

Zelfstandig, maar niet alleen.



De invloed van sociale netwerken en sociale steun op de psychische gezondheid van zzp'ers en werknemers vergeleken

Student: Iris Wever

Studentnummer: 3691551

Onderwijsinstelling: Universiteit Utrecht

Opleiding: Master Arbeid, zorg en welzijn: Beleid en Interventie

Eerste beoordelaar & begeleider: Marcel Hoogenboom

Tweede beoordelaar: Dorothea Lepianka

Plaats & datum: Utrecht, 15 oktober 2015



Universiteit Utrecht

Samenvatting

Vanuit meerdere hoeken in de maatschappij is belangstelling voor de groeiende groep zzp'ers. Zzp'ers zijn zelfstandigen, maar staan niet alleen. Zij worden zoals ieder mens omgeven door andere mensen: Een sociaal netwerk. Dit netwerk ziet er wellicht wat anders uit dan van een werknemer. Een werknemer heeft immers collega's en leidinggevenden. Een van de functies van het sociale netwerk is sociale steun. In de arbeidswereld wordt in het kader van duurzame arbeid onder andere gekeken hoe de psychische gezondheid van werknemers gewaarborgd kan worden. De sociale omgeving van iemand kan daarin voorzien. De werkomstandigheden van werknemers en zzp'ers zijn vrijwel hetzelfde. Het verschil in netwerk en de aandacht voor psychische gezondheid maakt het interessant de vergelijking te maken tussen zzp'ers en werknemers. Er is een theoretisch kader geschetst waaruit hypotheses zijn opgesteld over de dichtheid, de grootte, het wel of niet aangesloten zijn bij een netwerk in het netwerk, type sociale steun en reciprociteit. Door middel van een online vragenlijst is de data voor de analyses verzameld. Regressie –en PROCESS macro analyses zijn gebruikt om de verwachte effecten te toetsen. Hieruit is gebleken dat geen enkel resultaat significant is. Hier zijn een aantal verklaringen voor op zowel methodologisch als theoretisch gebied. Het framework wat met dit onderzoek is gecreëerd kan worden gebruikt voor het verder onderzoeken van de nog relatief onbekende wereld van zzp'ers en de relatie met psychische gezondheid en arbeid.

Inhoudsopgave

1. Inleiding	5
1.1. Relevantie	6
2. Theorie	8
2.1. Inleiding	8
2.2. Main-effect en bufferings-effect	8
2.3. Psychische gezondheid	10
2.4. Sociale netwerken en sociale steun	11
2.4.1. Kenmerken sociaal netwerk	11
2.4.1.1. Dichtheid	13
2.4.1.2. Homogeniteit	14
2.4.1.3. Directionaliteit	15
2.4.1.4. Grootte	15
2.4.1.5. Geografische afstand	15
2.4.1.6. Netwerk in een netwerk	16
2.4.2. Sociale steun	17
2.4.2.1. Type sociale steun	18
2.4.2.1.1. Type steun en dichtheid	19
2.4.2.1.2. Type steun en grootte	20
2.4.2.1.3. Type steun en netwerk in een netwerk	20
2.4.2.2. Reciprociteit	20
2.4.2.2.1. Reciprociteit en dichtheid	21
2.4.2.2.2. Reciprociteit en grootte	21
2.4.2.2.3. Reciprociteit en netwerk in een netwerk	21
2.5. Samenvatting theoretisch kader	22
2.6. Empirische vraagstelling	23
3. Data en methoden	25
3.1. Inleiding	25
3.2. Operationalisering	25

3.2.1. Psychische gezondheid	25
3.2.2. Dichtheid	26
3.2.3. Grootte	27
3.2.4. Netwerk in netwerk	28
3.2.5. Type sociale steun	28
3.2.6. Reciprociteit	29
3.2.7. Pilot	29
3.3. Dataverzameling	29
3.4. Variabelen	30
3.4.1 Psychische gezondheid	31
3.4.2. Dichtheid	31
3.4.3. Grootte	32
3.4.4. Netwerk in een netwerk	32
3.4.5. Type sociale steun	32
3.4.6. Reciprociteit	33
3.4.7. Overig	33
3.5 Analyse	34
4. Resultaten	35
5. Conclusie & discussie	39
5.1. Conclusie	39
5.2. Discussie	40

Literatuur

Bijlage 1. Vragenlijst

Bijlage 2. Analyses variabelen

Bijlage 3. Syntax

1. Inleiding

In het stappenplan van ikwordzzper.nl staat het duidelijk beschreven: Als zzp'er heb je een netwerk nodig. Een borrel 'Netwerken met een knipoog', een Netwerk Business Diner, een zzp café en een heuse ZZParty (zzpagenda.nl, 2015). Er worden vele dingen georganiseerd voor zzp'ers om te kunnen netwerken. Dit netwerken is van belang voor zzp'ers, want hiermee kunnen zij contact leggen met andere zzp'ers en potentiële opdrachtgevers. Het contact met andere zzp'ers kan helpen bij de kennisuitwisseling, maar ook om eventueel in samenwerking een grote opdracht uit te voeren. Het kunnen samenwerken met andere zzp'ers is belangrijk, omdat zzp'ers niet zoals werknemers kunnen terugvallen op hun collega's (ikwordzzper.nl, 2015).

Een zzp'er is dus ondanks zijn of haar zelfstandigheid niet per definitie alleen. Op privé en professioneel gebied wordt de zzp'er omringd door mensen. Het belang van een netwerk voor een zzp'er wordt vaak benoemd, maar hoe werkt zo'n netwerk eigenlijk, wat haalt men eruit? Dit onderzoek zal meer inzicht geven in het sociale netwerk van zzp'ers, maar ook van werknemers. De vergelijking met werknemers zal worden gemaakt, omdat er een verschil zit tussen het sociale netwerk van een zzp'er en van een werknemer. Een werknemer heeft te maken met collega's en leidinggevenden en een zzp'er heeft te maken met andere zzp'ers en opdrachtgevers.

In dit onderzoek zal er gekeken worden wat zzp'ers en werknemers halen uit hun netwerk aan sociale steun. Sociale steun is een van de bronnen die een sociaal netwerk biedt. Wellicht wordt hierbij allereerst gedacht aan emotionele steun. Hoewel dit ook belangrijk is, is dit niet de enige vorm van sociale steun. Het geven of krijgen van steun kan ook bestaan uit het delen van informatie of het krijgen van feedback.

Voorgaand onderzoek heeft aangetoond dat het sociale netwerk en de steun die men daaruit haalt, bepalend kan zijn voor de psychische gezondheid (Lin, Nan, Xiaolan Ye, Ensel, 1999; Taylor & Stanton, 2007; Turner & Lloyd, 1999). Psychische gezondheid is een actueel onderwerp in de arbeidswereld. Vooral de psychische gezondheid van werknemers is een onderwerp van interesse. Het waarborgen van de psychische gezondheid van werknemers wordt gezien als een manier om de productiviteit op niveau te houden en uitval te voorkomen (OECD, 2014). Leidinggevenden kunnen daarom tools inzetten om de psychische gezondheid van hun werknemers te behouden of te verbeteren. Zo heeft TNO in het kader van duurzame inzetbaarheid tools ontwikkeld met aandacht voor de psychische gezondheid van werknemers.

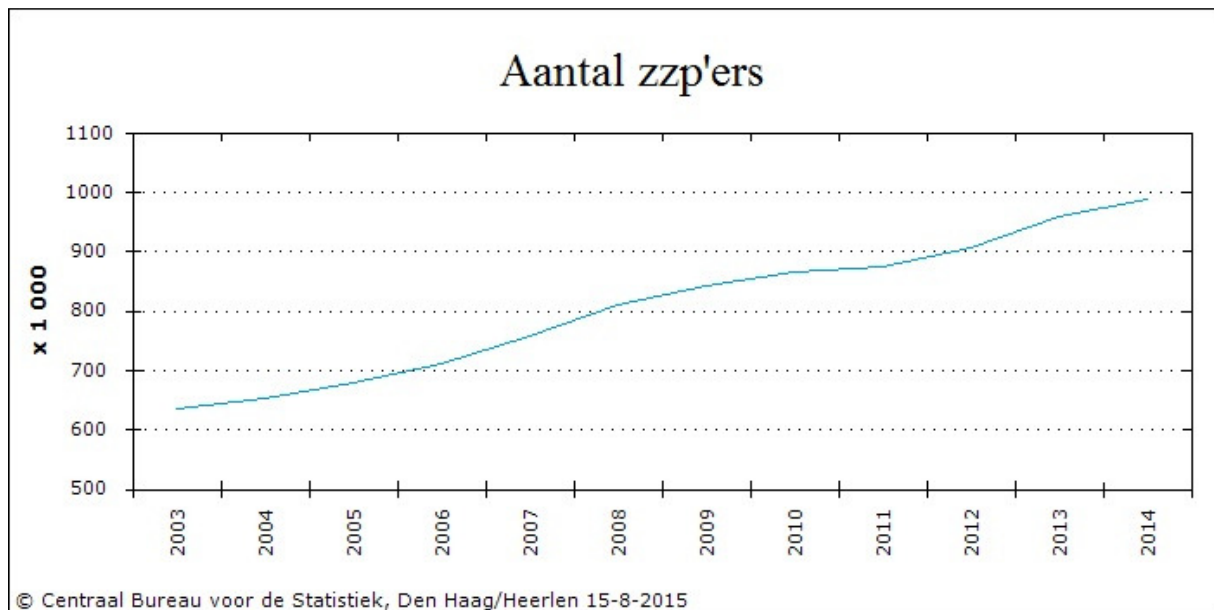
Een van deze tools is de Vragenlijst Beleving en Beoordeling van Arbeid (VBBA). Deze is opgezet om onder andere de psychische gezondheid van medewerkers in de organisatie in kaart te brengen (TNO.nl, 2015; skb.nl, 2015).

Zzp'ers verrichten vaak vergelijkbare werkzaamheden met vergelijkbare omstandigheden als werknemers. De risico's omtrent arbeid zoals sociale zekerheid en arbeidsomstandigheden zijn daarom ook vergelijkbaar (CBS, 2014). Zzp'ers hebben geen bedrijf of leidinggevende(n) die tools kunnen inzetten om hun psychische gezondheid te waarborgen. Net als voor ieder mens, geldt ook voor zzp'ers dat een verminderde psychische toestand nadelige effecten kan hebben. Het effect van een verminderde productiviteit of uitval door een verminderde psychische toestand heeft een zeer direct effect op de onderneming van een zzp'er. Bij verminderde productiviteit of uitval kan een zzp'er minder of geen opdrachten aannemen en vaak zijn deze opdrachten de enige inkomstenbron (CBS,2012). Het voortbestaan van het zzp'erschap hangt dus onder andere af van de psychische gezondheid.

Het sociale netwerk en psychische gezondheid lijkt met elkaar verbonden, voor zowel werknemers als zzp'ers. Dit leidt tot de vraag: *In hoeverre is het sociale netwerk van invloed op de psychische gezondheid en hoe verschilt dit tussen zzp'ers en werknemers?*

1.1. Relevantie

Het beantwoorden van de onderzoeksvraag is om meerdere redenen relevant. Allereerst is er nog relatief weinig bekend over zzp'ers. Deze vorm van arbeid is de afgelopen jaren flink gestegen (zie tabel 1).



Tabel 1. *Trend aantal zzp'ers, 2003-2014.* Bron: CBS Statline, 2015.

Door deze toename is de belangstelling vanuit het bedrijfsleven, de overheid en beleidmakers toegenomen (CBS, 2012). Wat betreft sociale zekerheid is er namelijk vrijwel niets geregeld voor zzp'ers. Een sociaal vangnet zoals er voor werknemers is in Nederland, is er niet voor zzp'ers. Het ontbreken van dit sociale vangnet vanuit de overheid maakt het tevens interessant om het sociale vangnet vanuit de omgeving - of te wel het sociale netwerk - van de zzp'er te onderzoeken.

Tevens geeft dit ontbreken van het sociale vangnet voor zzp'ers aan dat de verzorgingsstaat voornamelijk gericht is op de 'traditionele' manier van werken. Vrijwel alles omtrent werken in de Nederlandse verzorgingsstaat is gericht op werknemers. De opkomst van het zzp'erschap wordt ook wel gekoppeld aan de toenemende kenniseconomie en het individualistische karakter van Nederland (Eveleens, 2011). Kenniswerk, creativiteit en persoonlijke dienstverlening komen in de plaats van industriële productie en routinewerk. Deze transitie toont aan dat er meer kennis nodig is over deze veranderende manier van werken. De kennis over het traditionele werken als persoon in loondienst is niet meer afdoende. Het onderzoeken van zzp'ers in vergelijking met werknemers is daarom zeer relevant.

Zoals eerder vermeld, is psychische gezondheid een actueel onderwerp in de arbeidswereld. Voor zowel zzp'ers als werknemers is het waarborgen van de psychische gezondheid van

persoonlijk belang. Het belang is ook van maatschappelijke aard. Improductiviteit, ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid onder werknemers brengen indirect veel kosten voor de maatschappij met zich mee (OECD, 2014). Niet alleen voor werknemers, maar voor ziekte in het algemeen (dus ook voor zzp'ers) worden kosten gemaakt waar iedereen in Nederland aan meebetaald. Daarnaast lijkt er een kloof te bestaan tussen werk en psychische gezondheid. Dit komt onder andere door stigmatisering van psychische ziektes en een gebrek aan kennis bij organisaties en leidinggevenden over de kosten die psychische ongezondheid met zich mee brengt (OECD, 2014).

2. Theorie

2.1. Inleiding

Een van de grondleggers van de sociologie legde al de link tussen het effect van het sociale netwerk op het gedrag of de emotionele toestand van een individu; Emile Durkheim keek naar de mate waarin een persoon geïntegreerd was in een groep of community en het aantal zelfmoorden (Durkheim, 1951). Integratie is hierbij gedefinieerd als in hoeverre een persoon deel uit maakt van een groep met bepaalde normen en waarden. Als iemand sterk geïntegreerd is betekent dit dat deze persoon sterke banden met de personen om zich heen heeft en leeft naar de normen en waarden in deze groep. Door deze sterke band is er een kleinere kans op zelfmoord. Wanneer iemand minder verbonden is met de groep, of helemaal niet, dan is de kans op zelfmoord groter (Durkheim, 1951).

De theorie en bevindingen van Durkheim geven aan dat sociale factoren van invloed zijn op het individu en dat hierbij de mate van sociale cohesie een grote rol speelt. Het heeft tevens een fundament gelegd voor veel onderzoek dat is gedaan naar sociale netwerken en het effect daarvan op mentale en fysieke gezondheid. Eind jaren '70 en in de jaren '80 is er veel onderzoek gedaan naar het effect van sociale netwerken en sociale steun op fysieke en psychische gezondheid (zie bijvoorbeeld: Cobb, 1976; Cohen & Wills, 1985; Lin, Ensel, Simeone & Kuo, 1979; House, 1988). Ook heden ten dage zijn dit onderwerpen die aan bod komen in psychologisch, biologisch en sociologisch onderzoek (zie bijvoorbeeld: Thoits, 2011; Vahtere e.a., 2000; Flap & Volker, 2001). Dit onderzoek zal zich richten op de invloed van het sociale netwerk en sociale steun op psychische gezondheid bij zzp'ers en werknemers. In de komende paragrafen zal de theorie rondom deze onderwerpen worden toegelicht en zullen er hypothesen opgesteld worden.

2.2. Main-effect en bufferingseffect

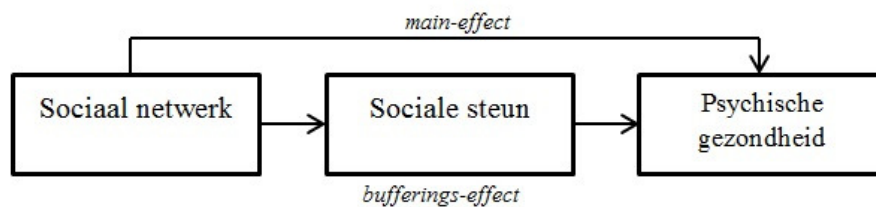
De link tussen sociale netwerken, sociale steun en psychische gezondheid wordt op verschillende manieren vormgegeven. Een van deze manieren wordt ook wel het 'main-effect' genoemd (Cohen, 2004). Bij dit main-effect is er sprake van een direct effect van de structuur van het sociale netwerk op de psychische gezondheid. Kenmerken als bijvoorbeeld de dichtheid van een netwerk zijn volgens deze theorie van directe invloed op iemands psychische gezondheid.

Naast het main-effect is er ook het zogenaamde bufferings-effect (of bufferingshypothese) (Thoits, 2011; Berkman & Glass, 2000). Er is geen sprake van een direct effect van de structuur van het sociale netwerk op de psychische gezondheid. Dit effect verloopt via een van de functies van een sociale netwerk: Sociale steun. Volgens de theorie van het bufferingseffect loopt er een pad van de structuur van het sociale netwerk via sociale steun naar psychische gezondheid. Sociale steun vanuit het netwerk kan ervoor zorgen dat potentiële stressvolle gebeurtenissen als minder stressvol gezien worden waardoor de psychische gezondheid gewaarborgd blijft. Sociale steun werkt dan als een buffer bij de dagelijkse ervaren stress (Thoits, 2011). Daarnaast kan de sociale steun vanuit iemands netwerk stress verminderen wanneer er al sprake is geweest van een stressvolle gebeurtenis. Dit laatste werkt voornamelijk doordat er sprake is van ‘coping-assistance’. Deze assistentie in het omgaan met problemen komt van mensen uit het sociale netwerk die een probleem gerichte of emotioneel gerichte strategie toepassen op degene in stress (Thoits, 2011). Het karakter van sociale steun is dan wellicht anders bij een stressvolle gebeurtenis dan bij de dagelijkse ervaren stress (Thoits, 2011). Uiteraard is het interessant te onderzoeken wat er gebeurt met het sociale netwerk en de mate van sociale steun wanneer een zzp’er of werknemer een uiterst stressvolle gebeurtenis heeft meegemaakt, maar dit onderzoek richt zich daar niet specifiek op. Het gaat hier om de algemene dagelijkse psychische gezondheid van zzp’ers en werknemers en daarom zal sociale steun vanuit het sociale netwerk bij een stressvolle gebeurtenis niet behandeld worden in dit onderzoek.

In vele onderzoeken is het aangetoond dat het bufferingseffect op werknemers van toepassing is. Voor het main-effect is dit nauwelijks het geval. Onderzoek toont aan dat de aanwezigheid van collega’s en leidinggevende(n) van significante invloed kan zijn op de mate van ervaren stress en de fysieke gezondheid van een werknemer (Vahtere e.a., 2000; Bourbonnais e.a., 2006; Marcelissen e.a., 1988; Viswesvaran e.a. 1999; Winnubst e.a., 1982). Uit deze onderzoeken blijkt dat een werknemer sociale steun ervaart van collega’s en van de leidinggevende. Voornamelijk de sociale steun van de leidinggevende is van invloed op de mate van stress (Bourbonnais e.a., 2006; Marcelissen e.a., 1988; Winnubst e.a., 1982). In lijn met de bufferingshypothese lijkt sociale steun op de werkvloer inderdaad te werken als buffer voor de negatieve aspecten van het werk en vermindert sociale steun ook de waargenomen stress (Vahtere e.a., 2000; Viswesvaran e.a., 1999).

Voor zzp’ers geldt dat zij geen collega’s of supervisor hebben, zij zijn zelfstandig. De vraag is daarom of zij in deze positie de benodigde sociale steun hebben die werknemers ervaren

tijdens hun werk. Wellicht dat zij dit bij andere personen uit hun netwerk halen, of op zoek gaan naar vergelijkbare bronnen. Zzp'ers lijken in toenemende mate contact te zoeken met andere zzp'ers (SER, 2010). Op deze manier kunnen zij informatie uitwisselen vergelijkbaar als dat van een werknemer met zijn of haar collega's. De relatie met de opdrachtgever lijkt niet veel te voorzien in sociale steun: De minderheid van de zzp'ers ervaart waardering en hulp wanneer problemen zich voordoen (echtzzp.nl, 2015). De verschillen tussen werknemers en zzp'ers kunnen gevolgen hebben voor de psychische gezondheid. Ook kan het zijn dat zzp'ers meer steun halen uit andere bronnen dan werknemers doen. Het onderzoeken daarvan kan mogelijk aantonen dat zzp'ers inderdaad op zoek zijn naar vergelijkbare bronnen voor sociale steun zoals werknemers deze ervaren of dat er een 'gemis' is in het netwerk van een



zzp'er.

Schema 1. *Main-effect en bufferings-effect.*

2.3. Psychische gezondheid

Voordat er gekeken wordt naar het effect van sociale netwerken en sociale steun op psychische gezondheid, is het om zaak psychische gezondheid te definiëren. Psychische gezondheid (in de literatuur vaak aangeduid als 'mental health') is een breed begrip. Wat overeenkomstig is in de literatuur is dat er gesproken wordt over de uitkomsten van 'mental health'. Deze uitkomsten zijn echter op verschillende manieren ingevuld. Soms is dit aan het begin van het onderzoek, maar vaak blijkt dit pas bij de methoden specifiek te worden. Uitkomsten van psychische gezondheid die vaak worden genoemd en getoetst zijn een gevoel van er toe doen, zelfvertrouwen, ergens toe behoren, een gevoel van invloed hebben en kunnen omgaan met tegenslagen (Thoits, 2011; Kawachi & Berkman, 2001; WHO, 2001; nationaalkompas.nl, 2015). Kawachi & Berkman (2001) definiëren de uitkomsten van psychische gezondheid als stress reacties, psychologisch welzijn en symptomen van psychologische stress (depressieve symptomen en angst horen daarbij). Hierbij gaan zij niet alleen in op positieve factoren zoals een gevoel van nut, ergens toe behoren, veiligheid en de erkenning/herkenning van eigenwaarde, maar ook op de neuro-endocriene respons op stress van een mens. Een biologische benadering bij het onderzoeken van psychische gezondheid is

relevant, want het bepaalt samen met sociale en psychologische factoren de mentale toestand en het gedrag (WHO, 2001). Echter, dit onderzoek heeft geen biologische achtergrond en zal daarom deze factor niet meenemen.

2.4. Sociale netwerken en sociale steun

Een sociaal netwerk representeert het web van sociale relaties dat ieder mens heeft (Seeman, 1996; Berkman & Glass, 2000). Deze sociale relaties kunnen bestaan uit intieme relaties zoals familie en nabije vrienden, maar ook uit meer formele relaties met andere individuen of groepen. De structuur, inhoud en functies van een sociaal netwerk worden op verschillende manieren besproken en ingevuld. Er kan sprake zijn van structurele en individuele karakteristieken van een sociaal netwerk (Berkman & Glass, 2000). Structurele karakteristieken zijn bijvoorbeeld de grootte en de dichtheid van een netwerk. Individuele karakteristieken gaan over de invulling van het verband (of de relatie) tussen twee mensen in een netwerk, zoals hoe vaak men elkaar ziet of hoelang men elkaar kent. Heaney & Israel (2008) maken een soortgelijk onderscheid bij het observeren van een sociaal netwerk. Zij noemen dit echter de structuur in zijn geheel en de dyadische structuur. De structuur in zijn geheel van Heaney & Israel (2008) komt overeen met de structurele kenmerken van Berkman & Glass (2000). Hetzelfde geldt voor dyadische structuur en individuele karakteristieken. Een dyade is namelijk een verband tussen twee mensen waartussen interactie kan bestaan. Hoewel deze twee bronnen beide over sociale netwerken, sociale steun en de invloed daarvan op de psychische gezondheid schrijven, verschillen zij in de invulling van hun begrippen. In tabel 1 is te zien hoe de invulling van hun begrippen verschilt. In de komende paragraaf zullen de verschillende begrippen besproken en vergeleken worden om vervolgens tot een set begrippen te komen die voor dit onderzoek relevant zijn. Allereerst zal de invulling van de structurele karakteristieken en de structuur als geheel besproken en vergeleken worden. Daarna volgt de bespreking en de vergelijking van de invulling van de individuele karakteristieken en dyadische structuur.

Berkman & Glass, 2000		Heaney & Israel, 2008	
Individuele karakteristieken	Structurele karakteristieken	Dyadische structuur	Structuur als geheel
Frequentie	Grootte	Formaliteit	Directionaliteit
Multiplexiteit	Dichtheid	Complexiteit	Dichtheid
Duratie	Gebondenheid	Intensiteit	Geografische afstand
Reciprociteit	Homogeniteit	Reciprociteit	Homogeniteit

Schema 1. *Overzicht begrippen zoals gebruikt in Berkman & Glass (2000) en Heaney & Israel (2008).*

2.4.1. Kenmerken sociaal netwerk

2.4.1.1. Dichtheid

Dichtheid is een begrip dat in beide bronnen wordt gebruikt. Beiden definiëren dichtheid als de mate waarin iedereen elkaar kent in het netwerk. Hoe meer mensen elkaar kennen in een netwerk, hoe hechter het netwerk is. Heaney & Israel (2008) voegen daar aan toe dat het ook gaat om hoe de verbanden onderling in elkaar steken. De inhoud van een onderling verband kan namelijk sterk verschillen in termen van dichtheid. Granovetter (1973) maakt onderscheid tussen ‘strong ties’ en ‘weak ties’. Strong ties zijn verbanden of relaties die hecht zijn en zich kenmerken door een sterke emotionele band. Wanneer een netwerk voornamelijk uit strong ties bestaat heeft dit een hoge mate van sociale cohesie (een hoge mate van dichtheid) op lokaal niveau tot gevolg (Granovetter, 1973). Echter, deze hoge mate van dichtheid zorgt er ook voor dat er sociale fragmentatie ontstaat: Verschillende hechte groepen leven langs elkaar heen.

Weak ties zijn verbanden of relaties die niet hecht zijn en een praktische invulling hebben. Deze verbanden hebben voornamelijk als functie het uitwisselen van informatie en bijvoorbeeld het vinden van een baan of een oppas voor de kinderen. Volgens Granovetter (1973) zijn weak ties essentieel voor de integratie en de mogelijkheden van een individu in een groep. Op maatschappelijk niveau kunnen weak ties verschillende groepen verbinden omdat deze kunnen fungeren als ‘brug’ tussen verschillende groepen in de samenleving.

Zowel strong als weak ties kunnen van positieve invloed zijn op de psychische gezondheid van een individu. Een hoge dichtheid (een netwerk met voornamelijk strong ties) zorgt voor een gevoel van vertrouwen en werkt preventief tegen stress (Flap & Volker, 2001; Cohen,

2004). Voor zowel werknemers als zzp'ers zijn strong ties (dus een hoge mate van dichtheid) van belang voor hun psychische gezondheid. Er is geen reden aan te nemen waarom er een verschil zou kunnen bestaan tussen deze twee groepen. De volgende hypothese komt hieruit voort:

H1: Naarmate de dichtheid van het sociale netwerk positief toeneemt, zal de psychische gezondheid bij zowel werknemers als zzp'ers positief toenemen.

Ook weak ties kunnen een positief effect hebben op de psychische gezondheid. Weak ties geven namelijk meer mogelijkheden en kansen en dit werkt positief op het gevoel van autonomie (Flap & Volker, 2001). Ook hier geldt dat een gevoel van autonomie voor zowel werknemers als zzp'ers belangrijk is om de psychische gezondheid te waarborgen. Echter, Flap & Volker (2001) stellen dat weak ties voor entrepreneurs belangrijker zijn dan voor werknemers. Entrepreneurs (of ook wel ondernemers) hebben deze weak ties nodig om klanten te werven of informatie uit verschillende groepen te halen in het belang van hun bedrijf. Dit is vergelijkbaar met wat een zzp'er nodig heeft in zijn of haar netwerk. Naast een gevoel van zekerheid en warmte die voortkomen uit een hoge dichtheid is er een mate van lage dichtheid in het netwerk van een zzp'er nodig om de psychische gezondheid te bevorderen. De mate van weak ties is daarom bepalender voor de psychische gezondheid van zzp'ers dan voor werknemers. Daaropvolgend is de volgende hypothese opgesteld:

H2: Naarmate de lage dichtheid toeneemt, zal dit een sterker positief effect hebben op de psychische gezondheid van zzp'ers dan op werknemers.

2.4.1.2. Homogeniteit

Homogeniteit wordt omschreven als de mate van overeenkomstige demografische kenmerken van de verschillende mensen in een netwerk (zoals leeftijd, geslacht, sociaal economische status, etniciteit etc.) en is het tweede begrip dat overeenkomt in beide bronnen. Hoe meer de demografische kenmerken in een netwerk overeenkomen, des te homogener een netwerk. In dit onderzoek ligt de focus niet op de mate van diversiteit in een netwerk. De link tussen de mate van overeenkomstige demografische kenmerken, sociale steun en psychische gezondheid is in de literatuur niet naar voren gekomen.

2.4.1.3. Directionaliteit

Directionaliteit ('directionality' vertaald) gaat over de machtsverhouding(en) binnen een netwerk of tussen mensen (Heaney & Isreal, 2008). Sociale beïnvloeding is net als sociale steun een functie van het sociale netwerk. In dit onderzoek ligt de focus op sociale steun en niet op sociale beïnvloeding. Daarom zal *directionaliteit* niet opgenomen worden in dit onderzoek.

2.4.1.4. Grootte

De *grootte* (of ook wel het bereik) van een sociaal netwerk is een begrip dat alleen Berkman & Glass (2000) benoemen. Bij de grootte van een sociaal netwerk kijkt men naar de hoeveelheid verbanden of relaties die iemand heeft. De relevantie van de grootte van het netwerk uit zich in wat je eruit kan halen (bufferings-effect). Uit een groter netwerk kan bijvoorbeeld ook meer steun gehaald worden (Bloom, 1990). Het effect op de psychische gezondheid van netwerk grootte is weinig onderzocht. Voornamelijk op het gebied van ouderen is er onderzoek gedaan naar netwerk grootte als invloed op psychische gezondheid. Zo blijkt dat wanneer er sprake is van een klein netwerk, er gezocht wordt naar uitbreidingen van het netwerk om de psychische gezondheid te waarborgen (van Tilburg, 1998).

Als de netwerken van werknemers en zzp'er bekeken worden, zijn er in eerste instantie verschillen in het professionele netwerk. Werknemers maken deel uit van een bedrijf, zzp'ers niet. Wellicht dat het deel uitmaken van een bedrijf ook betekent dat een werknemer sneller een groter netwerk heeft, omdat de werknemer automatisch te maken heeft met collega's en leidinggevend en daar mee samen moet werken. Bij een groter netwerk kan er niet alleen meer steun uit gehaald worden, maar wordt de kans op meer professionele contacten (waaronder bijvoorbeeld nieuwe klanten) ook groter. Zeker voor een zzp'er is dit van essentieel belang. Daarom is de volgende hypothese opgesteld:

H3: Naarmate het netwerk groter is, zal de psychische gezondheid van zzp'ers positiever toenemen dan van werknemers.

2.4.1.5. Geografische afstand

De letterlijke afstand tussen twee mensen is *geografische afstand*. In hoeverre mensen bij elkaar in de buurt wonen kan mogelijk bepalend zijn voor de band die zij hebben of voor de frequentie of type sociale steun die zij kunnen geven. Op die manier kan er een effect zijn van geografische afstand op psychische gezondheid. Er is hier dus geen sprake van een directe

invloed van geografische afstand op psychische gezondheid (main-effect), maar van een effect dat mogelijk loopt via sociale steun (bufferingseffect). Met de huidige technologische ontwikkelingen is het gemakkelijker om elkaar te bereiken en op die manier worden afstanden (letterlijk en figuurlijk) kleiner. Heaney & Israel (2008) gaan niet veel verder in op dit kenmerk van het sociale netwerk en hoe dit werkt. Daarnaast is geografische afstand niet los te zien van online/offline sociale steun. Het blijkt bijvoorbeeld dat voor zzp'ers offline netwerken een stuk beter werkt (markteffect.nl, 2015). Vele factoren als offline/online steun en andere technologische ontwikkelingen maken dat er een onderzoek op zich besteed kan worden aan geografische afstand en sociale steun. Daarom zal geografische afstand in dit onderzoek niet meegenomen worden.

2.4.1.6. Netwerk in een netwerk

Gebondenheid kijkt in hoeverre de relaties gebaseerd zijn op traditionele groepsstructuren (denk bijvoorbeeld aan een kerk of vakbond) (Berkman & Glass, 2000). Dit komt overeen met de term *formaliteit* van Heaney & Isreal (2008). Formaliteit is namelijk geformuleerd als de mate waarin een sociale relatie gebaseerd is op formele organisationele of institutionele structuren. Het verschil is echter waar deze term geplaatst is door beide bronnen: Individueel/dyadisch of structureel/structuur in het geheel. Dit is te verklaren doordat gebondenheid en formaliteit termen zijn die tussen deze twee niveaus of soorten kenmerken van een sociaal netwerk vallen. Het is namelijk niet op macro (structureel) of micro (individueel) niveau, maar daartussen op meso-niveau. Formaliteit en gebondenheid zijn beide termen die samengevat kunnen worden als een *netwerk in een netwerk*.

Voor zowel werknemers als zzp'ers geldt dat zij lid kunnen zijn van een kerk of een vakbond. Het verschil tussen werknemers en zzp'ers is dat werknemers door hun arbeidsvorm automatisch deel zijn van een organisatie/bedrijf (dus een netwerk in een netwerk) en zzp'ers niet. Andersom kan gesteld worden dat zzp'ers door hun arbeidsvorm een netwerk in een netwerk missen. In lijn met Durkheim's theorie kan er gesteld worden dat wanneer iemand deel uitmaakt van een netwerk in een netwerk, diegene een sterkere mate van integratie ervaart waardoor de psychische gezondheid ook hoger is. Echter, het kan ook van een andere kant bekeken worden. Zzp'ers hebben niet te maken met een bepaalde mate van hiërarchie zoals werknemers dat wel hebben. In iedere organisatie of bedrijf is er sprake van een bepaalde mate van hiërarchie. Er zijn verschillende lagen van leidinggevend en werknemers. Benz & Frey (2006) zeggen dat mensen die voor zichzelf werken een betere

psychische gezondheid ervaren doordat zij niet te maken hebben met hiërarchische besluitvorming. In dat onderzoek is niet gekeken of de mensen die voor zichzelf werken deel uitmaken van een netwerk in een netwerk. Ook al hebben zij niet te maken met hiërarchische besluitvorming, zij staan op zichzelf en zoeken andere zzp'ers op als een soort vervanging voor collega's (SER, 2010). Het aansluiten bij een vereniging/vakbond geeft snel en gemakkelijk toegang tot een netwerk van bijvoorbeeld andere zzp'ers. De volgende hypothese zal daarom getoetst worden:

H4: Zzp'ers aangesloten bij een netwerk in een netwerk hebben een hogere psychische gezondheid dan zzp'ers die niet aangesloten zijn bij een netwerk in een netwerk en dan werknemers.

2.4.2. Sociale steun

Nu de termen van de structurele kenmerken en de structuur in zijn geheel zijn toegelicht en vergeleken zijn, zullen ook de termen van de individuele kenmerken en de dyadische structuur toegelicht en vergeleken worden. De kenmerken van de dyadische structuur en de individuele kenmerken komen overeen met de kenmerken van sociale steun. Sociale steun wordt gezien als een van de functies of bronnen van een sociaal netwerk (Thoits, 2011; Berkman & Glass, 2000; Heaney & Israel, 2008). De termen die besproken zullen worden en de aansluitende hypothesen zijn daardoor gebaseerd op het bufferings-effect. Sociale steun vanuit het netwerk kan ervoor zorgen dat potentiële stressvolle gebeurtenissen als minder stressvol gezien worden waardoor de psychische gezondheid gewaarborgd blijft. Sociale steun werkt dan als een buffer bij de dagelijkse ervaren stress (Thoits, 2011). Cobb (1976) ziet sociale steun als informatie die ertoe leidt dat een individu zich geliefd, om bekommerd, op waarde geschat, tot een community behorend en wederzijds verbonden voelt.

Voornamelijk de emotionele kant van sociale steun wordt belicht. Lin (1979, p. 103) hanteert een iets bredere definitie: "*Social support may be defined as support accessible to an individual through social ties to other individuals, groups and the larger community*". Deze definitie past goed bij dit onderzoek, aangezien voor werknemers en zzp'ers niet alleen emotionele steun van belang is, maar bijvoorbeeld ook steun in de vorm van informatie of feedback op professioneel gebied.

2.4.2.1. Type steun

In Berkman & Glass (2000) en Heaney & Israel (2008) worden een aantal termen gebruikt die veel met elkaar samenhangen. Frequentie van contact, multiplexiteit, duratie, complexiteit en intensiteit zijn kenmerken bij de relatie tussen twee personen (zie schema 1). *Frequentie van contact* betekent het aantal keer dat twee mensen binnen een bepaalde tijd contact met elkaar hebben (Berkman & Glass, 2000). Dit kan persoonlijk zijn, maar ook per telefoon of mail. *Multiplexiteit* is de uitwisseling van transacties of steun tussen twee mensen, gekeken naar aantal en type (Berkman & Glass, 2000). Het aantal jaar dat twee mensen elkaar kennen is de *duratie* van een relatie. Complexiteit en intensiteit zijn begrippen afkomstig van Heaney & Israel (2008). *Complexiteit* is de verschillende types steun en transacties die uitgewisseld kunnen worden tussen twee mensen. Bij de term intensiteit lijken een aantal van bovenstaande begrippen samen te komen. *Intensiteit* wordt gedefinieerd als de mate van emotionele afstand tussen twee mensen. Berkman & Glass (2000) zeggen dat duratie en frequentie van contact bepalend zijn voor de intensiteit van een relatie. Zij zeggen namelijk dat hoe langer de duratie en hoe hoger de frequentie van een relatie zijn, hoe hoger de intensiteit is.

Bij zowel multiplexiteit en complexiteit kijkt men naar het type steun of transactie die uitgewisseld wordt tussen twee mensen. In de literatuur worden types sociale steun op verschillende manieren gedefinieerd. Zo kan er een onderscheid gemaakt worden tussen expressieve en instrumentele steun (Lin e.a. 1979; 2013). Expressieve steun gaat om het kunnen uiten van emoties naar de ander, het verkrijgen van begrip over problemen en het verifiëren van de elkaars waardigheid. Het zoeken van een baan, iemand die je huis wil schoonmaken of het vinden van een potentiële klant (in het geval van zzp'ers) is instrumentele steun.

Andere onderzoekers maken een iets verfijnder onderscheid. De soorten sociale steun worden benoemd als emotioneel, instrumenteel, expertise ('appraisal' vertaald) en informationeel (House, 1987). Emotionele sociale steun komt overeen met de expressieve sociale steun zoals Lin (1979; 2013) deze beschrijft, maar instrumentele sociale steun is anders gedefinieerd: Het gaat namelijk om hulp bij het doen van boodschappen, koken en schoonmaken. Expertise als sociale steun gaat om het geven van feedback en de hulp bij het maken van keuzes. Het voorzien in advies of informatie voor specifieke behoeften vormt de laatste soort sociale steun, namelijk informationele sociale steun. Om een verfijnder beeld te kunnen geven van hoe sociale steun in elkaar steekt en wat de effecten hiervan zijn, zal gekozen worden voor de vierdeling van sociale steun zoals House (1987) deze heeft opgesteld.

Bij deze types steun wordt tevens duidelijk dat ook hier intensiteit zoals Heaney & Israel (2008) deze hebben gedefinieerd terugkomt. Bij een hoge mate van emotionele steun is de emotionele afstand kleiner en daardoor de intensiteit van deze relatie hoger.

Naast intensiteit en emotionele steun is het zeker voor werknemers en zzp'ers van belang om te kijken naar de andere soorten steun. In het geval van zzp'ers kan bijvoorbeeld informationele steun van grote waarde zijn voor het waarborgen van hun psychische gezondheid. Dit type steun hoeft echter niet voort te komen uit een relatie met een hoge intensiteit, maar kan bijvoorbeeld ook uit een zakelijke relatie met een andere zzp'er voortvloeien.

2.4.2.1.1. Type steun en dichtheid

Het bufferings-effect stelt dat er vanuit het sociale netwerk sociale steun gehaald wordt en dat er op die manier een effect is op de psychische gezondheid. Het sociale netwerk heeft een aantal kenmerken die bepalend kunnen zijn voor het type sociale steun dat men eruit haalt. Een van die kenmerken is dichtheid. Bij dichtheid is er een onderscheid gemaakt tussen strong en weak ties (Granovetter, 1973). Strong ties worden gekenmerkt door een emotioneel verband met de ander en weak ties zijn verbanden met een praktisch nut. Daarnaast blijken strong ties eerder steunend te zijn dan weak ties (Wellman, 1992). Het praktisch nut van weak ties kan echter zeer van belang zijn voor zzp'ers. Deze ties vergroten namelijk de mogelijkheden van een persoon en de informatie 'flow' (Granovetter, 1973).

De vier types sociale steun zijn te linken aan het type tie. Emotionele steun is onderdeel van een strong tie. Informationele steun en expertise steun zijn meer praktische vormen van steun en daarom te linken aan weak ties. Alhoewel instrumentele steun praktisch is, heeft dit wel te maken met dagelijkse bezigheden als koken en schoonmaken. Dit wijst op een meer intieme relatie als deze vorm van steun uitgewisseld wordt en daarom zal instrumentele steun hoogstwaarschijnlijk eerder bij een strong tie uitgewisseld worden. Voor de vergelijking tussen werknemers en zzp'ers is eerder gesteld dat strong ties (hoge dichtheid) voor zowel werknemers als zzp'ers van positieve invloed zijn op de psychische gezondheid en dat weak ties (lage dichtheid) voornamelijk belangrijk zijn voor de psychische gezondheid van zzp'ers. Op basis daarvan kunnen er een aantal hypothesen betreffende hoge/lage dichtheid en de vier types steun opgesteld worden:

H5a: Naarmate de hoge dichtheid toeneemt, zal er een toename zijn in emotionele steun, waardoor de psychische gezondheid van zowel werknemers als zzp'ers positief toeneemt.

H5b: Naarmate de hoge dichtheid toeneemt, zal er een toename zijn in instrumentele steun, waardoor de psychische gezondheid van zowel werknemers als zzp'ers positief toeneemt.

H5c: Naarmate de lage dichtheid toeneemt, zal er een afname zijn in expertise steun, waardoor de psychische gezondheid van zzp'ers negatiever toeneemt dan bij werknemers.

H5d: Naarmate de lage dichtheid toeneemt, zal er een afname zijn in informationele steun, waardoor de psychische gezondheid van zzp'ers negatiever toeneemt dan bij werknemers.

2.4.2.1.2. Type steun en grootte

Een ander kenmerk van het sociale netwerk, grootte, is ook een kenmerk dat van invloed is op sociale steun. Zoals beschreven (in paragraaf 1.4.1.4.) uit zich dit voornamelijk in de hoeveelheid sociale steun die men eruit haalt. De grootte heeft niet per definitie invloed op het type steun. Daarom zal de link tussen grootte en type steun niet gemaakt worden. Het bufferingeffect van grootte en sociale steun op de psychische gezondheid van werknemers en zzp'ers zal door middel van hypothese 3 getoetst worden.

2.4.2.1.3. Type steun en netwerk in een netwerk

Het deel uitmaken van een netwerk in een netwerk kan voor zzp'ers bepalend zijn voor de psychische gezondheid, zoals gesteld bij hypothese 4. Een netwerk in een netwerk kan verschillende types sociale steun bieden en daardoor de psychische gezondheid bevorderen. Het effect van een netwerk in een netwerk op type steun is niet per definitie aanwezig. Elk type steun kan aanwezig zijn. Echter, aangezien het gaat om een professioneel netwerk in een netwerk, is de verwachting dat expertise steun en informationele steun eerder uit een netwerk in een netwerk gehaald worden dan emotionele steun en instrumentele steun. Dit leidt tot de volgende hypothese:

H6: Wanneer zzp'ers deel uitmaken van een netwerk in een netwerk zullen de expertise –en instrumentele sociale steun toenemen, waardoor de psychische gezondheid zal toenemen.

2.4.2.2. Reciprociteit

De eerste term over de relatie tussen twee mensen die in het schema (zie schema 1, blz. 13) staat en ook een kenmerk van sociale steun is, is *reciprociteit*. Reciprociteit is de mate van balans van het geven en nemen van bronnen en steun tussen twee mensen (Berkman & Glass, 2000; Heaney & Isreal: 2008). Ook wel de mate van wederkerigheid genoemd. Deze

wederkerigheid is belangrijk in een relatie en tevens een kenmerk van sociale steun. Elke relatie is gebaseerd op een sociaal of economisch principe. Een uitwisseling die sociaal van aard is, is gebaseerd op het vertrouwen dat bijvoorbeeld de gegeven steun op een bepaald punt in de toekomst wordt teruggeven (Blau, 1964). Deze assumptie dat er een geven en nemen balans is tussen mensen geldt uiteraard ook voor zzp'ers en werknemers.

2.4.2.2.1. Reciprociteit en dichtheid

Plickert, Coté & Wellman (2007) zeggen dat reciprociteit voornamelijk aanwezig is bij strong ties en niet of in mindere mate bij weak ties. Dit hoeft echter niet te betekenen dat weak ties helemaal geen reciprociteit kunnen bevatten. Wanneer er meer sprake is van reciprociteit, dan is dit bevorderlijk voor de psychische gezondheid (Takizawi e.a., 2006).

Bij zzp'ers wordt verwacht dat een lage dichtheid bevorderlijker is voor de psychische gezondheid dan voor werknemers (zie paragraaf 1.4.1.1). Een lage dichtheid met een lage mate van reciprociteit zal daarom wellicht minder effect hebben op zzp'ers dan op werknemers. Dit leidt tot de volgende hypothese:

H7: Naarmate de lage dichtheid toeneemt met als effect dat de reciprociteit afneemt, dan zal dit een sterker negatief effect hebben op de psychische gezondheid van werknemers dan zzp'ers.

2.4.2.2.2. Reciprociteit en grootte

Het kenmerk grootte is via het bufferingseffect van invloed op psychische gezondheid (zie paragraaf 1.4.1.4.). De grootte is mogelijk bepalend voor de hoeveelheid sociale steun die werknemers en zzp'ers uit hun netwerk halen. Grootte bleek niet zozeer bepalend voor het type sociale steun en dit geldt ook voor reciprociteit. De grootte van een netwerk is niet bepalend voor de mate van reciprociteit. Er zal daarom geen hypothese opgesteld worden.

2.4.2.2.3. Reciprociteit en netwerk in een netwerk

Het netwerk in een netwerk, waar in dit onderzoek over gesproken wordt, is een professioneel netwerk in een netwerk bestaande uit andere zzp'ers of collega's en leidinggevenden. De verwachting bij een netwerk in een netwerk bestaande uit andere zzp'ers is dat dit meer om samenwerking op gelijke voet gaat. Binnen het professionele netwerk in een netwerk van werknemers is meer sprake van hiërarchie. Het feit dat er lagen leidinggevenden en werknemers zijn geeft een andere perceptie van reciprociteit dan een samenwerkingsverband

op gelijke voet. De aanwezigheid van reciprociteit in een netwerk in een netwerk zal belangrijker zijn voor zzp'ers. Zij delen hun kennis en expertise in dit netwerk en zijn aangesloten om zelf ook meer kennis en expertise op te doen. Het elkaar helpen en uitwisselen van expertise en informatie is een vorm van reciprociteit. Er wordt daarom vanuit gegaan dat er ook via reciprociteit een positief effect is op de psychische gezondheid. Dit leidt tot de volgende hypothese:

H8: Een netwerk in een netwerk heeft een positief effect op de mate van reciprociteit waardoor de psychische gezondheid van zzp'ers aangesloten bij een netwerk hoger is dan voor werknemers.

2.5. Samenvatting theoretisch kader

In de voorgaande paragrafen is de theorie besproken omtrent sociale netwerken, sociale steun en psychische gezondheid. In schema 1 (blz. 13) is een overzicht te zien van de theoretische begrippen en de verschillende effecten en in schema 2 (blz. 24) zijn de relevante kenmerken en hun effecten weergegeven. Het effect van het sociale netwerk van werknemers en zzp'ers kan op twee manieren van invloed zijn op de psychische gezondheid, namelijk direct (main-effect) en indirect via sociale steun (bufferings-effect). Voor de kenmerken van het sociale netwerk zijn een aantal hypothesen opgesteld. Voor dichtheid wordt er verwacht dat een hoge dichtheid voor zowel werknemers als zzp'ers bevorderend werkt voor de psychische gezondheid (H1). Een toename in lage dichtheid zal een sterkere positieve invloed hebben op zzp'ers dan op werknemers (H2). Zzp'ers hebben baat bij deze lage dichtheid omdat dit hen informatie en kansen op werk geeft. Werknemers hebben dit niet op deze manier nodig voor hun werk. Dit zijn beiden hypothesen die verlopen via het main-effect. De hypothese voor grootte loopt via het bufferings-effect. Grootte kan wellicht bepalend zijn voor de toegang tot of kansen op sociale steun. Hoe groter het netwerk, hoe groter de kans op sociale steun. Dit zal voor zowel werknemers als zzp'ers gelden, maar de verwachting is dat het effect sterker zal zijn voor zzp'ers (H3). Wederom omdat dit kansen geeft op werk. Of iemand deel uitmaakt van een netwerk in een netwerk, zoals een netwerk van collega's en leidinggevenden of een netwerk van bijvoorbeeld andere zzp'ers, kan bepalend zijn voor de psychische gezondheid. Wanneer men deel uit maakt van zo'n netwerk kan dit het gevoel van integratie zoals Durkheim (1951) dit beschreven heeft vergroten. Het verschil tussen werknemers en zzp'ers ligt in het feit dat werknemers te maken hebben met een hogere mate van hiërarchie dan zzp'ers. Werknemers maken namelijk deel uit van een bedrijf met lagen van werknemers

en leidinggevend en zzp'ers kiezen voor een netwerk waar op basis van samenwerking gewerkt wordt. Hierdoor zal de psychische gezondheid bij zzp'ers die zijn aangesloten bij een netwerk in een netwerk hoger zijn dan dat van werknemers (H4).

Het bufferings-effect verloopt via sociale steun. Sociale steun kent hierin vier soorten: Emotioneel, instrumenteel, expertise en informatieel (House, 1987). Er zal een pad lopen via de kenmerken van het sociale netwerk, naar de types steun om zo een invloed te hebben op de psychische gezondheid van werknemers en zzp'ers. Verwacht wordt dat een hoge dichtheid meer emotionele support en meer instrumentele support geeft waardoor de psychische gezondheid bevordert (H5a en H5b). Een afname of afwezigheid van lage dichtheid zal wellicht tot gevolg hebben dat ook de expertise en de informatiele steun afneemt. Dit is voornamelijk voor zzp'ers niet bevorderend voor de psychische gezondheid (H5c en H5d). Wat wel bevorderend is voor de psychische gezondheid van de zzp'er is het aangesloten zijn bij een netwerk in een netwerk. Dit omdat dit netwerk zzp'ers kan steunen op expertise en informatieel gebied (H6). Het kenmerk reciprociteit van sociale steun heeft ook een tweetal hypothesen voortgebracht. Een lage dichtheid zal mogelijk zorgen voor een lage mate van reciprociteit en dit effect zal sterker zijn voor de psychische gezondheid van werknemers dan voor zzp'ers (H7). Verder zal het deelnemen aan een netwerk in een netwerk een positieve invloed hebben op de hoeveelheid expertise en informatiele steun voor zzp'ers (H8).

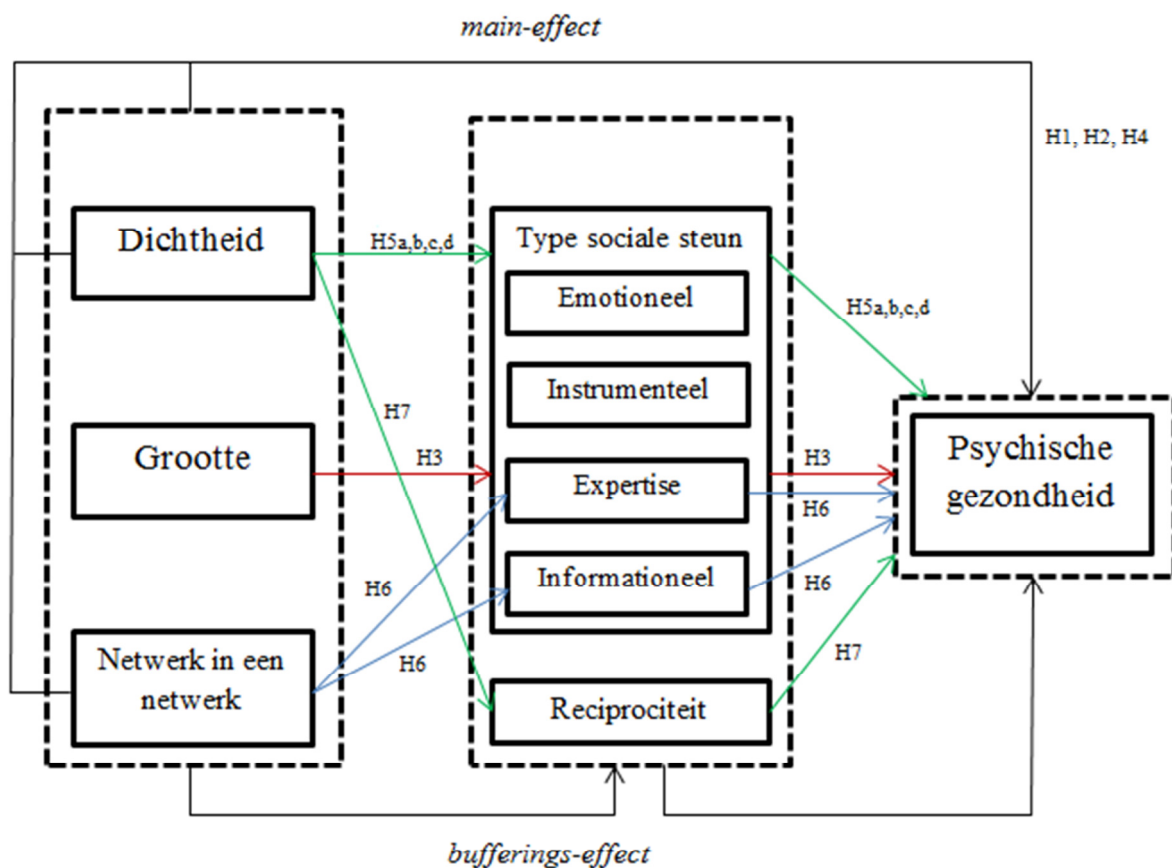
2.6. Empirische vraagstelling

Voor zzp'ers is het belangrijk om te investeren in hun sociale netwerk voor het werven van klanten en samenwerkingsverbanden (ikwordzzper.nl, 2015). Aangezien deze vorm van arbeid is toegenomen trekt dit de aandacht van het bedrijfsleven, de overheid en beleidsmakers (CBS, 2012). Daarnaast is er een toenemende focus op de psychische gezondheid van de werkende mens. Deze focus ligt echter op de werknemer en niet zozeer op de zzp'er. Dit terwijl de arbeidsgerelateerde risico's voor zzp'ers en werknemers vergelijkbaar zijn (CBS, 2012).

Niet alleen voor zzp'ers, maar ook voor werknemers geldt dat zij een sociaal netwerk hebben. Durkheim (1951) legde een fundament voor veel onderzoek naar de invloed van het sociale netwerk op de psychische gezondheid. Toegepast op arbeid hebben Bourbonnais (2006) en Vahtere (2000) met hun onderzoeken aangetoond dat de aanwezigheid van leidinggevend en collega's van positieve invloed is op de psychische gezondheid van werknemers. Zzp'ers

hebben geen collega's of leidinggevendenden, maar zij zoeken wel naar vergelijkbare relaties. Zo leggen zij bijvoorbeeld contact met andere zzp'ers (SER, 2010). Verder is er relatief weinig bekend over zzp'ers, hun sociale netwerk en de invloed daarvan op de psychische gezondheid. Cohen (2004) toont aan dat de invloed van het sociale netwerk onder andere van directe invloed is op de psychische gezondheid en Thoits (2011) en Berkman & Glass (2000) laten zien dat deze invloed voornamelijk indirect via sociale steun verloopt. De psychische gezondheid van zzp'ers en werknemers kan dus via sociale steun uit hun sociale netwerk beïnvloed worden.

Met de besproken kenmerken van het sociale netwerk en sociale steun in het achterhoofd leidt het bovenstaande tot de volgende onderzoeksvraag: *In hoeverre is het sociale netwerk en de sociale steun van invloed op de psychische gezondheid van zzp'ers en werknemers en hoe verschilt deze invloed tussen zzp'ers en werknemers?*



Schema 2. *Conceptueel model.*

3. Data en methoden

3.1. Inleiding

Vanuit de theorie zijn er een aantal hypothesen opgesteld. Het werken met hypothesen is een kenmerk van een kwantitatieve benadering binnen wetenschappelijk onderzoek. Met kwantitatief onderzoek kunnen namelijk de verwachte effecten van de verschillende factoren gemeten worden. Binnen onderzoek naar sociale netwerken is kwantitatief onderzoek ook vrij gebruikelijk.

Om de hypothesen te toetsen is er data nodig. Om de stap van theorie naar dataverzameling te maken dienen de theoretische begrippen geoperationaliseerd te worden. In de paragraaf ‘Operationalisering’ zullen de keuzes voor dit onderzoek en de uitvoering ervan toegelicht worden. Dit onderzoek heeft geen gebruik gemaakt van een bestaande database, maar getracht de data zelf te verzamelen door middel van een online vragenlijst (zie toelichting hiervan in paragraaf ‘Dataverzameling’). De verzamelde data dienen verwerkt en klaargemaakt te worden voor de analyses. In de paragraaf ‘Variabelen’ is te lezen hoe dit gedaan is. Verder is er op basis van het conceptuele model een keuze gemaakt voor de soort analyses die gebruikt zullen worden om de hypothesen te toetsen (zie paragraaf ‘Analyse’).

3.2. Operationalisering

Aangezien er vrijwel geen data beschikbaar is op het gebied van sociale netwerken, sociale steun en psychische gezondheid van zzp'ers, is er gekozen om deze data zelf te verzamelen. De data is door middel van een online vragenlijst verzameld. Er is gekozen voor een vragenlijst aangezien dit een instrument is dat veel gebruikt wordt voor causale verklaringen (Boeijs, 't Hart & Hox, 2009). Voor het opstellen van de vragenlijst is er gekeken naar verschillende wetenschappelijke bronnen en andere gevalideerde vragenlijsten. Per theoretisch begrip zal toegelicht worden hoe de vragen in de vragenlijst tot stand zijn gekomen en welke bronnen daarvoor gebruikt zijn. In totaal kon de respondent voor maximaal 20 personen (maximaal 10 bij het privé netwerk en maximaal 10 bij het professionele netwerk) een standaard set vragen invullen.

3.2.1. Psychische gezondheid

Voor het meten van de psychische gezondheid zijn een aantal meetinstrumenten. Voorbeelden hiervan zijn de RAND Mental Health Inventory (MHI), de Affect Balance Scale (ABS) en de General Health Questionnaire (GHQ) (nationaalkompas.nl, 2015). Zowel de MHI als de ABS

is bedoeld om de alledaagse psychische gezondheid te meten, niet om psychische stoornissen op te sporen. De GHQ kan echter aanleiding geven tot verder psychiatrisch onderzoek om een diagnose vast te stellen. In dit onderzoek gaat het om de dagelijkse psychische gezondheid, niet om het eventueel opsporen of voorspellen van psychische stoornissen. Daarom zijn de MHI en de ABS tegen elkaar afgewogen als instrument voor dit onderzoek. Beiden zijn relatief korte vragenlijsten en vragen naar zowel negatieve als positieve gevoelens van de respondenten. Een kritiekpunt op de MHI is dat dit geen internationaal vergelijkbaar ‘cut-off’ punt heeft (Hoeymans, Garssen, Westert en Verhaak, 2004). Een cut-off punt (of ook wel een afkappunt) betekent dat er een punt op de schaal is waarvan men kan zeggen dat een respondent psychisch gezond of ongezond is. Voor de MHI in Nederland geldt bijvoorbeeld dat wanneer mensen op een schaal van 100 boven de 60 scoren ze psychisch gezond zijn. Dit onderzoek vindt plaats binnen Nederland, dus een internationaal vergelijkbaar afkappunt is geen vereiste. Een veel gehoorde kritiek over de ABS is dat voornamelijk de vragen naar positieve gevoelens niet valide en betrouwbaar zijn (nationaalkompas.nl, 2015). De voorkeur gaat daarom niet uit naar de ABS, maar naar de MHI als instrument voor het meten van psychische gezondheid. Daarnaast wordt de MHI-5 sinds 2001 gebruikt door het CBS om de psychische gezondheid onder de Nederlandse bevolking te meten.

De versie van de MHI met 5 vragen zal gebruikt worden voor dit onderzoek. Deze vragenlijst bestaat uit de volgende vragen: “Voelde u zich erg zenuwachtig?”, “Zat u zo erg in de put dat niets u kon opvrolijken?”, “Voelde u zich kalm en rustig?”, “Voelde u zich neerslachtig en somber?”, “Voelde u zich gelukkig?”. Door middel van een Likert-schaal kunnen deze vragen beantwoordt worden. De antwoordmogelijkheden zijn: voortdurend, meestal, vaak, soms, zelden en nooit. Bij de positief geformuleerde vragen is er aan iedere antwoordmogelijkheid een score verbonden. “Voortdurend” heeft een score van 5, “meestal” een score van 4 et cetera tot en met “nooit” (score van 0). Voor de negatief gestelde vragen is dit andersom: “Voortdurend” heeft hier een score van 0 en “nooit” een score van 5. De scores worden opgeteld en vermenigvuldigd met 4. Op deze manier krijgen respondenten een score variërende van 0 tot 100 (CBS.nl, 2015).

3.2.2. Dichtheid

In dit onderzoek is gebruik gemaakt van een ego-centrisch perspectief. Dit houdt in dat er vanuit het individu gekeken wordt naar zijn of haar sociale netwerk. Dichtheid is daarom verdeeld op basis van strong –en weak ties. Strong ties staan voor een hoge dichtheid en weak

ties staan voor een lage dichtheid. Er zijn een aantal indicatoren die bepalen of iemand een strong of weak tie is. Zo kan er gekeken worden naar ‘acquaintance’ (is iemand een buurman, vriend/vriendin, kennis of levenspartner), de frequentie van contact, de duratie van de relatie, reciprociteit en de mate van emotionele intensiteit (Marsden & Campbell, 2001).

Voornamelijk emotionele intensiteit lijkt van belang bij het bepalen van de relatie-sterkte (Marsden & Campbell, 2001).

Ter controle zijn alle indicatoren opgenomen in de vragenlijst. Voor het meten van ‘acquaintance’ is gebruik gemaakt van de vraag “Wat voor relatie heeft u met deze persoon?”. De antwoordmogelijkheden hierbij zijn: Levenspartner, vriend/vriendin, kennis, buurman/vrouw.

De frequentie van contact is opgedeeld in face-to-face contact, contact via telefoon/skype en contact via geschreven woord. Bij iedere vorm van contact kon men aangeven hoe vaak men contact heeft door te kiezen uit de antwoordmogelijkheden: Dagelijks, tenminste een keer in de week, 2 a 3 keer in de maand, zelden, nooit. Deze antwoordmogelijkheden zijn overgenomen uit de European Quality of Life Survey (EQLS, 2012), waar respondenten ook gevraagd wordt naar hun contactmomenten. De opdeling in face-to-face, telefoon/skype en geschreven woord contact komt ook voort uit deze survey.

Door de vraag “Hoelang kent u deze persoon?” op te nemen in de vragenlijst kan de duratie van de relatie in kaart gebracht worden.

Emotionele intensiteit kan op een aantal manieren gemeten worden, maar de meest gebruikte is het geven van emotionele steun (Marsden & Campbell, 2001). De operationalisering van emotionele steun zal verderop in dit hoofdstuk toegelicht worden. Dit geldt tevens voor de indicator reciprociteit.

3.2.3. Grootte

In de literatuur worden vele manieren gebruikt om te vragen naar de grootte van het netwerk. In dit onderzoek wordt een onderscheid gemaakt tussen het privé netwerk en het professionele netwerk. Daar is de vraagstelling ook op aangepast. Aan het begin van de vragenlijst is dit onderscheid toegelicht. Als basis is de vraag uit de GSS 2014 genomen: “*On average, about how many people do you have contact with in a typical weekday, including people you live with. We are interested in contact on a one-to-one basis, including everyone with whom you chat, talk, or discuss matters. This can be face-to-face, by telephone, by mail or on the internet. Please include only people you know.*” Dit is vertaald naar: “*Gemiddeld genomen, met hoeveel personen heeft u contact als u kijkt naar een typische week in het afgelopen jaar?*”

Hiermee bedoelen wij personen die u een-op-een gezien of gesproken heeft en met wie u chat, praat of dingen bespreekt. Inclusief mensen waarmee u samenleeft. Noem alleen mensen die u zelf kent en die ouder zijn dan 18.” Deze vraag is opgesteld om te vragen naar het privé netwerk van personen. Voor de vraag naar het professionele netwerk is de vraag aangepast. In plaats van te vragen naar een typische week, wordt er gevraagd naar mensen waarmee de respondent contact heeft (gehad) via werk het afgelopen jaar.

3.2.4. Netwerk in een netwerk

Om erachter te komen of een zzp’er deel uitmaakt van een netwerk in een netwerk op professioneel gebied is allereerst gevraagd bij hoeveel netwerken men aangesloten is. Daarnaast zijn de kenmerken van een sociaal netwerk ook over dit netwerk gevraagd. De grootte, wat men eruit haalt aan sociale steun en de mate van reciprociteit.

3.2.5. Type sociale steun

Vanuit de theorie zijn er vier soorten sociale steun: Emotioneel, instrumenteel, expertise en informationeel. Deze vier soorten zijn duidelijk gespecificeerd in meerdere bronnen (zie House, 1978; Thoits, 2011; Berkman & Glass, 2000; Heaney & Israel, 2008). Emotionele steun wordt gekenmerkt door het hebben van openhartige gesprekken en je emotioneel kunnen uiten. Instrumentele sociale steun wordt gekenmerkt door hulp bij bijvoorbeeld boodschappen, koken en schoonmaken (Berkman & Glass, 2000). Hulp bij het maken van keuzes en het krijgen van feedback zijn kenmerken van expertise steun. Informationele steun betreft het krijgen van specifieke informatie of advies (Berkman & Glass, 2000). Door stellingen is gevraagd aan de respondent in hoeverre zij een bepaald type steun van een persoon in hun netwerk ontvangen (‘Ik kan mijn emoties uiten en heb openhartige gesprekken’, ‘Ik krijg hulp bij bezigheden als boodschappen, koken en schoonmaken’, ‘Ik krijg feedback en hulp bij het maken van keuzes’, ‘Ik krijg specifieke informatie en advies (over bijvoorbeeld werkzaamheden)’). Deze stellingen konden beantwoord worden door middel van een Likert-schaal: Helemaal oneens, beetje oneens, niet eens of oneens, beetje eens, helemaal eens. Deze manier van vragenstellen is gebaseerd op de Norbeck Social Support Questionnaire (NSSQ, 1981) waar ook gebruikt gemaakt wordt van de Likert-schaal bij de antwoordmogelijkheden.

3.2.6. Reciprociteit

De vragen voor het meten van reciprociteit zijn afgeleid van een onderzoek van Maximiano (2012). Uit dit onderzoek bleek dat deze vragen naar het perspectief op reciprociteit goede voorspellers zijn voor het gedrag van de respondent omtrent reciprociteit. Deze vragen zijn daarom uiterst geschikt geacht en in dit onderzoek opgenomen. De vragen in het onderzoek waren: *“If someone does something that is beneficial to me, then I am prepared to return a favor, even when this was not agreed upon in advance”* en *“If I do something that is beneficial for someone else, then I expect that person to return a favor”* (Maximiano, 2012). Deze zijn opgenomen in de vragenlijst als volgt: *“Als deze persoon mij steunt op welke manier dan ook, dan ben ik bereid deze persoon ook steun te verlenen, ook al is dit van tevoren niet afgesproken”* en *“Als ik deze persoon steun verleen, dan verwacht ik dat deze persoon mij ook steunt”*. Deze twee vragen zijn bij ieder persoon waar de respondent vragen over invult, gesteld.

3.3. Pilot vragenlijst

Om de vragenlijst te testen voordat deze uitgezet werd, zijn een aantal personen gevraagd om de vragenlijst in te vullen. Het uitzetten van de pilot was om te testen of de vragen goed begrepen werden en de routing juist was. Uit de feedback bleek dat de routing aangepast moest worden. Een werknemer kwam bijvoorbeeld terecht bij vragen bedoeld voor zzp'ers. Daarnaast werd de vragenlijst lang en saai bevonden. Dit laatste kon helaas niet aangepast worden. Bij het uitnodigen van de potentiële respondenten is hier wel rekening mee gehouden door aan te geven hoelang men er wellicht mee bezig was en dat de vragenlijst anders zou kunnen zijn dan men gewend was. In de volgende paragraaf zal de uitzetting van de vragenlijst verder toegelicht worden.

3.4. Dataverzameling

Na het opstellen van de vragenlijst is deze uitgezet via meerdere online kanalen. Voordelen van een internet –of websurvey is dat de antwoorden meteen ingevoerd zijn in de computer en de routing gemakkelijk aangepast kan worden aan de respondent (Boeije e.a., 2009). Tevens is het een manier op tijd te besparen. Wanneer de respondent per telefoon of face-to-face benaderd wordt dan is de interviewer langer bezig met het laten invullen van de vragenlijst dan het geval is bij een websurvey. Dit onderzoek heeft plaatsgevonden met een beperkt tijdsframe, waardoor de websurvey de voorkeur genoot. Doordat de interviewer bij dit soort

vragenlijst niet aanwezig is, kan de respons afnemen. Zodra de interviewer aanwezig is, heeft deze namelijk meer invloed op het overhalen van mensen om toch mee te doen aan het onderzoek (Boeije e.a., 2009). Om dit te ondervangen is er gekozen voor een zogenaamde ‘incentive’, ofwel een beloning. Bij een volledig ingevulde vragenlijst kon men kans maken op een bol.com waardebon ter waarde van twintig euro.

De doelgroep voor dit onderzoek zijn zzp’ers en werknemers. Via het KIZO is er toegang tot een database van e-mailadressen van zzp’ers verkregen. In totaal is er een verzoek tot participatie gestuurd naar 418 e-mailadressen. Voor het bereiken van werknemers is besloten de vragenlijst te plaatsen op Facebook en LinkedIn. In vergelijking tot het aantal zzp’ers is de groep werknemers in Nederland groot. De verwachting was dan ook dat er geen moeilijkheden zouden zijn in het bereiken van de groep werknemers. Aangezien het verspreiden van de vragenlijst via het eigen facebooknetwerk de representativiteit kan schaden is er specifiek gevraagd aan bepaalde personen in dit netwerk of zij de vragenlijst wilden delen in hun netwerk.

Na vier weken bleek de vragenlijst nog niet voldoende respons te hebben. Er is een herinneringsmail naar de e-mailadressen van zzp’ers gestuurd en de vragenlijst is nogmaals verspreid via Facebook en LinkedIn. Daarnaast is het eigen netwerk ingezet. Personen in het eigen netwerk zijn gevraagd de vragenlijst in te vullen en om een aantal andere mensen in hun eigen netwerk de vragenlijst in te laten vullen. Hierbij is aangegeven dat het de wens is zo gevarieerd mogelijk de respondenten uit te kiezen op basis van leeftijd, sekse, opleidingsniveau en de sector waarin zij werkzaam zijn.

Uiteindelijk zijn er 227 reacties gekomen op de vragenlijst, waarvan 55 reacties die de vragenlijst volledig zijn doorlopen en/of hebben ingevuld. Van deze 55 reacties zijn er 25 zzp’er en 30 werknemer. Dit maakt dat de responsrate van de e-mail naar zzp’ers extreem laag ligt, namelijk op 5% (van 418 mails).

3.4. Variabelen

De antwoorden vanuit de vragenlijst zijn niet direct bruikbaar in de analyses die de hypothesen toetsen. Deze dienen te worden getest op een aantal punten, namelijk op de mate van normaalverdeling, homoscedasticiteit en outliers. Om de normaliteit te toetsen zal gebruik gemaakt worden van de Shapiro-Wilk toets. Deze toets is voornamelijk geschikt voor samples met een kleine N (statistics.laerd.com, 2015). Bij een significantie kleiner dan .05 is de variabele afwijkend van een normaalverdeling. Per variabele zal toegelicht worden hoe het

met de waarden staat en hoe de variabelen analyse-klaar zijn gemaakt. Zie bijlage 2 voor de output van SPSS voor de verschillende analyses van de variabelen.

3.4.1. Psychische gezondheid.

In de vragenlijst waren de antwoordmogelijkheden van ‘voortdurend’ (=1) tot ‘nooit’ (=6) gewaardeerd. Dit is omgezet voor de twee positieve vragen (kalm en rustig, gelukkig) naar ‘voortdurend’ (=5) tot ‘nooit’ (=0) en voor de negatieve vragen (somber, in de put, neerslachtig) naar ‘voortdurend’ (=0) tot ‘nooit’ (=5). Vervolgens zijn de scores op de vijf vragen opgeteld en vermenigvuldigd met vier. Dit leidt tot een score tussen de 0 en de 100. Uit Cronbach’s alpha bleek echter dat deze 5-item psychische gezondheid een score had van .34. Dit is erg laag en geeft aan dat deze schaal niet erg betrouwbaar is. Bij het nader analyseren van de 5 items bleek het item somber af te wijken. Na het verwijderen van somber uit de totale schaal steeg de Cronbach’s alpha naar .823. Om deze reden is het item somber weggelaten uit de variabele psychische gezondheid en is het aantal opgetelde vragen vermenigvuldigd met 5.

Bij deze variabele was het niet mogelijk outliers te hebben. Er was wel sprake van missende waarden. Deze missende waarden zijn ‘system missing’ gelaten, aangezien er te veel missende waarden waren om dit op te lossen met bijvoorbeeld gemiddelde substitutie. De assumptie normaliteit is bij deze variabele geschonden met een significantie kleiner dan .05.

3.4.2. Dichtheid

De variabele dichtheid is samengesteld uit de stelling ‘Ik kan mijn emoties uiten en heb openhartige gesprekken’. Dit is een stelling die bepalend is voor een lage of hoge dichtheid. Bij een hoge dichtheid zal de persoon invullen ‘Beetje eens’ (=4) of ‘Helemaal eens’ (=5). Bij een lage dichtheid zal dit ‘Niet eens of oneens’ (=3), ‘Beetje oneens’ (=2) of ‘Helemaal oneens’ (=1) zijn. Bij iedere persoon waarover de respondent de vragen heeft ingevuld staat deze stelling. Om tot de uiteindelijke variabelen ‘lage dichtheid’ en ‘hoge dichtheid’ te komen is er van iedere variabele een dummy gemaakt. Voor hoge dichtheid kregen de antwoordmogelijkheden ‘Helemaal eens’ en ‘Beetje eens’ een score 1, waarbij ‘Niet eens of oneens’, ‘Beetje oneens’ en ‘Helemaal oneens’ een score van 0 kregen. Voor lage dichtheid is dit omgedraaid (helemaal eens en beetje eens = 0, niet eens of oneens, beetje oneens en helemaal oneens = 1). Aangezien sommige respondenten niet per definitie 10 personen tot hun privé of professionele netwerk rekenen, hebben zij ook niet voor iedere persoon deze vraag ingevuld. Dit betekent dat ook als de vragenlijst volledig doorlopen is, er nog steeds een

missende waarde kan zijn. De missende waarden hebben daarom een score van 0 gekregen. Om vervolgens het totaal aan strong en weak ties (=hoge –en lage dichtheid) te bepalen zijn de scores van de dummy's opgeteld. Vervolgens zijn voor de zzp'ers het aantal strong –en weak ties uit hun professionele –en privé netwerk opgeteld. Hetzelfde geldt voor werknemers. In het creëren van variabelen is al een onderscheid gemaakt tussen zzp'ers en werknemers. Voor zzp'ers zijn de weak ties normaal verdeeld, maar de strong ties niet. Voor werknemers is niet voldaan aan de normaliteit assumptie voor zowel weak als strong ties.

3.4.3. Grootte

In de vragenlijst is gevraagd uit hoeveel mensen het privé –en professionele netwerk bestaat. Hier konden respondenten het aantal aangeven per netwerk. Dit is opgeteld om tot een totaal aantal mensen in het netwerk van een zzp'er of werknemer te komen. De missende waarden zijn system missing gelaten. Door het commando EXAMINE is gebleken dat er een aantal outliers waren bij zowel het totaal netwerk van de zzp'ers als de werknemer. Bij de zzp'er lagen er 4 waardes boven de 130 die als extreem zijn aangegeven (170, 208, 210 en 515). Deze zijn teruggebracht tot 130. Verder waren er drie extreme waardes (85, 98 en 155) bij het totaal van het netwerk van de werknemer aangegeven. Deze zijn teruggebracht tot de waarde 80. Wat betreft normaliteit geldt voor zowel zzp'ers als werknemers dat de verdeling niet normaal is.

3.4.4. Netwerk in een netwerk

De hypothese stelt dat het wel of niet aangesloten zijn bij een netwerk in een netwerk bepalend is voor de psychische gezondheid. Vanuit de vraag 'Bij hoeveel netwerken bent u aangesloten?' zijn alle waardes van 1 en hoger gecodeerd met 1 en de rest (inclusief de missende waarden) 0. Aangezien het een dummy-variabele is, is er geen sprake van een normaalverdeling.

3.4.5. Type sociale steun

Bij iedere persoon waarvoor de respondent vragen heeft ingevuld, zijn er stellingen opgesteld voor de vier types steun. Als antwoord op de stelling kon de respondent 'Helemaal oneens' (=1) tot 'Helemaal eens' (=5) kiezen. Hoe hoger de score, hoe meer steun. De missende waarden hebben daarom een 0 gekregen, want dit staat voor geen steun. Uiteindelijk heeft men over maximaal 20 personen de vier stellingen van de vier types steun ingevuld. Deze zijn opgeteld per type steun. Op deze manier is er een totaal van emotionele,

instrumentele, expertise –en informationele steun gecreëerd. Iedere soort steun, behalve instrumentele sociale steun bij zzp'ers, is normaal verdeeld.

3.4.6. Reciprociteit

Voor reciprociteit is het onderzoek van Maximiano (2012) aangehouden. De twee gestelde vragen konden beantwoord worden met een score van 0 tot 5. Deze twee vragen samen opgeteld vormen samen de mate van reciprociteit. Niet bij iedere persoon in de vragenlijst zijn de vragen over reciprociteit ingevuld, omdat de betreffende respondent mogelijk minder dan 10 personen in het privé of professionele netwerk heeft gerekend. Daarom hebben de missende waardes een 0 gekregen. Voor zzp'ers is de variabele reciprociteit normaal verdeeld, voor werknemers niet.

3.4.7. Overig

Om te kijken of de sample representatief is voor de totale populatie is er gevraagd aan de respondenten om hun leeftijd, sekse, opleidingsniveau en sector waarin zij werkzaam zijn in te vullen. De gemiddelde leeftijd tussen werknemers ($M=31,471$) en zzp'ers ($52,917$) verschilt aanzienlijk in deze sample. Dit komt omdat deze groepen daarin ook verschillen. De gemiddelde leeftijd in de zzp populatie ligt hoger dan bij werknemers (CBS, 2014). Meestal worden mensen op latere leeftijd (vanaf 40 jaar) zzp'er (CBS, 2014). De leeftijd in de sample van werknemers ligt echter lager dan het gemiddelde van Nederland. Dit gemiddelde ligt namelijk op 41,1 jaar (CBS, 2014).

Voor de sample geldt dat de man-vrouw verdeling redelijk gelijk ligt. Van de werknemers is 52,4 procent vrouw en 47,6 procent man. Onder zzp'ers is 50,8 procent vrouw en 49,2 procent man. Voor zowel zzp'ers en werknemers geldt dat meer vrouwen werkzaam zijn, terwijl er in de Nederlandse populatie meer mannen werkzaam zijn. Onder werknemers is namelijk 51,9 procent man en 49,1 procent vrouw (CBS Statline, 2015). Dit percentage ligt nog hoger bij zzp'ers. Daar is namelijk 62,7 procent man en 47,3 procent vrouw (CBS Statline, 2015).

Het opleidingsniveau in de sample ligt hoog. Onder zzp'ers heeft 71,8 procent hbo of hoger als hoogst afgeronde opleiding. Voor werknemers is dit 53,4 procent. Volgens het CBS (2014) ligt het opleidingsniveau onder zzp'ers ook hoog. Voor werknemers is dit anders, de gemiddelde werknemer heeft een middelbaar opleidingsniveau (CBS Statline, 2015).

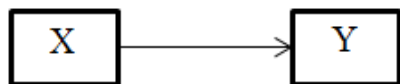
In Nederland werken de meeste zzp'ers in de zakelijke dienstverlening, handel en bouw (CBS, 2014). In de sample werken de meeste zzp'ers in de zorg, welzijn en in de juridisch-

/beleidsadvies sector. De meeste werknemers werken in de commercie/winkel. Daarnaast werken zij voornamelijk in de bouw en de zorg.

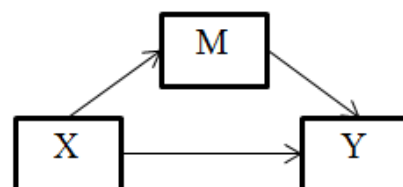
De leeftijd, sekse, opleidingsniveau en sector van de sample is niet representatief voor de gehele Nederlandse bevolking. Dit betekent dat de resultaten met voorzichtigheid geïnterpreteerd dienen te worden voor de gehele zzp'er –en werknemer populatie in Nederland.

3.5. Analyse

Voor het toetsen van de hypotheses is gekozen voor een PROCESS macro analyse (Haye, 2013). Zoals het conceptueel model (zie schema 2, blz. 23) uitwijst is er mogelijk sprake van directe (zie afbeelding 1) en indirecte effecten (zie afbeelding 2). Sociale steun kan als mediator werken van het effect van het sociale netwerk op psychische gezondheid. De PROCESS macro analyse geeft de mogelijkheid de verschillende paden te toetsen en de significantie van deze effecten te tonen. Dit gaat op basis van regressie analyse. Baron & Kenny (1986) deden dit al op eenzelfde manier door voor ieder pad een analyse uit te voeren en de effecten te vermenigvuldigen. Een groot nadeel van hun methode is echter dat de significantie van het indirecte effect niet bekeken kon worden (Zhao e.a., 2010). Dit kan wel met de PROCESS macro analyse.



Afbeelding 1. *Regressie*



Afbeelding 2. *PROCESS macro*

4. Resultaten

Per hypothese zullen de resultaten van de regressies en de PROCESS macro analyses besproken worden. In tabel 2 is een overzicht gemaakt van de B en SE scores per hypothese.

		Werknemer		Zzp'er	
		B	SE	B	SE
H1	strong ties	0,157	0,122	-,009	,094
	constant	8,884**	1,155	8,144**	0,781
H2	weak ties	-,210	,176	-,053	,073
	constant	10,994**	,830	8,427**	0,603
H3	grootte	-,009	,026	-,003	,011
	sociale steun	,005	,010	-,008	,007
	constant	9,828**	1,1641	9,789**	1,470
H4	netwerk in netwerk			1,227	1,943
	constant			7,000**	1,901**
H5a	strong ties	,371	,397	,070	,141
	emotionele steun	-,050	,086	-,022	,028
	constant	9,387**	1,455	8,609**	,999
H5b	strong ties	,113	,222	-,003	,100
	instrumentele steun	,018	,076	-,008	,036
	constant	8,745**	1,311	8,293**	1,058
H5c	weak ties	-,256	,197	-,053	,078
	expertise steun	,027	,032	-,002	,021
	constant	9,964**	1,483	8,434**	,989
H5d	weak ties	-,257	1,486	-,048	,079
	informatie steun	,023	,031	-,004	,020
	constant	10,090**	1,486	8,585**	,980
H6	netwerk in netwerk			1,367	1,982
	expertise steun			-,014	,022
	constant			7,545**	2,982
	netwerk in netwerk			1,479	1,970
	informatie steun			-,020	,021
	constant			7,701**	2,056
H7	weak ties	-,307	,214	-,072	,088
	reciprociteit	,017	,018	,004	,011
	constant	9,754**	1,538	8,128**	,965
H8	Netwerk in netwerk			1,265	1,986
	reciprociteit			-,003	,010
	constant			7,318**	2,151

p<.05=*, p<.001=**

Tabel 2. Regressie en process macro analyse op de afhankelijke variabele (psychische gezondheid) voor zzp'ers en werknemers.

Hypothese 1 betrof de verwachting dat een hoge dichtheid voor zowel werknemers en zzp'ers een positieve invloed zou hebben op de psychische gezondheid. De regressie analyse heeft uitgewezen dat de toename in psychische gezondheid voor 4,4% wordt verklaard door een hoge dichtheid bij werknemers, $R^2=.044$, adjusted $R^2=.009$, $F(1, 27)=1,25$, $p=.273$. Voor

zzp'ers is de toename voor 1,5% te verklaren, $R^2=.015$, adjusted $R^2= -.028$, $F(1, 23) =.349$, $p=.561$. Het effect van een hoge dichtheid op de gezondheid lijkt groter dan voor zzp'ers. Echter, beide effecten zijn niet significant. Hypothese 1 wordt daarom verworpen.

Hypothese 2 heeft de verwachting dat een toename in lage dichtheid van positievere invloed is op de psychische gezondheid van zzp'ers dan van werknemers. De analyse wijst uit dat deze verwachting niet bevestigd wordt. De psychologische gezondheid van zzp'ers neemt niet meer toe bij meer weak ties ($R^2=.005$, Adjusted $R^2=-.038$, $F(1,23)=.123$, $p=.729$). Voor werknemers is er ook geen effect van het aantal weak ties op de psychische gezondheid te vinden ($R^2=.012$, Adjusted $R^2=-.024$, $F(1,27)=.333$, $p=.569$).

De verwachting bij hypothese 3 is dat door een groter netwerk te hebben, de sociale steun toeneemt en daardoor de psychische gezondheid toeneemt. Dit zal sterker zijn voor zzp'ers dan voor werknemers. De PROCESS macro analyse laat zien dat dit indirecte effect zorgt voor een afname in de psychische gezondheid met 0,6 % bij werknemers ($R^2=.006$, $F(2, 24) =.0764$, $p=.927$) en voor 3,5% bij zzp'ers ($R^2=.035$, $F(2, 18) =.321$, $p=.729$). Het effect van de grootte van een netwerk op het totaal aantal sociale steun is marginaal significant bij werknemers ($R^2=.13$ en $p = .064$). Voor zzp'er is grootte negatief van invloed met 0.1 procent.

Hypothese 4 stelt dat het uitmaken van een netwerk in een netwerk van invloed is op de psychische gezondheid. Zzp'ers die uitmaken van zo'n netwerk hebben een hogere psychische gezondheid dan zzp'ers die dat niet doen en werknemers. Alle zzp'ers in de dataset maken deel uit van een netwerk in een netwerk. De vergelijking met zzp'ers die niet zijn aangesloten bij een netwerk is daarom niet gemaakt. De psychische gezondheid van zzp'ers neemt met 5,1% toe wanneer zij zijn aangesloten bij een netwerk ($R^2=.051$, adjusted $R^2=.006$, $F(1,21) =1,129$, $p=.300$). Dit effect is echter niet significant. De hypothese is verworpen.

De verwachting bij hypothese 5a en 5b is dat een hoge dichtheid zorgt voor meer emotionele en instrumentele sociale steun en daardoor voor een hogere psychische gezondheid. Voor zowel zzp'ers ($R^2=.016$, $F(2,22)=.174$, $p=.841$) als werknemers ($R^2=.045$, $F(2,26)=.605$, $p=.554$) is dit indirecte effect niet significant. Wel blijkt uit de analyse dat hoe hoger de dichtheid is, hoe meer emotionele steun zzp'ers ontvangen ($R^2=.546$, $F(2,22)=27.7$, $p<.05$). Dit geldt ook voor werknemers ($R^2=.898$, $F(1,27)=238,687$, $p <.05$). Voor werknemers is dit effect sterker positief ($B=4.288$) dan voor zzp'ers ($B=3.650$). Hoewel deze laatste effecten significant zijn, geldt dat hypothese 5a verworpen is.

Hypothese 5b is tevens verworpen. Er is namelijk geen indirect effect van dichtheid via emotionele steun naar psychische gezondheid voor zowel zzp'ers ($R^2=.015$, $F(2,22)=.168$, $p=.847$) als werknemers ($R^2=.044$, $F(2,26)=.602$, $p=.555$). Tevens is er geen effect van een hoge dichtheid op de mate van instrumentele steun gevonden voor zzp'ers ($R^2=.07$, $F(1,23)=1.974$, $p=.173$). Voor werknemers is er wel sprake van een significant effect van hoge dichtheid op de mate van instrumentele steun ($R^2=.688$, $F(1,27)=59.573$, $p<.05$).

Hypothese 5c en 5d stellen dat een hogere mate van lage dichtheid van positieve invloed is op de mate van expertise -en informationele steun en dat dit van positievere invloed is op de psychische gezondheid van zzp'ers dan van werknemers. Uit de analyse blijkt dat dit indirecte effect van lage dichtheid via expertise steun op psychische gezondheid niet wordt bevestigd. Dit geldt voor zowel zzp'ers ($R^2=.076$, $F(2,22)=.899$, $p=.421$) als werknemers ($R^2=.030$, $F(2,26)=.406$, $p=.671$). Ook is er geen significant effect van de mate van lage dichtheid op de mate van expertise steun (zzp'er: $R^2=.092$, $F(1,23)=2.342$, $p=.140$, werknemer: $R^2=.0784$, $F(1,27)=2.296$, $p=.141$). Hypothese 5c is daarom verworpen. Dit geldt ook voor hypothese 5d. Voor zzp'ers ($R^2=.082$, $F(2,22)=.988$, $p=.388$) en werknemers ($R^2=.025$, $F(2,26)=.329$, $p=.723$) is geen significant effect van de mate van lage dichtheid via de mate van informationele steun op psychische gezondheid gevonden. Ook is er geen significant effect voor de mate van lage dichtheid op de mate van informationele steun (zzp'er: $R^2=.329$, $F(1,23)=2.788$, $p=.109$, werknemer: $R^2=.101$, $F(1,27)=3.039$, $p=.092$).

Volgens hypothese 6 is de verwachting dat het deel uit maken van een netwerk in een netwerk zorgt voor een toename in expertise en informationele steun waardoor de psychische gezondheid van voornamelijk de zzp'er toeneemt. Uit de analyse is gebleken dat deze hypothese niet ondersteund wordt. Er is geen effect gevonden van het aangesloten zijn bij een netwerk in een netwerk op informationele steun ($R^2=.017$, $F(1,21)=.0246$, $p=.625$) en ook geen effect van het aangesloten zijn bij een netwerk in een netwerk via informationele steun op psychische gezondheid ($R^2=.070$, $F(2,20)=.0756$, $p=.482$).

Een lage dichtheid kan betekenen dat de mate van reciprociteit afneemt en daardoor de psychische gezondheid ook (hypothese 7). Dit effect zal sterker zijn voor werknemers dan voor zzp'ers. Uit de analyse is gebleken dat er een significant effect van het aantal weak ties op de mate van reciprociteit, de reciprociteit neemt namelijk toe ($R^2=.291$, $F(1,23)=9.437$, $p=.005$). Zodra de invloed hiervan bekeken werd op de psychische gezondheid verdween het significante effect ($R^2=.030$, $F(2,22)=.340$, $p=.716$).

Voor werknemers is er ook een significant effect van het aantal weak ties op de mate van reciprociteit gevonden. De reciprociteit neemt toe naarmate het aantal weak ties van werknemers toeneemt, $R^2=.223$, $F(1,27)=7.751$, $p=.01$. Ook dit significant effect verdween zodra het effect op psychische gezondheid gemeten werd ($R^2=.077$, $F(2,26)=1.080$, $p=.355$). Het significant effect van het aantal weak ties op de mate van reciprociteit is groter voor werknemers ($B=5.7155$) dan voor zzp'ers ($B=4.449$). Het indirecte effect is niet significant: Hypothese 7 is verworpen.

De verwachting is dat in een netwerk in een netwerk de reciprociteit hoog zal zijn en daarom van positieve invloed op de psychische gezondheid van zzp'ers (hypothese 8). Deze hypothese is niet bevestigd ($R^2=.061$, $F(2,20)=.653$, $p=.531$).

Naar aanleiding van de analyses kan de uitspraak gedaan worden dat geen enkele hypothese bevestigd is. Er zijn een aantal significant effecten gevonden voor het aantal strong ties op de hoeveelheid emotionele steun bij werknemers en zzp'ers, voor het aantal strong ties op de hoeveelheid instrumentele steun voor werknemers en voor het aantal weak ties op de mate van reciprociteit bij werknemers en zzp'ers.

5. Conclusie

5.1. Inleiding

De groeiende groep zzp'ers zorgt voor een vergrote interesse naar deze groep vanuit meerdere partijen in de maatschappij. Een actueel onderwerp in de arbeidswereld is de psychische gezondheid van werknemers. Het waarborgen van de psychische gezondheid is een manier om een productieve en duurzame carrière te creëren. Dit geldt niet alleen voor werknemers, maar ook voor zzp'ers. Een verschil tussen deze twee groepen is dat werknemers een netwerk van collega's en leidinggevendenden hebben en zzp'ers niet. Veel onderzoek heeft aangetoond dat het sociale netwerk bepalend kan zijn voor de psychische gezondheid (zie onder andere Lin e.a. 1999;1979;2013; Vahtere, 2000; van Tilburg, 1998). De kenmerken van het sociale netwerk zoals dichtheid en grootte kunnen van invloed zijn. Tevens is het sociale netwerk een bron van sociale steun. De invloed van het sociale netwerk kan direct zijn (main-effect) en indirect via sociale steun (bufferings-effect). Twee bronnen (Berkman & Glass, 2000; Heaney & Israel, 2008) vormden de basis voor het theoretische kader. Hieruit zijn een aantal begrippen gefilterd waar vervolgens hypothesen bij opgesteld zijn. Dichtheid, grootte en netwerk in een netwerk zijn kenmerken van het sociale netwerk die mogelijk direct en indirect van invloed kunnen zijn op de psychische gezondheid van zzp'ers en werknemers. Het type sociale steun en de reciprociteit van steun zijn kenmerken van sociale steun die indirect van invloed kunnen zijn op de psychische gezondheid. Dit heeft uiteindelijk geleid tot de volgende onderzoeksvraag: *a) In hoeverre beïnvloedt het sociale netwerk en sociale steun de psychische gezondheid van zzp'ers en werknemers en b) in hoeverre verschilt deze invloed tussen zzp'ers en werknemers?*

Uit de analyses is gebleken dat geen enkele hypothese is bevestigd. Geen van de verwachte verbanden heeft een significant effect aangetoond en er zijn ook geen verschillen gevonden tussen zzp'ers en werknemers. Dit betekent niet per definitie dat er ook werkelijk geen effect van het sociale netwerk en sociale steun is op psychische gezondheid en/of dat er geen verschillen bestaan. Wel blijkt dat een hoge dichtheid zorgt voor meer emotionele steun voor zowel werknemers als zzp'ers. Een hoge dichtheid zorgt ook voor meer instrumentele steun bij werknemers. Hieruit blijkt dat de mate van emotionele steun een duidelijk kenmerk is van een hoge dichtheid. Verder is gebleken dat weak ties niet per definitie zorgen voor een lage

reciprociteit. Sterker nog, hoe lager de dichtheid, hoe hoger de reciprociteit werd bij zowel werknemers als zzp'ers.

5.2. Discussie

Er zijn een aantal verklaringen voor de gevonden resultaten. Deze kunnen van theoretische – en methodologische aard zijn. In dit onderzoek is sprake van een kleine sample, maar ook theoretisch zijn er een aantal verklaringen denkbaar. Het feit dat er nagenoeg geen effecten zijn gevonden betekent wellicht dat er gebreken zijn in de theorie. In dit onderzoek is uitgegaan van een positieve invloed van het sociale netwerk en sociale steun op de psychische gezondheid van zzp'ers en werknemers. Echter, er kan ook een negatieve invloed bestaan. Relaties kunnen bijvoorbeeld gespannen en botsend zijn of te veel van iemand vragen. Deze negatieve invloeden van het sociale netwerk kunnen een sterker effect hebben op de psychische gezondheid dan positieve invloeden (Rook, 1984; Labianca & Brass, 2006). In de theorie en in de analyse is geen rekening gehouden met deze invloeden, terwijl deze zelfs zwaarder van invloed kunnen zijn op de psychische gezondheid dan de positieve effecten van sociale steun (Lincoln, 2000). De mogelijke aanwezigheid van negatieve invloeden van het sociale netwerk kunnen de positieve invloeden tegenwerken. Niet alleen in het algemeen, maar ook specifiek op de werkvloer kunnen deze negatieve invloeden bestaan. Wanneer werknemers zich negatief benaderd voelen door collega's of leidinggevenden, heeft dit een sterker effect dan sociale steun (Duffy, Ganster & Pagon, 2002). Dit kan tot gevolg hebben gehad dat er geen effecten op de psychische gezondheid van zzp'ers en werknemers is gevonden. Voor toekomstig onderzoek naar sociale steun bij zzp'ers en werknemers is het daarom aan te raden om te controleren voor het effect van negatieve invloeden vanuit het sociale netwerk, zowel privé als werk gerelateerd.

In dit onderzoek is gebruikt gemaakt van de perceptie van sociale steun van de respondent en niet van de objectieve uitwisseling van sociale steun. Dit verschil tussen 'perceived' en 'received' support kan een aantal consequenties hebben. Volgens Hobfoll (2009) is de perceptie van sociale steun het belangrijkste, want dit gaat over het algemene gevoel dat iemand zich gesteund en geliefd voelt en altijd anderen om hulp kan vragen als dit nodig is. Tegelijkertijd kan dit algemene gevoel tot generalisatie leiden. De dagelijkse vormen van emotionele, instrumentele, expertise en informationele steun kunnen zo klein of gewoon bevonden worden dat deze niet meer gezien worden als steun of tot een vervormde perceptie

van steun leiden (Bolger & Amarel, 2007; Bolger, Zuckerman & Kessler, 2000). Dit zou kunnen leiden tot het uitblijven van effecten van sociale steun op de psychische gezondheid.

Buiten de verwachting om is er een effect gevonden van dichtheid op de mate van reciprociteit. Reciprociteit neemt namelijk toe naarmate de dichtheid lager wordt. Dit geldt voor zowel zzp'ers als werknemers. Plicket e.a. (2007) gaven daarentegen aan dat een lage dichtheid wordt gekenmerkt door een lage reciprociteit. Wellicht wordt er bij een lage dichtheid op een meer zakelijke manier omgegaan met geven en nemen. De 'voor wat hoort wat' mentaliteit is sterker waardoor de uitwisseling van sociale steun meer wordt bijgehouden. Bij een hoge dichtheid is deze mentaliteit wellicht minder aanwezig, omdat het hier vaak gaat om mensen die dichtbij staan en het 'voor wat hoort wat' idee minder sterk geldt. Er is misschien meer sprake van altruïsme (Maximiano, 2011).

Methodologisch gezien is de eerste mogelijke beperking dat het aantal respondenten te laag was voor de analyses. Voor genoeg 'power' in regressie en PROCESS macro analyses is er een N nodig van minimaal 50 per analyse. Voor dit onderzoek zou dit betekenen 100 respondenten (50 werknemers, 50 zzp'ers). Echter, er was sprake van 24 zzp'ers en 29 werknemers. Op basis van de toegang tot respondenten en de manier van het uitzetten van de vragenlijst werd verwacht dat het aantal respondenten hoger zou zijn. Echter, met de theorie en de opgestelde modellen bleek dat er veel vragen gesteld dienden te worden om het sociale netwerk in kaart te brengen. Mogelijk heeft de lengte van de vragenlijst personen ervan weerhouden om de vragenlijst (volledig) in te vullen. Uit de pilot bleek dat de vragenlijst lang en saai werd bevonden. Veel zzp'ers hebben gereageerd met diezelfde feedback op de e-mail waarin zij uitgenodigd werden om mee te doen aan het onderzoek. Voor volgend onderzoek kan dit anders aangepakt worden en gezocht worden naar een kortere, maar even dekkende manier van het in kaart brengen van de kenmerken van het sociale netwerk en sociale steun. Wellicht kan er een focus gelegd worden op een van de kenmerken per onderzoek. Hierdoor wordt de vragenlijst korter en kan er met meer diepgang onderzoek gedaan worden naar het betreffende kenmerk. Naast de focus leggen kan er ook gekeken worden naar opmaakoptyes voor de vragenlijst. Nu is er gebruik gemaakt van een bepaald programma dat deze opties niet heeft. Dit kan het invullen overzichtelijker en makkelijker maken.

Tevens is bij het analyseren van leeftijd, sekse, opleidingsniveau en sector gebleken dat de sample niet representatief voor alle Nederlandse werknemers –en zzp'ers was. Om te

controleren of dit van invloed zou zijn op de uitkomst van de psychische gezondheid zouden deze variabelen ter controle meegenomen moeten worden in de regressie –en process macro analyse. In een regressie is dit mogelijk, maar bij een process macro niet. Er is daarom voor gekozen de variabelen niet mee te nemen ter controle, zodat de uitkomsten van beide typen analyses vergelijkbaar zouden blijven. Vervolg onderzoek zou wellicht een mediatie-analyse model kunnen toepassen.

Bij het zoeken naar een meetinstrument voor psychische gezondheid was het moeilijk om een valide instrument te vinden. Er is uiteindelijk gekozen voor de MHI-5 schaal, maar deze sluit niet helemaal juist aan op de definitie van psychische gezondheid zoals gesteld in de theorie. In voorgaande literatuur is meermaals gebleken dat er een kloof is tussen het theoretische –en methodologische begrip psychische gezondheid. Wanneer psychische gezondheid wordt besproken in de theorie, blijkt bij de operationalisering dat dit niet in lijn is met de theorie. Andersom geldt dit ook: Er werd kort gesproken in de theorie over psychische gezondheid, maar bij de methodologie wordt pas duidelijk wat hier concreet mee bedoeld wordt. Er is meer kennis nodig over wat er verstaan wordt onder psychische gezondheid, in welke context en hoe dit te meten is. Dit is nodig aangezien de focus op psychische gezondheid, met name in de arbeidswereld, is vergroot. Dit onderzoek bevestigt dat er aandacht dient te komen voor een definitie en meetbaarheid betreffende psychische gezondheid.

Daarnaast worden in de MHI-5 vragen gesteld over hoe de respondent zich gemiddeld voelde de afgelopen vier weken. Vier weken is een aanzienlijke tijd, maar om de dagelijkse psychische gezondheid vast te stellen is het nodig om longitudinaal onderzoek te doen. Met dit meetinstrument kan er namelijk sprake zijn van een momentopname. Dit kan betekenen dat een respondent net een stressvolle levensgebeurtenis heeft ervaren waardoor de huidige psychische gezondheid beïnvloed is. Door longitudinaal onderzoek te doen kan er gecontroleerd worden op deze effecten en de dagelijkse psychische gezondheid gemeten worden.

Dit onderzoek heeft een begin gemaakt met het onderzoeken van het sociale netwerk van de zzp'er. Er is veel literatuur gebruikt uit niet werk-gerelateerde bronnen en wanneer deze wel werk-gerelateerd waren, betrof het werknemers. Er is nog weinig bekend over zzp'ers, maar dit onderzoek heeft getracht helderheid te geven vanuit sociologisch en psychologisch perspectief. Uit de resultaten en beperkingen van dit onderzoek is een aantal aanbevelingen naar voren gekomen, zowel op theoretisch als methodologisch vlak. Om de invloed van het sociale netwerk en sociale steun op de psychische gezondheid van zzp'ers en werknemers te

onderzoeken, kunnen deze in toekomstig onderzoek toegepast worden. De kennis die hieruit voort komt kan niet alleen door zzp'ers en werknemers individueel toegepast worden, maar ook overheid, beleidsmakers en het bedrijfsleven kan deze kennis toepassen in hun beleid.

Literatuur

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173.

Berkman, L. F., & Glass, T. (2000). Social integration, social networks, social support, and health. *Social epidemiology*, 1, 137-173.

Blau, P. M. (1964). *Exchange and power in social life*. New Jersey: Transaction Publishers.

Boeije, H., H. 't Hart en J. Hox (2005). *Onderzoeksmethoden*. Amsterdam: Boom Onderwijs.

Bolger, N., Amarel, D. (2007). Effects of Support Visibility on Adjustment to Stress: Experimental Evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 458–75.

Bolger, Niall, Adam Zuckerman, and Ronald C. Kessler (2000). Invisible Support and Adjustment to Stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 953–61.

Bourbonnais, R., Brisson, C., Vinet, A., Vezina, M., Abdous, B., & Gaudet, M. (2006). Effectiveness of a participative intervention on psychosocial work factors to prevent mental health problems in a hospital setting. *Occupational and Environmental Medicine*, 63(5), 335-342.

Bloom, J. R. (1990). The relationship of social support and health. *Social Science & Medicine*, 30(5), 635-637.

CBS (2012) *Inkomen, vermogen en dynamiek van zelfstandigen zonder personeel. Verschillen tussen zelfstandigen zonder personeel en nieuwe zelfstandigen*. CBS, Panteia: Zoetermeer december 2012.

Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic medicine*, 38(5), 300-314.

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98(2), 310.

Duffy, M. K., Ganster, D. C., & Pagon, M. (2002). Social undermining in the workplace. *Academy of management Journal*, 45(2), 331-351.

Durkheim E.(1951) *Suicide*. New York: Free Press.

Echtzpz (2015) *Zzp'ers wensen betere relatie met werkgever*. Echtzpz.nl, geraadpleegd 1 april 2015.

Eurofound (2012). *European Quality of Life Survey*.

https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_files/surveys/eqls/2011/documents/netherlands.pdf, geraadpleegd 19 mei 2015

Flap, H., & Völker, B. (2001). Goal specific social capital and job satisfaction: Effects of different types of networks on instrumental and social aspects of work. *Social networks*, 23(4), 297-320.

Granovetter, M. S. (1973). The strength of weak ties. *American journal of sociology*, 78, 1360-1380.

Hayes, A. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A Regression-bases approach*. New York: The Guilford Press.

Heaney, C. A., & Israel, B. A. (2008). Social networks and social support. *Health behavior and health education: Theory, research, and practice*, 4, 189-210.

Hoeymans, N., Garssen, A. A., Westert, G. P., & Verhaak, P. F. (2004). Measuring mental health of the Dutch population: a comparison of the GHQ-12 and the MHI-5. *Health Qual Life Outcomes*, 2(1), 23.

House, J. S., Umberson, D., & Landis, K. R. (1988). Structures and processes of social support. *Annual review of sociology*, 14, 293-318

Ikwordzpzper.nl (2015) *Start met je zzp-netwerk*. <http://www.ikwordzpzper.nl/zzp-stappenplan/groeifase/netwerken>, geraadpleegd 21 mei 2015.

Kawachi, I., & Berkman, L. F. (2001). Social ties and mental health. *Journal of Urban health*, 78(3), 458-467.

Lin, N., Dean, A., & Ensel, W. M. (2013). *Social support, life events, and depression*. Orlando: Academic Press.

Lin, N., Ensel, W. M., Simeone, R. S., & Kuo, W. (1979). Social support, stressful life events, and illness: A model and an empirical test. *Journal of Health and Social Behavior*, 20(2), 108-119.

Lin, Nan, Xiaolan Ye, and Walter M. Ensel. 1999. "Social Support and Depressed Mood: A Structural Analysis." *Journal of Health and Social Behavior*, 40, 344–59.

Marcelissen, F. H., Winnubst, J. A., Buunk, B., & de Wolff, C. J. (1988). Social support and occupational stress: A causal analysis. *Social Science & Medicine*, 26(3), 365-373.

Marsden, P. V., & Campbell, K. E. (1984). Measuring tie strength. *Social forces*, 63(2), 482-501.

Maximiano, S. (2012). Measuring reciprocity: Do survey and experimental data correlate. Purdue University, January 2012, retrieved from: <http://www.ics.purdue.edu>

Nationaal Kompas (2015) *Wat is psychische gezondheid en hoe wordt dit gemeten?* Nationaalkompas.nl, geraadpleegd 1 april 2015.

Norbeck, J. S., Lindsey, A. M., & Carrieri, V. L. (1981). The development of an instrument to measure social support. *Nursing research*, 30(5), 264-269.

OECD (2014). *Mental Health and Work: Netherlands*. OECD Publishing, December 2014, <http://dx.doi.org/10.1787/9789264223301-en>

Plickert, G., Cote, R. R., & Wellman, B. (2007). It's not who you know, it's how you know them: Who exchanges what with whom?. *Social networks*, 29(3), 405-429.

Rook, K. S. (1984). The negative side of social interaction: impact on psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 46(5), 1097.

SER (2010) *Zzp'ers in beeld: Een integrale visie op zelfstandigen zonder personeel*. Sociaal Economische Raad, oktober 2010.

Statistics.laerd.com (2015) *Testing for normality using SPSS Statistics*.

<https://statistics.laerd.com/spss-tutorials/testing-for-normality-using-spss-statistics.php>, geraadpleegd 6 augustus 2015.

- Takizawa, T., Kondo, T., Sakihara, S., Ariizumi, M., Watanabe, N., & Oyama, H. (2006). Stress buffering effects of social support on depressive symptoms in middle age: reciprocity and community mental health. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 60(6), 652-661.
- Taylor, Shelley E. and Annette L. Stanton (2007). "Coping Resources, Coping Processes, and Mental Health." *Annual Review of Clinical Psychology*, 3, 377-401.
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52(2), 145-161
- Van Tilburg, T. (1998). Losing and gaining in old age: Changes in personal network size and social support in a four-year longitudinal study. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 53(6), S313-S323.
- TNO (2015) *Duurzame inzetbaarheid*. <https://www.tno.nl/nl/aandachtsgebieden/gezond-leven/prevention-work-health/duurzame-inzetbaarheid/>, geraadpleegd 17 juni 2015.
- Turner, R. Jay and Donald Lloyd. 1999. "The Stress Process and the Social Distribution of Depression." *Journal of Health and Social Behavior*, 40, 374-404.
- Seeman, T. E. (1996). Social ties and health: The benefits of social integration. *Annals of epidemiology*, 6(5), 442-451.
- SKB.nl (2015) *Wat we doen*. <http://skb.nl/over-skb.html#section1>, geraadpleegd 17 juni 2015.
- Vahtera, J., Kivimäki, M., Pentti, J., & Theorell, T. (2000). Effect of change in the psychosocial work environment on sickness absence: a seven year follow up of initially healthy employees. *Journal of epidemiology and community health*, 54(7), 484-493.
- Viswesvaran, C., Sanchez, J. I., & Fisher, J. (1999). The role of social support in the process of work stress: A meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 54(2), 314-334.
- Winnubst, J. A., Marcelissen, F. H., & Kleber, R. J. (1982). Effects of social support in the stressor-strain relationship: A Dutch sample. *Social Science & Medicine*, 16(4), 475-482.
- Wellman, B. (1992). Which types of ties and networks provide what kinds of social support. *Advances in group processes*, 9, 207-235.
- WHO (2001) *The World Health Report. Mental health: New Understanding, New Hope*. World Health Organization, Geneva Switzerland, 2001.

Zhao, X., Lynch, J. G., & Chen, Q. (2010). Reconsidering Baron and Kenny: Myths and truths about mediation analysis. *Journal of consumer research*, 37(2), 197-206.

Zzpagenda.nl (2015). *Agenda*. <http://www.zzpagenda.nl/>, geraadpleegd 5 maart 2015.

Bijlage 1. Vragenlijst

1. Introductie en algemene vragen

Welkom!

Beste meneer/mevrouw,

Hartelijk dank voor uw deelname aan deze vragenlijst. Graag willen wij u erop attenderen dat de gegevens anoniem zullen blijven. Wij vragen u daarom deze vragenlijst zo zorgvuldig en eerlijk mogelijk in te vullen. Mocht u de resultaten van dit onderzoek willen ontvangen, dan kunt u dit aan het einde van de vragenlijst aangeven. De vragenlijst begint met een aantal algemene vragen:

1. Wat is uw leeftijd?

2. Wat is uw geslacht?

Man

Vrouw

3. Wat is uw hoogst afgeronde opleiding?

Basisonderwijs

Vmbo/Mavo

Havo

Vwo

Mbo

Hbo

WO

4. Ik ben werkzaam als:

Zzp'er

Werknemer

5. In welke sector/branche bent u werkzaam?

Auto's, werktuigkundigen, technici, ingenieurs

Bouw, montage, huisvesting

- Commercieel, winkel, inkoop en verkoop
- Financiën, bank, verzekering
- Gezondheidszorg, paramedici, laboratorium
- HRM, arbeidsbemiddeling, organisatie
- Industrie, productie, metaal en plastic
- IT, automatisering, telecommunicatie
- Juridisch, administratie, inspectie, beleidsadvies
- Kantoorbedienden, secretaresses, post, telefoon
- Landbouw, veeteelt, natuurbeheer, visserij, milieu
- Marketing, PR, reclame
- Media, grafische sector, drukkerij, cultuur, design
- Transport, logistiek, haven, luchthaven
- Zorg, kinderopvang, welzijn, sociaal werk
- Overig

2. Vragen privé netwerk

Sociale netwerk, privé

De volgende vragen gaan over uw sociale netwerk. Uw sociale netwerk zal verdeeld worden in twee delen. Namelijk uw privé netwerk (levenspartner, vrienden, kennissen, burens) en uw professionele netwerk (collega's, leidinggevenden, andere zzp'ers, opdrachtgevers/klanten). Voor zowel het privé als het professionele netwerk wordt u gevraagd voor maximaal 10 personen een aantal vragen in te vullen.

Er kan wellicht een overlap zijn tussen deze twee netwerken. In dat geval gaat het erom wat deze persoon eerder was. Bijvoorbeeld: Een collega is een goede vriend geworden. Over deze persoon mag u in het gedeelte van collega's, leidinggevenden, andere zzp'ers en opdrachtgevers/klanten, de vragen beantwoorden.

De volgende vragen gaan over uw privé netwerk. Voor het overzicht kunt u wellicht de namen van maximaal 10 personen uit dit netwerk opschrijven (persoon 1 = 'naam' etc.). Voor iedere persoon zullen eenzelfde set aan vragen gesteld worden.

6. Gemiddeld genomen, met hoeveel personen heeft u contact als u kijkt naar een typische week in het afgelopen jaar? Hiermee bedoelen wij personen die u een-op-een gezien of gesproken heeft en met wie u chat, praat of dingen bespreekt. Inclusief mensen waarmee u samenleeft. Noem alleen mensen die u zelf kent en die ouder zijn dan 18.

7. Om een beeld te krijgen over uw netwerk vragen wij om voor ieder persoon die u bij voorgaande vraag in gedachten had een aantal vragen in te vullen. Er wordt begonnen bij 'Persoon 1' waarna er ook vragen over 'Persoon 2' gesteld zullen worden. Dit tot een maximaal van 10 personen. Als u bij de vorige vraag minder dan 10 personen heeft ingevuld, bijvoorbeeld 6, dan vult u tot en met 'Persoon 6' de vragen in.

De volgende vragen zullen gaan over 'Persoon 1'. Te beginnen met:

Wat voor relatie heeft u met deze persoon?

- Levenspartner
- Vriend/vriendin
- Kennis
- Buurman/vrouw

8. Hoelang kent u deze persoon? Vul het aantal jaren in:

9. Als u kijkt naar afgelopen jaar:

Hoe vaak heeft u direct (face-to-face) contact gehad met deze persoon?

- Dagelijks
- Tenminste een keer in de week
- 2 tot 3 keer per maand
- Zelden
- Nooit

10. Hoe vaak heeft u contact gehad met deze persoon via telefoon of skype?

- Dagelijks
- Tenminste een keer in de week
- 2 tot 3 keer per maand
- Zelden
- Nooit

11. Hoe vaak heeft u contact gehad met deze persoon per geschreven woord (whatsapp/sms/brieven/e-mail)?

- Dagelijks
- Tenminste een keer in de week
- 2 tot 3 keer per maand
- Zelden
- Nooit

12. Hoe ver woont deze persoon van u vandaan? Hiermee bedoelen wij de geografische afstand, dus het aantal kilometers tussen waar u woont en waar deze persoon woont. Aantal kilometers:

13. Bij onderstaande stellingen kunt u aangeven wat van toepassing is op uw relatie met deze persoon.

Stelling 1: Ik kan mijn emoties uiten en heb openhartige gesprekken

- helemaal oneens
- beetje oneens
- niet eens of oneens
- beetje eens
- helemaal eens

14. Stelling 2: Ik krijg hulp bij bezigheden als boodschappen, koken en schoonmaken.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

15. Stelling 3: Ik krijg feedback en hulp bij het maken van keuzes.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

16. Stelling 4: Ik krijg specifieke informatie en advies (over bijvoorbeeld werkzaamheden).

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

17. Voorgaande stellingen waren stellingen over verschillende vormen van steun die iemand kan krijgen of geven. De volgende stellingen gaan over het krijgen en/of geven van steun.

Stelling 1: Als deze persoon mij steunt op welke manier dan ook, dan ben ik bereid deze persoon ook steun te verlenen, ook al is dit van te voren niet afgesproken.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

18. Stelling 2: Als ik deze persoon steun verleen, dan verwacht ik dat deze persoon mij ook steunt.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

4. Vragen professioneel netwerk werknemer

Sociale netwerk, professioneel

De volgende vragen gaan over uw professionele netwerk, betreffende collega's en leidinggevendenden. Het beantwoorden van deze vragen gaat op eenzelfde manier als bij het privé netwerk. Neemt u wederom maximaal 10 personen in gedachten of schrijf de namen van deze 10 personen op om het overzicht te bewaren.

128. Gemiddeld genomen, met hoeveel mensen heeft u contact gehad via uw werk als u kijkt naar afgelopen jaar? Hiermee bedoelen wij personen die u een-op-een gezien

of gesproken heeft, inclusief iedereen met wie u chat, praat of dingen bespreekt.

Noem alleen mensen die u zelf kent en die ouder zijn dan 18.

129. Om een beeld te krijgen over uw netwerk vragen wij om voor ieder persoon die u bij voorgaande vraag in gedachten had een aantal vragen in te vullen. Er wordt begonnen bij 'Persoon 1' waarna er ook vragen over 'Persoon 2' gesteld zullen worden. Dit tot een maximaal van 10 personen. Als u bij de vorige vraag minder dan 10 personen heeft ingevuld, bijvoorbeeld 6, dan vult u tot en met 'Persoon 6' de vragen in. Als u na 'Persoon 6' klaar bent met het invullen van de vragen, klik dan door naar de laatste vraag bij 'Persoon 10'. Vul deze in en ga dan verder met de vragenlijst.

De volgende vragen zullen gaan over 'Persoon 1'. Te beginnen met:

Wat voor relatie heeft u met deze persoon?

- Collega
- Leidinggevende

130. Hoelang kent u deze persoon? Vul het aantal jaren in:

131. Als u kijkt naar afgelopen jaar:

Hoe vaak heeft u direct (face-to-face) contact gehad met deze persoon?

- Dagelijks
- Tenminste een keer in de week
- 2 tot 3 keer per maand
- Zelden
- Nooit

132. Hoe vaak heeft u contact gehad met deze persoon via telefoon of skype?

- Dagelijks
- Tenminste een keer in de week
- 2 tot 3 keer per maand
- Zelden
- Nooit

133. Hoe vaak heeft u contact gehad met deze persoon per geschreven woord (whatsapp/sms/brieven/e-mail)?

- Dagelijks
- Tenminste een keer in de week

- 2 tot 3 keer per maand
- Zelden
- Nooit

134. Hoe ver woont deze persoon van u vandaan? Hiermee bedoelen wij de geografische afstand, dus het aantal kilometers tussen waar u woont en waar deze persoon woont. Aantal kilometers:

135. Bij onderstaande stellingen kunt u aangeven wat van toepassing is op uw relatie met deze persoon.

Stelling 1: Ik kan mijn emoties uiten en heb openhartige gesprekken

- helemaal oneens
- beetje oneens
- niet eens of oneens
- beetje eens
- helemaal eens

136. Stelling 2: Ik krijg hulp bij bezigheden als boodschappen, koken en schoonmaken.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

137. Stelling 3: Ik krijg feedback en hulp bij het maken van keuzes.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

138. Stelling 4: Ik krijg specifieke informatie en advies (over bijvoorbeeld werkzaamheden).

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens

- Beetje eens
- Helemaal eens

139. Voorgaande stellingen waren stellingen over verschillende vormen van steun die iemand kan krijgen of geven. De volgende stellingen gaan over het krijgen en/of geven van steun.

Stelling 1: Als deze persoon mij steunt op welke manier dan ook, dan ben ik bereid deze persoon ook steun te verlenen, ook al is dit van te voren niet afgesproken.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

140. Stelling 2: Als ik deze persoon steun verleen, dan verwacht ik dat deze persoon mij ook steunt.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

6. Vragen professioneel netwerk zzp'er

Sociale netwerk, professioneel zzp

De volgende vragen gaan over uw professionele netwerk, betreffende andere zzp'ers en opdrachtgevers/klanten. Het beantwoorden van deze vragen gaat op eenzelfde manier als bij het privé netwerk.

Voor het overzicht kunt u maximaal 10 personen in gedachten nemen of de namen van deze 10 personen opschrijven. Over iedere persoon wordt eenzelfde set vragen gesteld.

128. Gemiddeld genomen, met hoeveel mensen heeft u contact gehad via uw werk als u kijkt naar afgelopen jaar? Hiermee bedoelen wij personen die u een-op-een gezien of gesproken heeft, inclusief iedereen met wie u chat, praat of dingen bespreekt.

Noem alleen mensen die u zelf kent en die ouder zijn dan 18.

129. Om een beeld te krijgen over uw netwerk vragen wij om voor ieder persoon die u bij voorgaande vraag in gedachten had een aantal vragen in te vullen. Er wordt begonnen bij 'Persoon 1' waarna er ook vragen over 'Persoon 2' gesteld zullen worden. Dit tot een maximaal van 10 personen. Als u bij de vorige vraag minder dan

10 personen heeft ingevuld, bijvoorbeeld 6, dan vult u tot en met 'Persoon 6' de vragen in.

De volgende vragen zullen gaan over 'Persoon 1'. Te beginnen met:

Wat voor relatie heeft u met deze persoon?

- Zzp'er
- Opdrachtgever/klant

130. Hoelang kent u deze persoon? Vul het aantal jaren in:

131. Als u kijkt naar afgelopen jaar:

Hoe vaak heeft u direct (face-to-face) contact gehad met deze persoon?

- Dagelijks
- Tenminste een keer in de week
- 2 tot 3 keer per maand
- Zelden
- Nooit

132. Hoe vaak heeft u contact gehad met deze persoon via telefoon of skype?

- Dagelijks
- Tenminste een keer in de week
- 2 tot 3 keer per maand
- Zelden
- Nooit

133. Hoe vaak heeft u contact gehad met deze persoon per geschreven woord (whatsapp/sms/brieven/e-mail)?

- Dagelijks
- Tenminste een keer in de week
- 2 tot 3 keer per maand
- Zelden
- Nooit

134. Hoe ver woont deze persoon van u vandaan? Hiermee bedoelen wij de geografische afstand, dus het aantal kilometers tussen waar u woont en waar deze persoon woont. Aantal kilometers:

135. Bij onderstaande stellingen kunt u aangeven wat van toepassing is op uw relatie met deze persoon.

Stelling 1: Ik kan mijn emoties uiten en heb openhartige gesprekken

- helemaal oneens
- beetje oneens
- niet eens of oneens
- beetje eens
- helemaal eens

136. Stelling 2: Ik krijg hulp bij bezigheden als boodschappen, koken en schoonmaken.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

137. Stelling 3: Ik krijg feedback en hulp bij het maken van keuzes.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

138. Stelling 4: Ik krijg specifieke informatie en advies (over bijvoorbeeld werkzaamheden).

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

139. Voorgaande stellingen waren stellingen over verschillende vormen van steun die iemand kan krijgen of geven. De volgende stellingen gaan over het krijgen en/of geven van steun.

Stelling 1: Als deze persoon mij steunt op welke manier dan ook, dan ben ik bereid deze persoon ook steun te verlenen, ook al is dit van te voren niet afgesproken.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

140. Stelling 2: Als ik deze persoon steun verleen, dan verwacht ik dat deze persoon mij ook steunt.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

8. Vragen netwerk in een netwerk zzp'ers.

Zzp netwerken

U heeft het grootste gedeelte van de vragenlijst ingevuld! De volgende vragen zijn alleen voor zzp'ers en gaan over uw sociale netwerk dat niet persoonsgebonden is.

Als zzp'er kunt u er voor kiezen zich aan te sluiten bij een netwerk van zzp'ers. Dit kan bijvoorbeeld grootschalig georganiseerd zijn zoals FNV Zelfstandigen, ZZP Netwerk Nederland, ZZPServicedesk etc. Wellicht maakt u deel uit van een kleinschaliger georganiseerd netwerk van zzp'ers, zoals een eigen georganiseerd groepje zzp'ers dat af en toe bij elkaar komt. Deze netwerken kunnen zich online (denk aan social media, fora), maar ook offline (denk aan meetings, opleidingsdagen). Tevens kunt u deel uitmaken van meerdere netwerken.

249. Bij hoeveel netwerken bent u aangesloten?

250. Beantwoord de volgende vragen over het netwerk dat voor u het belangrijkste is. Bij onderstaande stellingen kunt u aangeven wat van toepassing is op uw aansluiting bij dit netwerk.

Te beginnen met de stelling 1:

Ik kan mijn emoties uiten en heb openhartige gesprekken

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens

Helemaal eens

251. Stelling 2: Ik krijg hulp bij bezigheden als boodschappen, koken en schoonmaken.

Helemaal oneens

Beetje oneens

Niet eens of oneens

Beetje eens

Helemaal eens

252. Stelling 3: Ik krijg feedback en hulp bij het maken van keuzes.

Helemaal oneens

Beetje oneens

Niet eens of oneens

Beetje eens

Helemaal eens

253. Stelling 4: Ik krijg specifieke informatie en advies (over bijvoorbeeld werkzaamheden).

Helemaal oneens

Beetje oneens

Niet eens of oneens

Beetje eens

Helemaal eens

254. Voorgaande stellingen waren stellingen over verschillende vormen van steun die iemand kan krijgen of geven. De volgende stellingen gaan over het krijgen en/of geven van steun.

Stelling 1: Als personen binnen dit netwerk mij steunen op welke manier dan ook, dan ben ik bereid deze personen ook steun te verlenen, ook al is dit van tevoren niet afgesproken.

Helemaal oneens

Beetje oneens

Niet eens of oneens

Beetje eens

Helemaal eens

255. Stelling 2: Als ik personen binnen dit netwerk steun verleen, dan verwacht ik dat deze personen mij ook steunen.

- Helemaal oneens
- Beetje oneens
- Niet eens of oneens
- Beetje eens
- Helemaal eens

256. Uit hoeveel mensen bestaat dit netwerk?

10. Vragen psychische gezondheid.

Welzijn

Deze vragen zullen de vragenlijst afsluiten. De volgende vragen zijn vragen betreffende uw welzijn. Als u terugkijkt naar de afgelopen 4 weken, hoe voelde u zich? Beantwoord de volgende vragen:

257. Voelde u zich erg zenuwachtig?

- Voortdurend
- Meestal
- Vaak
- Soms
- Zelden
- Nooit

258. Zat u zo erg in de put dat niets u kon opvrolijken?

- Voortdurend
- Meestal
- Vaak
- Soms
- Zelden
- Nooit

259. Voelde u zich kalm en rustig?

- Voortdurend
- Meestal
- Vaak
- Soms

- Zelden
- Nooit

260. Voelde u zich neerslachtig en somber?

- Voortdurend
- Meestal
- Vaak
- Soms
- Zelden
- Nooit

261. Voelde u zich gelukkig?

- Voortdurend
- Meestal
- Vaak
- Soms
- Zelden
- Nooit

9. Einde vragenlijst

Tot slot

Hartelijk bedankt voor het invullen van de vragenlijst! Mocht u de resultaten willen ontvangen of kans maken op de bol.com bon, dan kunt u hier uw e-mail adres noteren. Mocht u nog opmerkingen of vragen hebben, dan is daar ook ruimte voor.

262. Ja, ik wil graag de resultaten van dit onderzoek ontvangen! E-mail adres:

263. Ja, ik wil graag kans maken op de bol.com bon ter waarde van 20 euro! E-mail adres:

264. Opmerkingen/vragen:

Bijlage 2. Analyses variabelen

1. Normaliteit, Shapiro-Wilk test

Werknemers:

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
psygez	,176	28	,026	,962	28	,393
grootte	,235	28	,000	,798	28	,000
strongtieswn	,149	28	,111	,922	28	,040
weaktieswn	,191	28	,010	,922	28	,038
socialesteunwn	,149	28	,115	,930	28	,060
emotioneeltotaal	,104	28	,200 [*]	,949	28	,183
instrumenteeltotaal	,154	28	,086	,928	28	,054
expertisetotaal	,122	28	,200 [*]	,937	28	,092
informationeeltotaal	,130	28	,200 [*]	,932	28	,071
reciprociteitwn	,143	28	,147	,952	28	,226
freqzpz	,141	28	,160	,926	28	,048

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Zzp'ers:

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
psygez	,256	23	,000	,891	23	,017
groottez	,278	23	,000	,691	23	,000
niend	,517	23	,000	,402	23	,000
strongtieszpz	,197	23	,020	,912	23	,045
weaktieszpz	,145	23	,200 [*]	,925	23	,086
socialesteunzpz	,100	23	,200 [*]	,967	23	,617
emotioneeltotaal	,112	23	,200 [*]	,970	23	,688
instrumenteeltotaal	,127	23	,200 [*]	,863	23	,005
expertisetotaal	,141	23	,200 [*]	,954	23	,358
informationeeltotaal	,118	23	,200 [*]	,961	23	,484
reciprociteitzpz	,102	23	,200 [*]	,970	23	,685
freqzpz	,149	23	,200 [*]	,944	23	,217

2. Cronbach's alpha psychische gezondheid

Voor aanpassing:

		N	%
Cases	Valid	55	24,6
	Excluded ^a	169	75,4
	Total	224	100,0

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,340	,317	5

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

	Mean	Std. Deviation	N
Zenuwachtig	3,5091	,90006	55
Put	4,0545	1,06141	55
Somber	1,7455	,94708	55
Kalm	3,2545	,96644	55
gelukkig	3,2545	,94708	55

	zenuwachtig	putt	somberr	kalmm	gelukkig
zenuwachtig	1,000	,688	-,323	,508	,323
put	,688	1,000	-,446	,654	,446
somber	-,323	-,446	1,000	-,596	-1,000
kalm	,508	,654	-,596	1,000	,596
gelukkig	,323	,446	-1,000	,596	1,000

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
15,8182	6,411	2,53195	5

Na aanpassing (verwijderen somber):

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	55	24,6
	Excluded ^a	169	75,4
	Total	224	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,823	,822	4

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
zenuwachtig	3,5091	,90006	55
Put	4,0545	1,06141	55
Kalm	3,2545	,96644	55
Gelukkig	3,2545	,94708	55

Inter-Item Correlation Matrix

	zenuwachtig	putt	kalmm	gelukkig
Zenuwachtig	1,000	,688	,508	,323
Put	,688	1,000	,654	,446
Kalm	,508	,654	1,000	,596
Gelukkig	,323	,446	,596	1,000

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
14,0727	9,846	3,13791	4

Bijlage 3. Syntax

* PSYCHISCHE GEZONDHEID, negatief.

recode q0379 (6=5) (5=4) (4=3) (3=2) (2=1) (1=0) (else=sysmis) into zenuwachtig.

recode q0380 (6=5) (5=4) (4=3) (3=2) (2=1) (1=0) (else=sysmis) into put.

recode q0383 (6=5) (5=4) (4=3) (3=2) (2=1) (1=0) (else =sysmis) into somber.

* PSYCHISCHE GEZONDHEID.

recode q0381 (6=0) (5=1) (4=2) (3=3) (2=4) (1=5) (else=sysmis) into kalmm.

recode q0383 (6=0) (5=1) (4=2) (3=3) (2=4) (1=5) (else=sysmis) into gelukkig.

*PSYCHISCHE GEZONDHEID, totaal.

compute psygez = (gelukkig + kalmm + zenuwachtig + putt)*5.

freq psygez.

*DICHTHEID, strong ties.

*Emotionele steun als indicator van strong ties.

*Recoderen van prive netwerk strong ties in dummy's.

recode q0013 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into p1d.

recode q0025 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into p2d.

recode q0037 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into p3d.

recode q0049 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into p4d.

recode q0061 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into p5d.

recode q0073 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into p6d.

recode q0085 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into p7d.

recode q0097 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into p8d.

recode q0109 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into p9d.

recode q0121 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into p10d.

*Recoderen van professioneel netwerk werknemers in dummy's.

recode q0135 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pw1d.

recode q0147 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pw2d.

recode q0159 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pw3d.

recode q0171 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pw4d.
recode q0183 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pw5d.
recode q0195 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pw6d.
recode q0207 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pw7d.
recode q0219 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pw8d.
recode q0231 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pw9d.
recode q0243 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pw10d.

*Recoderen van professioneel netwerk zzp'er in dummy's.

recode q0257 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pz1d.
recode q0269 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pz2d.
recode q0281 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pz3d.
recode q0293 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pz4d.
recode q0305 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pz5d.
recode q0317 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pz6d.
recode q0329 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pz7d.
recode q0342 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pz8d.
recode q0353 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pz9d.
recode q0365 (1=0) (2=0) (3=0) (4=1) (5=1) (else=0) into pz10d.

*Aanmaken variabelen aantal strong ties, prive, professioneel werknemer en professioneel zzp'er.

compute strongtiesprive = (p1d + p2d + p3d + p4d + p5d + p6d + p7d + p8d + p9d + p10d).

compute strongtiesprofw = (pw1d + pw2d + pw3d + pw4d + pw5d + pw6d + pw7d + pw8d + pw9d + pw10d).

compute strongtiesprofz = (pz1d + pz2d + pz3d + pz4d + pz5d + pz6d + pz7d + pz8d + pz9d + pz10d).

compute stwn = (strongtiesprive + strongtiesprofw).

compute stzzp = (strongtiesprive + strongtiesprofz).

compute strongtiestotaal = (strongtiesprive + strongtiesprofw + strongtiesprofz).

*DICHTHEID, weak ties.

*Afwezigheid van emotionele steun als indicator van weak ties.

*Prive.

*Recoderen van prive netwerk strong ties in dummy's.

recode q0013 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into p1dw.

recode q0025 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into p2dw.

recode q0037 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into p3dw.

recode q0049 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into p4dw.

recode q0061 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into p5dw.

recode q0073 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into p6dw.

recode q0085 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into p7dw.

recode q0097 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into p8dw.

recode q0109 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into p9dw.

recode q0121 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into p10dw.

*Recoderen van professioneel netwerk werknemers in dummy's.

recode q0135 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pw1dw.

recode q0147 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pw2dw.

recode q0159 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pw3dw.

recode q0171 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pw4dw.

recode q0183 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pw5dw.

recode q0195 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pw6dw.

recode q0207 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pw7dw.

recode q0219 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pw8dw.

recode q0231 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pw9dw.

recode q0243 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pw10dw.

*Recoderen van professioneel netwerk zzp'er in dummy's.

recode q0257 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pz1dw.

recode q0269 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pz2dw.

recode q0281 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pz3dw.
recode q0293 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pz4dw.
recode q0305 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pz5dw.
recode q0317 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pz6dw.
recode q0329 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pz7dw.
recode q0342 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pz8dw.
recode q0353 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pz9dw.
recode q0365 (1=1) (2=1) (3=1) (4=0) (5=0) (else=0) into pz10dw.

*Aanmaken variabelen aantal strong ties, prive, professioneel werknemer en professioneel zzp'er.

compute weaktiesprive = (p1dw + p2dw + p3dw + p4dw + p5dw + p6dw + p7dw + p8dw + p9dw + p10dw).

compute weaktiesprofw = (pw1dw + pw2dw + pw3dw + pw4dw + pw5dw + pw6dw + pw7dw + pw8dw + pw9dw + pw10dw).

compute weaktiesprofz = (pz1dw + pz2dw + pz3dw + pz4dw + pz5dw + pz6dw + pz7dw + pz8dw + pz9dw + pz10dw).

compute wtwn = (weaktiesprive + weaktiesprofw).

compute wtzzp = (weaktiesprive + weaktiesprofz).

compute weaktiestotaal = (weaktiesprive + weaktiesprofw + weaktiesprofz).

* GROOTTE.

compute groottew = q0006 + q0128.

compute groottez = q0006 + q0250.

EXAMINE VARIABLES=groottew groottez

/PLOT BOXPLOT STEMLEAF

/COMPARE GROUPS

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/CINTERVAL 95

/MISSING LISTWISE

/NOTOTAL.

if (grootte_w = 85) grootte_w = 80.
if (grootte_w = 98) grootte_w = 80.
if (grootte_w = 155) grootte_w = 80.

if (grootte_z = 170) grootte_z = 130.
if (grootte_z = 208) grootte_z = 130.
if (grootte_z = 210) grootte_z = 130.
if (grootte_z = 515) grootte_z = 130.

*NETWERK IN EEN NETWERK.

recode q0371 (1=1) (2=1) (3=1) (4=1) (5=1) (8=1) (10=1) (0=0) into niend.

*SOCIALE STEUN.

*Sociale steun totaal.

recode q0014 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into in1.
recode q0015 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into ex1.
recode q0016 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into if1.
recode q0013 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into em1.

recode q0025 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into em2.
recode q0026 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into in2.
recode q0027 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into ex2.
recode q0028 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into if2.

recode q0037 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into em3.
recode q0038 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into in3.
recode q0039 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into ex3.
recode q0040 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into if3.

recode q0049 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into em4.
recode q0050 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into in4.
recode q0051 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into ex4.

recode q0052 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into if4.

recode q0061 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into em5.

recode q0062 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into in5.

recode q0063 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into ex5.

recode q0064 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into if5.

recode q0073 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into em6.

recode q0074 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into in6.

recode q0075 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into ex6.

recode q0076 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into if6.

recode q0085 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into em7.

recode q0086 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into in7.

recode q0087 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into ex7.

recode q0088 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into if7.

recode q0097 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into em8.

recode q0098 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into in8.

recode q0099 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into ex8.

recode q0100 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into if8.

recode q0109 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into em9.

recode q0110 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into in9.

recode q0111 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into ex9.

recode q0112 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into if9.

recode q0121 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into em10.

recode q0122 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into in10.

recode q0123 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into ex10.

recode q0124 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (else = 0) into if10.

compute steuntotaalprive = (em1 + em2 + em3 + em4 + em5 + em6 + em7 + em8 + em9 + em10 + in1 + in2 + in3 + in4 + in5 + in6 + in7 + in8 + in9 + in10 + ex1 + ex2 + ex3 + ex4 + ex5 + ex6 + ex7 + ex8 + ex9 + ex10 + if1 + if2 + if3 + if4 + if5 + if6 + if7 + if8 + if9 + if10).

*Professioneel werknemer sociale steun.

Recode q0135 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emw1.

Recode q0136 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inw1.

Recode q0137 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exw1.

Recode q0138 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifw1.

Recode q0147 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emw2.

Recode q0148 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inw2.

Recode q0149 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exw2.

Recode q0150 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifw2.

Recode q0159 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emw3.

Recode q0160 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inw3.

Recode q0161 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exw3.

Recode q0162 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifw3.

Recode q0171 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emw4.

Recode q0172 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inw4.

Recode q0173 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exw4.

Recode q0174 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifw4.

Recode q0183 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emw5.

Recode q0184 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inw5.

Recode q0185 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exw5.

Recode q0186 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifw5.

Recode q0195 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emw6.

Recode q0196 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inw6.

Recode q0197 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exw6.

Recode q0198 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifw6.

Recode q0207 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emw7.

Recode q0208 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inw7.

Recode q0209 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exw7.

Recode q0210 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifw7.

Recode q0219 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emw8.

Recode q0220 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inw8.

Recode q0221 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exw8.

Recode q0222 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifw8.

Recode q0231 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emw9.

Recode q0232 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inw9.

Recode q0233 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exw9.

Recode q0234 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifw9.

Recode q0243 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emw10.

Recode q0244 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inw10.

Recode q0245 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exw10.

Recode q0246 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifw10.

Compute socialesteuntotaalw = (emw1 + emw2 + emw3 + emw4 + emw5 + emw6 + emw7 + emw8 + emw9 + emw10 + inw1 + inw2 + inw3 + inw4 + inw5 + inw6 + inw7 + inw8 + inw9 + inw10 + exw1 + exw2 + exw3 + exw4 + exw5 + exw6 + exw7 + exw8 + exw9 + exw10 + ifw1 + ifw2 + ifw3 + ifw4 + ifw5 + ifw6 + ifw7 + ifw8 + ifw9 + ifw10).

*Zzp'er totaal sociale steun.

Recode q0257 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emz1.

Recode q0258 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inz1.

Recode q0259 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exz1.

Recode q0260 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifz1.

Recode q0269 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emz2.

Recode q0270 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inz2.

Recode q0271 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exz2.

Recode q0272 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifz2.

Recode q0281 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emz3.

Recode q0282 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inz3.

Recode q0283 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exz3.

Recode q0284 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifz3.

Recode q0293 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emz4.

Recode q0294 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inz4.

Recode q0295 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exz4.

Recode q0296 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifz4.

Recode q0305 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emz5.

Recode q0306 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inz5.

Recode q0307 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exz5.

Recode q0308 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifz5.

Recode q0317 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emz6.

Recode q0318 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inz6.

Recode q0319 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exz6.

Recode q0320 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifz6.

Recode q0329 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emz7.

Recode q0330 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inz7.

Recode q0331 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exz7.

Recode q0332 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifz7.

Recode q0341 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emz8.

Recode q0342 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inz8.

Recode q0343 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exz8.

Recode q0344 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifz8.

Recode q0341 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emz9.

Recode q0342 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inz9.

Recode q0343 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exz9.

Recode q0344 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifz9.

Recode q0341 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into emz10.

Recode q0342 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into inz10.

Recode q0343 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into exz10.

Recode q0344 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else=0) into ifz10.

Compute socialesteuntotaalz = (emz1 + emz2 + emz3 + emz4 + emz5 + emz6 + emz7 + emz8 + emz9 + emz10 + inz1 + inz2 + inz3 + inz4 + inz5 + inz6 + inz7 + inz8 + inz9 + inz10 + exz1 + exz2 + exz3 + exz4 + exz5 + exz6 + exz7 + exz8 + exz9 + exz10 + ifz1 + ifz2 + ifz3 + ifz4 + ifz5 + ifz6 + ifz7 + ifz8 + ifz9 + ifz10).

Compute ssw = (steuntotaalprive + socialesteuntotaalw).

Compute ssszp = (steuntotaalprive + socialesteuntotaalz).

compute socialesteuntotaal = (socialesteuntotaalz + socialesteuntotaalw + steuntotaalprive).

*TYPE SOCIALE STEUN.

*Emotionele steun.

Compute emtotaal = (emz1 + emz2 + emz3 + emz4 + emz5 + emz6 + emz7 + emz8 + emz9 + emz10 + emw1 + emw2 + emw3 + emw4 + emw5 + emw6 + emw7 + emw8 + emw9 + emw10 + em1 + em2 + em3 + em4 + em5 + em6 + em7 + em8 + em9 + em10).

Compute intotaal = (in1 + in2 + in3 + in4 + in5 + in6 + in7 + in8 + in9 + in10 + inz1 + inz2 + inz3 + inz4 + inz5 + inz6 + inz7 + inz8 + inz9 + inz10 + inw1 + inw2 + inw3 + inw4 + inw5 + inw6 + inw7 + inw8 + inw9 + inw10).

Compute extotaal = (ex1 + ex2 + ex3 + ex4 + ex5 + ex6 + ex7 + ex8 + ex9 + ex10 + exz1 + exz2 + exz3 + exz4 + exz5 + exz6 + exz7 + exz8 + exz9 + exz10 + exw1 + exw2 + exw3 + exw4 + exw5 + exw6 + exw7 + exw8 + exw9 + exw10).

Compute iftotaal = (if1 + if2 + if3 + if4 + if5 + if6 + if7 + if8 + if9 + if10 + ifz1 + ifz2 + ifz3 + ifz4 + ifz5 + ifz6 + ifz7 + ifz8 + ifz9 + ifz10 + ifw1 + ifw2 + ifw3 + ifw4 + ifw5 + ifw6 + ifw7 + ifw8 + ifw9 + ifw10).

*RECIPROCITEIT.

recode q0017 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rc1.

recode q0029 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rc2.

recode q0041 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rc3.

recode q0053 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rc4.

recode q0065 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rc5.

recode q0077 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rc6.

recode q0089 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rc7.

recode q0101 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rc8.

recode q0113 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rc9.

recode q0125 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rc10.

recode q0018 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcc1.

recode q0030 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcc2.

recode q0042 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcc3.

recode q0054 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcc4.

recode q0066 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcc5.

recode q0078 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcc6.

recode q0090 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcc7.

recode q0102 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcc8.

recode q0114 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcc9.

recode q0126 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcc10.

compute reciprociteitprive = (rc1 + rc2 + rc3 + rc4 + rc5 + rc6 + rc7 + rc8 + rc9 + rc10 + rcc1 + rcc2 + rcc3 + rcc4 + rcc5 + rcc6 + rcc7 + rcc8 + rcc9 + rcc10).

recode q0139 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcw1.

recode q0151 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcw2.
recode q0163 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcw3.
recode q0175 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcw4.
recode q0187 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcw5.
recode q0199 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcw6.
recode q0211 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcw7.
recode q0223 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcw8.
recode q0235 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcw9.
recode q0247 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcw10.

recode q0140 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccw1.
recode q0152 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccw2.
recode q0164 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccw3.
recode q0176 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccw4.
recode q0188 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccw5.
recode q0200 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccw6.
recode q0212 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccw7.
recode q0224 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccw8.
recode q0236 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccw9.
recode q0248 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccw10.

recode q0273 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcz1.
recode q0285 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcz2.
recode q0297 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcz3.
recode q0309 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcz4.
recode q0321 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcz5.
recode q0333 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcz6.
recode q0345 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcz7.
recode q0357 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcz8.
recode q0369 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcz9.
recode q0381 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rcz10.

recode q0274 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccz1.

recode q0286 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccz2.

recode q0298 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccz3.

recode q0310 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccz4.

recode q0322 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccz5.

recode q0334 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccz6.

recode q0346 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccz7.

recode q0358 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccz8.

recode q0370 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccz9.

recode q0382 (5=5) (4=4) (3=3) (2=2) (1=1) (else = 0) into rccz10.

compute recp = (rc1 + rc2 + rc3 + rc4 + rc5 + rc6 + rc7 + rc8 + rc9 + rc10 + rcc1 + rcc2 + rcc3 + rcc4 + rcc5 + rcc6 + rcc7 + rcc8 + rcc9 + rcc10).

compute recw = (rcw1 + rcw2 + rcw3 + rcw4 + rcw5 + rcw6 + rcw7 + rcw8 + rcw9 + rcw10 + rccw1 + rccw2 + rccw3 + rccw4 + rccw5 + rccw6 + rccw7 + rccw8 + rccw9 + rccw10).

compute recz = (rcz1 + rcz2 + rcz3 + rcz4 + rcz5 + rcz6 + rcz7 + rcz8 + rcz9 + rcz10 + rccz1 + rccz2 + rccz3 + rccz4 + rccz5 + rccz6 + rccz7 + rccz8 + rccz9 + rccz10).

compute rectotaal = (recp + recw + recz).

compute recwn = (recp + recw).

compute reczpz = (recp + recz).

*Onderzoeken van beschrijvende statistieken en frequenties algemene gegevens.

Sort file by q0004.

Des q0001 q0002 q0003 q0005.

Freq q0001 q0002 q0003 q0005.

USE ALL.

*****ANALYSES.

*ANALYSEMETHODE HAYE IN SPSS VOEGEN.

INSERT FILE = 'c:/process/process.sps'.

*Hypothese 1.

*WN.

Temporary.

Select if (q0004 = 2).

REGRESSION

/MISSING LISTWISE

/STATISTICS COEFF OUTS CI(95) R ANOVA COLLIN TOL CHANGE ZPP

/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)

/NOORIGIN

/DEPENDENT psygez

/METHOD=ENTER stwn

/RESIDUALS NORMPROB(ZRESID)

/SAVE MAHAL COOK.

*ZZP.

Temporary.

Select if (q0004 = 1).

REGRESSION

/MISSING LISTWISE

/STATISTICS COEFF OUTS CI(95) R ANOVA COLLIN TOL CHANGE ZPP

/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)

/NOORIGIN

/DEPENDENT psygez

/METHOD=ENTER stzpz

/RESIDUALS NORMPROB(ZRESID)

/SAVE MAHAL COOK.

*Hypothese 2.

*WN.

Temporary.

Select if (q0004 = 2).

REGRESSION

/MISSING LISTWISE

/STATISTICS COEFF OUTS CI(95) R ANOVA COLLIN TOL CHANGE ZPP

/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)

/NOORIGIN

/DEPENDENT psygez

/METHOD=ENTER wtwm

/RESIDUALS NORMPROB(ZRESID)

/SAVE MAHAL COOK.

*ZPP.

Temporary.

Select if (q0004 = 1).

REGRESSION

/MISSING LISTWISE

/STATISTICS COEFF OUTS CI(95) R ANOVA COLLIN TOL CHANGE ZPP

/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)

/NOORIGIN

/DEPENDENT psygez

/METHOD=ENTER wtzpp

/RESIDUALS NORMPROB(ZRESID)

/SAVE MAHAL COOK.

*Hypothese 3.

*WN.

TEMPORARY.

Select if (q0004 = 2).

process vars = psygez sswm grootte

/y = psygez

/x = grootteW

/m = sswn

/model = 4.

*ZZP.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =1).

process vars = psygez groottez sszpz

/y = psygez

/x = groottez

/m = sszpz

/model = 4.

*Hypothese 4.

Temporary.

Select if (q0004 = 1).

REGRESSION

/MISSING LISTWISE

/STATISTICS COEFF OUTS CI(95) R ANOVA COLLIN TOL CHANGE ZPP

/CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)

/NOORIGIN

/DEPENDENT psygez

/METHOD=ENTER niend

/RESIDUALS NORMPROB(ZRESID)

/SAVE MAHAL COOK.

*Hypothese 5.

*Emotioneel WN.

TEMPORARY.

Select if (q0004 = 2).

process vars = psygez stwn emtotaal

/y = psygez

/x = stwn

/m = emtotaal

/model = 4.

*Emotioneel ZZP.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =1).

process vars = psygez stzzp emtotaal

/y = psygez

/x = stzzp

/m = emtotaal

/model = 4.

*Instrumenteel WN.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =2).

process vars = psygez stwn intotaal

/y = psygez

/x = stwn

/m = intotaal

/model = 4.

*Instrumenteel ZZP.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =1).

process vars = psygez stzzp intotaal

/y = psygez

/x = stzpz

/m = intotaal

/model = 4.

*Hypothese 5c en d.

TEMPORARY.

Select if (q0004 = 2).

process vars = psygez wtnw extotaal

/y = psygez

/x = wtnw

/m = extotaal

/model = 4.

*Emotioneel ZZP.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =1).

process vars = psygez wtzpz extotaal

/y = psygez

/x = wtzpz

/m = extotaal

/model = 4.

*Instrumenteel WN.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =2).

process vars = psygez wtnw iftotaal

/y = psygez

/x = wtwn

/m = iftotaal

/model = 4.

*Instrumenteel ZZP.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =1).

process vars = psygez wtzpz iftotaal

/y = psygez

/x = wtzpz

/m = iftotaal

/model = 4.

*Hypothese 6..

*Instrumenteel ZZP.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =1).

process vars = psygez niend extotaal

/y = psygez

/x = niend

/m = extotaal

/model = 4.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =1).

process vars = psygez niend iftotaal

/y = psygez

/x = niend

/m = iftotaal

/model = 4.

*Hypothese 7.

*WN.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =2).

process vars = psygez wtwm recwm

/y = psygez

/x = wtwm

/m = recwm

/model = 4.

*ZZP.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =1).

process vars = psygez wtzzp reczzp

/y = psygez

/x = wtzzp

/m = reczzp

/model = 4.

*Hypothese 8.

*ZZP.

TEMPORARY.

Select if (q0004 =1).

process vars = psygez niend reczzp

/y = psygez

/x = niend

/m = reczpz

/model = 4.