



Universiteit Utrecht

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

Masterthesis Klinische en Gezondheidspsychologie

Auteur: T. Linotte (3588556)

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

3 maart 2014

Inhoud

Summary	3
Inleiding	4
Methode.....	7
Procedure.....	7
Participanten.....	8
Meetinstrumenten.....	10
Resultaten	12
Algemeen beschrijvende statistieken	12
Hechting en eenzaamheid.....	13
Hechting en vriendschapskwaliteit.....	15
Vriendschapskwaliteit en eenzaamheid.....	15
De mediërende rol van vriendschapskwaliteit.....	16
De modererende rol van sekse.....	16
Discussie.....	17
Hechting en eenzaamheid.....	17
De mediërende rol van vriendschapskwaliteit.....	18
Sekse als moderator.....	19
Kanttekeningen en implicaties	20
Referenties.....	21
Bijlagen	25
Bijlage 1: Omroepbericht conducteurs.....	25
Bijlage 2: Toestemmingsformulier.....	26
Bijlage 3: Vragenlijsten.....	28

Summary

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

Inleiding

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

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

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

Hopmeyer, 1999). Het lijkt daarom nuttig om eenzaamheid als twee aparte constructen te onderzoeken.

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

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

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

onderzoek vond daarentegen geen verschil tussen verschillende onveilige hechtingstijlen (Lambert et al., 1995). In deze onderzoeken is echter geen onderscheid gemaakt tussen sociale en emotionele eenzaamheid. Wanneer dit wel gedaan wordt geeft dit mogelijk meer inzicht in de ervaren eenzaamheid bij onveilige hechtingstijlen.

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

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

denkbaar dat vriendschapskwaliteit ook de relatie tussen hechtingstijlen en eenzaamheid mediëert.

Naast vriendschapskwaliteit zou ook sekse van invloed kunnen zijn op eenzaamheid (Serin, Aydinogly & Aysan, 2010). Gescheiden mannen blijken bijvoorbeeld meer eenzaamheid te ervaren dan gescheiden vrouwen (Dykstra & Fokkema, 2007). Ook lijkt sekse de relatie tussen hechtingstijlen en vriendschap (Saferstein, Neimeyer & Hagans, 2005) en vriendschap en eenzaamheid (Le Roux & Conners, 2001) te modereren. Onderzoek naar de modererende rol van sekse op hechtingstijlen en eenzaamheid is echter beperkt. Het is denkbaar dat sekse ook hier van invloed is. Mannen zijn over het algemeen minder sociaal responsief, empathisch en intiem in hun relaties (Andersen & Bern, 1981). Ook hebben zij een kleiner sociaal netwerk (Dykstra & Fokkema, 2007). Mogelijk ervaren mannen met een onveilige hechtingstijl hierdoor meer eenzaamheid dan vrouwen met een onveilige hechtingstijl. In voorliggend onderzoek zal getracht worden hier meer inzicht in te verkrijgen.

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

Methode

Procedure

Voorafgaand aan het onderzoek is een *pilot-studie* uitgevoerd onder 12 respondenten om

eventuele fouten bij te stellen en de duur van het invullen te toetsen. Op basis hiervan zijn enkele praktische aanpassingen doorgevoerd.

Vragenlijsten zijn afgenomen in treinen van de Nederlandse Spoorwegen op verschillende dagen, coupé's, tijden en trajecten in de maand November. Op deze manier is getracht een gevarieerde onderzoeksgroep te verkrijgen. Voor het betreden van de trein werd toestemming gevraagd aan de conducteur. Zes conducteurs gaven dit niet. Wanneer mogelijk werden de onderzoekers aangekondigd middels een omroepbericht (zie Bijlage 1). Vervolgens werden de reizigers gevraagd of zij wilden deelnemen aan het onderzoek.

Ongeveer 75% van de reizigers wilde deelnemen aan het onderzoek. Inclusiecriteria waren het beheersen van de Nederlandse taal en een minimum leeftijd van 18 jaar. Participanten werd vermeld dat het om een onderzoek ging naar sociale relaties, deelname maximaal 15 minuten zou duren en de gegevens anoniem werden behandeld. Ook werd duidelijk gemaakt dat zij te allen tijde konden stoppen met het onderzoek. Indien akkoord tekenden zowel de deelnemers als de onderzoekers hiervoor een toestemmingsformulier (zie Bijlage 2). De vragenlijsten zijn vervolgens in papieren versie verstrekt (zie Bijlage 3). Op het eerste blad van de vragenlijst stonden instructies voor het invullen. Na ongeveer 20 minuten werden de vragenlijsten bij de participanten opgehaald. Hierbij kreeg de participant nog een mogelijkheid tot het stellen van vragen. Deelnemers konden tevens aangegeven om op de hoogte te worden gehouden van het onderzoek. Na afloop van het onderzoek werd deze deelnemers een kort verslag van de onderzoeksresultaten opgestuurd.

Participanten

In totaal hebben 276 mensen de vragenlijsten ingevuld, 14 participanten zijn verwijderd vanwege het niet volledig invullen. De dataset bestaat uiteindelijk uit 264 participanten, onder wie 117 mannen en 147 vrouwen. De gemiddelde leeftijd van de participanten bedroeg 32.53 jaar (SD15.88). Participanten zijn verdeeld over burgerlijke staat, opleidingsniveau en maandinkomen, dit komt overeen met Nederlandse samenleving (CBS, 2012; CBS, 2013a; CBS, 2013b). Voor de volledige demografische gegevens wordt verwezen naar Tabel 1.

Tabel 1*Gemiddelde leeftijd en demografische variabelen van de participanten(n=264).*

	Totaal (n=264)	Vrouw (n=147)	Man (n=117)
<i>M</i> Leeftijd	32.53(n=263)	31.38(n=146)	33.96
<i>SD</i> Leeftijd	15.88(n=263)	15.22(n=146)	16.63
Burgerlijke staat (in %)			
- Alleenstaand	28	25.2	31.6
- In relatie, niet samenwonend	26.9	28.6	24.8
- Samenwonend	20.5	21.1	19.7
- Gehuwd	21.6	21.8	21.4
- Gescheiden	3	3.4	2.6
- Weduwnaar	0	0	0
Maandinkomen (in %)			
- Minder dan 2000 bruto	47.3	54.4	38.5
- 2000-3000 bruto	19.3	15	24.8
- Meer dan 3000 bruto	33.3	30.6	36.8
Kinderen (ja in %)	27.3(n=72)	26.5(n=39)	28.2(n=33)
<i>M</i> Aantal kinderen (<i>SD</i>)	2.17(.89)	2.13	2.21
<i>M</i> leeftijd kinderen (<i>SD</i>)	20.85 (13)	19.56	22.37
Leefsituatie kinderen (in %)			
- Uitwonend	40.3	41	39.4
- Thuiswonend	41.7	43.6	39.4
- Beide	18.1	15.4	21.2
Band met kinderen (in %)			
- Slecht	0	0	0
- Matig	1.4	2.6	0
- Gemiddeld	6.9	5.1	9.1
- Prima	40.3	41	39.4
- Uitstekend	51.4	51.3	51.5
Hoogst afgeronde opleiding (in %) (n=263)			
- Lagere school	1.5	2.1	.9
- Mulo/mavo/lts/vmbo/huishoud	14.1	13.7	14.5
- Mbo	11	9.6	12.8
- Hts/hbs/havo	17.1	17.8	16.2
- Vwo/atheneum	16.3	16.4	16.2
- Hbo	22.4	23.3	21.4
- Universiteit	17.1	17.1	17.1
- Anders	.4	0	.9

Meetinstrumenten

Demografische gegevens

De vragenlijst begint met het uitvragen van demografische gegevens zoals geslacht, leeftijd, burgerlijke staat, hoogst afgeronde opleiding, inkomensniveau en gezinssituatie (zie Bijlage 3).

Gemoedstoestand

Gemoedstoestand is gemeten met de VROPSOM (Van Rooijen, 1979), omdat dit de mate van ervaren eenzaamheid zou kunnen beïnvloeden. Deze vragenlijst is een Nederlandse vertaling van de Depression Adjective Checklist (Lubin, 1967). Het instrument inventariseert de mate waarin een persoon onprettige stemmingen of gevoelens ervaart en prettige emoties mist. De lijst bestaat uit 34 adjectieven die stemmingen of gevoelens weergeven, verdeeld over twee schalen. De dysforieschaal bestaat uit 22 woorden, de euforieschaal uit 12. Participanten werd gevraagd aan te geven welke stemming zij over het algemeen hebben ervaren in de afgelopen week. In dit onderzoek is enkel gekeken naar de totaalscore, welke een maat is voor een sombere gemoedstoestand. De COTAN beoordeelt deze vragenlijst als volgt; uitgangspunten, kwaliteit van het testmateriaal en betrouwbaarheid zijn goed, de begripsvaliditeit en criteriumvaliditeit zijn voldoende, kwaliteit van de handleiding en normen zijn onvoldoende (Evers, 2001). In voorliggend onderzoek is de Cronbach's alpha .74.

Eenzaamheid

Er is gebruik gemaakt van De Jong Gierveld Eenzaamheidsschaal (De Jong-Gierveld & Kamphuis, 1985). Deze vragenlijst meet sociale en emotionele eenzaamheid door middel van 11 stellingen, waarvan zes items negatief zijn geformuleerd en vijf positief (zie Bijlage 3). Participanten werd gevraagd aan te kruisen in hoeverre een stelling op hen van toepassing was. De originele antwoordmogelijkheden ('Ja!', 'ja', 'min-of-meer, nee, nee!') zijn aangepast (naar 'helemaal niet', 'nee', 'min-of-meer', 'ja', 'helemaal'), om het verschil tussen de antwoorden duidelijker te maken. Daarbij zijn de antwoordmogelijkheden in dezelfde richting gesteld als de andere vragenlijsten, om verwarring te voorkomen. De COTAN beoordeelt deze vragenlijst als volgt; uitgangspunten en betrouwbaarheid zijn goed, kwaliteit van het testmateriaal en de handleiding zijn voldoende, criteriumvaliditeit en normen zijn

onvoldoende (Evers, 2001). In huidig onderzoek is de Cronbach's alpha .88 voor de gehele vragenlijst, .85 voor de emotionele eenzaamheidschaal en .81 voor de sociale eenzaamheidschaal.

Hechting

De volwassen hechtingstijl van participanten is gemeten door middel van de ECR-R-NL (Conradi, Gerlsma, Van Duijn en De Jonge, 2006). Dit is een Nederlandse vertaling van de Experience of Close Relationships-Revised (Fraley, Waller, & Brennan, 2000). De vragenlijst bestaat uit 36 stellingen, evenredig verdeeld over een vermijdende hechting schaal en een angstige hechting schaal. Een lage score op beide schalen staat voor een veilige hechtingstijl. Participanten werd gevraagd door middel van een zeven-punt Likertschaal aan te geven in hoeverre zij het eens waren met de stellingen. Onderzoek naar de psychometrische kwaliteiten van de Nederlandse versie ondersteunt de twee-factoren structuur. De interne validiteit van de schalen varieert van bevredigend tot voldoende. De externe validiteit is vergeleken met de Amerikaanse versie voldoende (Conradi et al. 2006). In huidig onderzoek is de Cronbach's alpha .91 voor de totale vragenlijst, .92 voor de angstige hechtingschaal en .89 voor de vermijdende hechtingschaal.

Vriendschapskwaliteit

De vriendschapskwaliteit van participanten is gemeten door middel van de Friendship Qualities Scale (FQS) (Bukowski, Hoza & Boivin, 1994). Ten behoeve van huidige studie is deze vragenlijst vertaald naar het Nederlands, door een *native English speaker* is deze terugvertaald naar het Engels. Dit kwam overeen met de originele versie. De vragenlijst meet de actuele percepties van vriendschapsrelaties door middel van 22 stellingen, verdeeld over vijf schalen; ruzie, kameraadschap, hulp, veiligheid en nabijheid. Participanten werd gevraagd aan te geven in hoeverre zij het eens waren met de stellingen door middel van een vijf-punt Likertschaal. De psychometrische kwaliteit van de originele vragenlijst is in orde. De Cronbach's alpha van alle schalen zijn voldoende (Ponti et al., 2010). In huidig onderzoek is de Cronbach's alpha .78 voor de totale vragenlijst, .73 voor nabijheid, .39 voor veiligheid, .79 voor hulp, .51 voor kameraadschap en .68 voor ruzie. De schalen veiligheid en kameraadschap worden in voorliggend onderzoek op basis van te geringe interne consistentie niet gebruikt.

Resultaten

Algemeen beschrijvende statistieken

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

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

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

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

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

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

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

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

Hypothese 2

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

Hypothese 3

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

Hypothese 4

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

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

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

gehechten ($p < .001$) en veilig gehechten ($p < .001$).

Tabel 3

Gemiddelde verschijscores tussen de verschillende hechtingstijlen op de eenzaamheidsschalen.

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

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

Hechting en vriendschapskwaliteit

Hypothese 5

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

Vriendschapskwaliteit en eenzaamheid

Hypothese 6

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

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

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

De mediërende rol van vriendschapskwaliteit

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

De modererende rol van sekse

Hypothese 7

Er zijn geen significante sekseverschillen gevonden in de relatie tussen veilige hechting en eenzaamheid. Mannen met een onveilige hechtingstijl blijken niet significant meer eenzaamheid ($r = .65, p < .001$) te rapporteren dan vrouwen ($r = .70, p < .001$), ($z = -1.04, p = .30$).

Discussie

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

Hechting en eenzaamheid

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

Op basis van de theorie van Weiss (1973), werd in huidig onderzoek een onderscheid gemaakt tussen sociale en emotionele eenzaamheid. Er werd gevonden dat een vermijdende hechtingstijl een sterkere relatie met sociale eenzaamheid heeft. Een angstige hechting heeft een sterkere relatie met emotionele eenzaamheid. De hechtingstheorie kan dit mogelijk verklaren doordat vermijdend gehechten emotionele en hechte relaties minder ambiëren. Een vermijdende hechtingstijl impliceert een voorkeur voor zelfredzaamheid en emotionele

afstand van anderen (Bartholomew & Horowitz, 1991). Eenzaamheid wordt hierdoor wellicht sterker sociaal ervaren. Doordat angstig gehechten meer behoefte hebben aan hechte relaties (Griffin & Bartholomew, 1994), zullen zij wellicht sterker emotionele eenzaamheid ervaren wanneer deze relaties ontbreken of niet zo ervaren worden.

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

De mediërende rol van vriendschapskwaliteit

Op basis van eerder onderzoek van Vanhalst en collega's (2013) werd verwacht dat vriendschapskwaliteit de relatie tussen hechting en eenzaamheid zou mediëren. In voorliggend onderzoek wordt daarom getracht inzicht te krijgen in de relatie tussen hechtingstijlen en vriendschapskwaliteit en vriendschapskwaliteit en eenzaamheid.

Verwacht werd dat een veilige volwassen hechtingstijl een positieve relatie zou hebben met een goede vriendschapskwaliteit. Een goede vriendschapskwaliteit zou een negatieve relatie hebben met eenzaamheid. De resultaten ondersteunen deze verwachtingen. De mediërende rol van vriendschap kan mogelijk verklaard worden doordat mensen de neiging hebben om situaties te zoeken die consistent zijn met hun mentale representaties en daardoor onveranderd blijven (Fraley, 2002). Mensen gaan hierdoor relaties aan die hun hechtingstijl bekrachtigen (Miller, Perlman & Brehm, 2007). De ervaren kwaliteit van vriendschapsrelaties blijkt bij te dragen aan de mate van ervaren eenzaamheid (Vanhalst et al., 2013). Hier biedt de hechtingstheorie een verklaring. Zoals al eerder gesteld, zouden angstig gehechten hun vriendschappen mogelijk altijd als onbevredigend ervaren, waardoor zij meer eenzaamheid ervaren. Het onvermogen

om betekenisvolle inter-persoonlijke relaties te vormen leidt tot eenzaamheid (Santröck, 1998). Bowlby (1969) stelt dat hechtingstijl bepalen in hoeverre iemand dit vermogen heeft.

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

Sekse als moderator

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

Kanttekeningen en implicaties

Er zijn enkele kanttekeningen te plaatsen bij voorliggend onderzoek. Door het correlatieve design, toont huidig onderzoek enkel samenhang tussen variabelen aan. Uitspraken over causaliteit kunnen niet gedaan worden omdat er geen sprake is van manipulatie, een controlegroep of randomisatie. Er kan bijvoorbeeld niet worden aangetoond of vriendschapskwaliteit eenzaamheid beïnvloedt, of andersom. De resultaten moeten dan ook met enige voorzichtigheid geïnterpreteerd worden.

Wat ook genoemd moet worden is de kwaliteit van de vriendschapskwaliteit vragenlijst. De vertaling van deze lijst is nog in een experimentele fase en is niet gevalideerd voor de Nederlandse situatie. Twee schalen van deze lijst zijn in voorliggend onderzoek niet meegenomen door een te lage betrouwbaarheid. Het is hierdoor de vraag of de gemeten vriendschapskwaliteit valide is. Andere aspecten, zoals intimiteit en verwachtingen, blijken ook een rol te spelen bij vriendschap (You & Malley-Morrison, 2000; Grabill & Kerns, 2000). Voor vervolgonderzoek is het van belang om meer aspecten van vriendschapskwaliteit te onderzoeken.

Een andere beperking is de situatie waarin de vragenlijsten zijn ingevuld. Naast de voordelen van het afnemen in de trein, zoals het bereiken van een groot publiek en variatie aan participanten, zijn er ook nadelen. Zo zit er bijvoorbeeld vaak iemand naast, participanten hebben hierdoor minder privacy. Het is de vraag of participanten de vragen dan eerlijk beantwoorden. Het is hierdoor niet zeker of werkelijk ervaren hechting, eenzaamheid en vriendschapskwaliteit gerapporteerd zijn.

Een laatste kritiekpunt is dat er weinig ouderen deelnamen. Het is bekend dat ouderen over het algemeen eenzamer zijn dan andere leeftijdsgroepen (Nationaal Kompas, 2013). Ook heeft de invloed van sekse een andere rol bij verschillende leeftijden (Nicolaisen en Thorsen, 2013). Voor vervolgonderzoek wordt daarom een meer gevarieerde leeftijdsgroep aangeraden.

Ondanks enkele beperkingen draagt huidig onderzoek bij aan het begrijpen van de relatie tussen hechtingstijlen, vriendschapskwaliteit en eenzaamheid. Bovendien is voorliggend onderzoek vernieuwend en nuttig doordat er onderscheid wordt gemaakt tussen emotionele en sociale eenzaamheid.

Referenties

- Andersen, S.M., & Bern, S.L. (1981). Sex typing and androgyny in dyadic interaction: Individual differences in responsiveness to physical attractiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 74-86.
- Asher, S.R., & Paguette, J.A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, 12, 75–78.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244
- Baumeister, R.F., & Leary, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Bogaerts, S., Vanheule, S., & Desmet, M. (2006). Feelings of subjective emotional loneliness: An exploration of attachment. *Social Behavior and Personality*, 34, 797-812.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bretherton, I., & Munholland, K.A. (1999). Internal working models in attachment relationships: a construct revisited. In J. Cassidy & P.R. Shaver. (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 68 – 88). New York/London: The Guilford Press
- Bukowski, W.M., Hoza, B., & Boivin, M. (1994). Measuring friendship quality during pre and early adolescence: The development and psychometric properties of the Friendship Qualities Scale. *Journal of Social Personal Relationships*, 471-84.
- CBS. (2012). *Inkomensverdeling huishoudens 2012*. Verkregen op 18 februari 2014, <http://www.cbs.nl/nl-NL/menu/themas/inkomensbestedingen/cijfers/extra/inkomensverdeling.html>.
- CBS. (2013a). *Gemiddelde bevolking; geslacht, leeftijd, burgerlijke staat en regio*. Verkregen op 18 februari 2014, <http://statline.cbs.nl/StatWeb/publication/?VW=T&DM=SLnl&PA=70233ned&LA=nl>.
- CBS. (2013b). *Beroepsbevolking; behaalde onderwijs naar herkomst geslacht en leeftijd*. Verkregen op 18 februari, 2014,

<http://statline.cbs.nl/StatWeb/publication/?VW=T&DM=SLNL&PA=71822NED&D1=0-1&D2=0&D3=0&D4=0-4&D5=a&D6=0&D7=0,4-1&HD=110405-1452&HDR=T,G2,G1,G5,G6&STB=G4,G3>.

- Conradi, H.J., Gerlsma, C., van Duijn, M., & de Jonge, P. (2006). Internal and external validity of the experiences in close relationships questionnaire in an American and two Dutch samples. *European Journal of Psychiatry*, 20, 258-269.
- De Jong Gierveld, J., & F. Kamphuis (1985). The development of a Rasch-type loneliness scale. *Applied Psychological Measurement*, 9, 3, 289-299.
- De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, T. (2011). *Manual of the Loneliness Scale 1999*. Verkregen op 24 februari, 2014, http://home.fsw.vu.nl/tg.van.tilburg/manual_loneliness_scale_1999.html
- DiTommaso, E., Brannen-McNulty, C., Ross, L., & Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences*, 35, 303-312.
- Dykstra, P.A. & Fokkema, T. (2007). Social and emotional loneliness among divorced and married men and women: comparing the deficit and cognitive perspectives. *Basic and Applied Social Psychology*, 19(1), 1-12.
- Dykstra, P.A., & de Jong Gierveld, J. (2004). Gender and marital-history differences in emotional and social loneliness among Dutch older adults. *Canadian Journal on Aging*, 23, 141-155.
- Evers, A. (2001). *Beoordelingssysteem voor de kwaliteit van tests*. Amsterdam: COTAN/Nederlands Instituut van Psychologen.
- Fraley, R.C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6, 123 – 151.
- Fraley, R.C., Waller, N.G., & Brennan, K.A. (2000). An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 350-365.
- Grabill, C.M., & Kerns, K.A. (2000). Attachment style and intimacy in friendship. *Personal Relationships*, 7, 363-378.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental

- dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445.
- Hesse, E. (1999). The adult attachment interview: Historical and current perspectives. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 68 – 88). New York, London: The Guilford Press
- Heinrich, L.M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26, 295-718.
- Lambert, V., Lussier, Y., Sabourin, S., & Wright, J. (1995). Attachment, solitude, psychological distress in young adults. *International Journal of Psychology*, 30, 109-131.
- Le Roux, A., & Connors, J. (2001). A cross-cultural study into loneliness amongst university students. *South African Journal of Psychology*, 31, 46-57.
- Lubin, B. (1965). Adjective checklists for the measurement of depression. *Arch. Gen. Psychiat*, 12(1), 57-62.
- Man, K., & Hamid, P.N. (1998). The relationship between attachment prototypes, self-esteem, loneliness and causal attributions in Chinese trainee teachers. *Personality and Individual Differences*, 24, 357-371.
- Miller, R.S., Perlman, D., & Brehm, S.S. (2007). *Intimate relationships*. New York: McCraw-Hill.
- Nationaal Kompas. (2013). *Hoeveel mensen zijn eenzaam?*. Verkregen op 11 februari, 2014, [http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eeenzaamheid/hoeveel-mensen-zijn-eeenzaam/](http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eenzaamheid/hoeveel-mensen-zijn-eeenzaam/).
- Nicolaisen, M., & Thorsen, K. (2013). Loneliness among men and women - a five-year follow-up study. *Aging & Mental Health*, 1-13.
- Parkhurst, J.T., & Hopmeyer, A. (1999). Developmental change in the source of loneliness in childhood and adolescence: Constructing a theoretical model. In K.J. Rotenberg & S. Hymel (Eds.), *Loneliness in childhood and adolescence* (pp. 56–79). New York: Cambridge University Press.
- Peplau, L.A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 1–18). New York: Wiley.

- Ponti, L., Guarnieri, S., Smorti, A. & Tani, F. (2010). A Measure for the Study of Friendship and Romantic Relationship Quality from Adolescence to Early-Adulthood. *The Open Psychology Journal*, 3, 76-87.
- Russel, D., Cutrona, C.E., Rose, J., & Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: an examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of personality and social psychology*, 46(8), 1313-1321.
- Santrock, J.W. (1998) *Adolescence, seventh edition*. Wisconsin, New York: McGraw-Hill.
- Serin, N.B., Aydinoglu, N., & Aysan, F. (2010). Examining the predictors of loneliness levels of university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 9, 704-708.
- Shaver, P.R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development*, 4, 133-161.
- Vanhalst, J., Luyckx, K., & Goossens, L. (2013). Experiencing loneliness in adolescence: A matter of individual characteristics, negative peer experiences, or both? *Social Development*, 23, 100-118.
- Van Rooijen, L. (1979). *Depressiegevoelens van sociale oorsprong*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Wei, M., Shaffer, P.A., Young, S.K., & Zakalik, R.A. (2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: The mediation role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 591-601.
- Weimer, B.L., Kerns, K.A., & Oldenburg, C.M. (2004). Adolescent interactions with a best friend: Associations with attachment style. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88, 102-120.
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Wheeler, L., Reis, H., & Nezlek, J. (1983). Loneliness, social interactions, and sex roles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 943-953.
- You, H.S., & Malley-Morrison, K. (2000). Young adult attachment styles and intimate relationships with close friends a cross-cultural study of Koreans and caucasian Americans. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 528-534.

Bijlagen

Bijlage 1: Omroepbericht conducteurs

Dames en heren,

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

Bijlage 2: Toestemmingsformulier

Toestemmingsformulier

Masteronderzoek naar sociale relaties

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

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

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

Handtekening deelnemer:

Handtekening onderzoeker:

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

socialerelaties@gmail.com

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

Hartelijk dank voor uw medewerking!

Met vriendelijke groet,

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

Bijlage 3: Vragenlijsten

Sociale relaties

Instructies

Beste deelnemer,

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

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

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

Nogmaals, hartelijk dank voor uw medewerking aan dit onderzoek!

Met vriendelijke groet,

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

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

Wat is uw geslacht? Man Vrouw

Wat is uw leeftijd? Jaar

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

Wat is uw hoogst afgeronde opleiding?

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

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

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

Heeft u kinderen: Ja Nee

Zo nee: Ga naar de volgende bladzijde.

Zo ja: Hoeveel kinderen heeft u?

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

.....Jaar

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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