van persoonlijkheidspathologie op

- latere leeftijd. In *Handboek persoonlijkheidspathologie* (pp. 63-72). Bohn Stafleu van Loghum. doi:10.1007/978-90-313-6404-6_5
- Patterson, J., & Blum, R., W. (1996). Risk and resilience among children and youth with disabilities. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, *150*, 692-698. doi:10.1001/archpedi.1996.02170320038006
- Pennebaker, J. W., & Chew, C. H. (1985). Behavioral inhibition and electrodermal activity during deception. *Journal of Personality and Social Psychology*, *49*, 1427-1433. doi: 10.1037/0022-3514.49.5.1427
- Pennebaker, J. W. (1989). Confession, inhibition, and disease. In L. Berkowitz (Ed.). *Advances in experimental social psychology*, Vol. 22 (pp. 211-244). New York: Academic Press.
- Pennebaker, J. W. (1997). *Opening up: The healing power of expressing emotions*. New York: Guilford Press.
- Reitz, E., Deković, M., & Meijer, A. M. (2005). The structure and stability of externalizing and internalizing problem behavior during early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, *34*(6), 577-588. doi: 10.1007/s10964-005-8947-z
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, *39*, 472-480.
- Smetana, J. G., Villalobos, M., Rogge, R. D., & Tasopoulos-Chan, M. (2010). Keeping secrets from parents: daily variations among poor, urban adolescents. *Journal of Adolescence*, *33*, 321-331. doi:10.1016/j.adolescence.2009.04.003

Steinberg, L., & Silverberg, S. B. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence.

Child Development, 57, 841-851. doi:10.2307/1130361

Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S. R., & White, T. L. (1987). Paradoxical effects of

thought suppression. *Journal of personality and social psychology, 53*, 5-13.

doi:10.1037/0022-3514.53.1.5

Wismeijer, A. A., & Vingerhoets, A. J. (2007). The emotional burden of secrets.

Consequences for somatic health and implications for health care. *Tijdschrift voor Psychiatrie, 49*, 383-389.