

**De Modererende Rol van Zelfdifferentiatie in de Relatie Tussen Hechtingsstijl en
Jaloezie**

Marisa Dondertman

Studentnummer: s5193486

Afdeling Psychologie, Rijksuniversiteit Groningen

PSB3A-BT15: Bachelor These

Supervisor: Dr. D.P.H. Barelds

Tweede beoordelaar: Dr. J. Karsten

In samenwerking met: Désirée Bakkes, Isa Bosch, Irena de Vries, Marit Roze, Isis van der

Neut

5 juli 2025

Een scriptie is een proeve van bekwaamheid voor studenten. De goedkeuring van de scriptie is het bewijs dat de student over voldoende onderzoeks- en rapportagevaardigheden beschikt om af te studeren, maar biedt geen garantie voor de kwaliteit van het onderzoek en de resultaten van het onderzoek als zodanig, en de scriptie is daarom niet per se geschikt als academische bron om naar te verwijzen. Als u meer wilt weten over het in deze scriptie besproken onderzoek en de daarop gebaseerde publicaties waarnaar u zou kunnen verwijzen, neem dan contact op met de genoemde begeleider.

Samenvatting

In dit onderzoek is gekeken naar de relatie tussen hechtingsstijlen en jaloezie in romantische relaties, en of zelfdifferentiatie hier invloed op heeft. Aan het onderzoek deden 168 volwassen mensen mee die minimaal een jaar een partnerrelatie hebben. Er werd verwacht dat onveilige hechtingsstijlen (zoals angstige en vermijdende hechting) zouden samenhangen met meer angstige en preventieve jaloezie, en dat veilige hechting hier negatief mee samenhangt. Daarnaast werd verwacht dat zelfdifferentiatie deze verbanden zou verzwakken.

De resultaten ondersteunden deze verwachtingen voor het merendeel: onveilige hechting hing samen met angstige en preventieve jaloezie, terwijl veilige hechting hiermee negatief samenhangt. Mensen met een hogere mate van zelfdifferentiatie bleken daarnaast minder last te hebben van angstige en preventieve jaloezie. In twee van de vier moderatieanalyses bleek zelfdifferentiatie het verband tussen hechting en preventieve jaloezie te verzwakken. Zelfdifferentiatie zou dus een beschermende rol kunnen spelen in het verband tussen hechting en jaloezie.

Trefwoorden: *Hechting, Jaloezie, Zelfdifferentiatie, Partnerrelaties, Moderatie.*

The Moderating Role of Self-Differentiation in the Relationship Between Attachment Style and Jealousy

Abstract

This study examined the relationship between attachment styles and jealousy in romantic relationships, and whether self-differentiation plays a role in this. The study included 168 adults who had been in a romantic relationship for at least one year. It was expected that insecure attachment styles (such as anxious and avoidant attachment) would be linked to higher levels of anxious and preventive jealousy, and that secure attachment would be linked to lower levels of jealousy. It was also expected that self-differentiation would weaken these relationships.

The results mostly supported these expectations: insecure attachment was related to higher levels of anxious and preventive jealousy, while secure attachment showed a negative association with these forms. People with higher self-differentiation experienced less anxious and preventive jealousy. In two of the four moderation analyses, self-differentiation weakened the link between attachment and preventive jealousy. This suggests that self-differentiation may play a protective role in the connection between attachment and jealousy.

Keywords: *Attachment, Jealousy, Self-differentiation, Romantic Relationships, Moderation.*

De Modererende Rol van Zelfdifferentiatie in de Relatie Tussen Hechtingsstijl en Jaloezie

Voor veel mensen is een romantische relatie een belangrijke bron van verbondenheid, steun en veiligheid (Baumeister & Leary, 1995). Tegelijkertijd kan een relatie ook gevoelens van onzekerheid oproepen, vooral wanneer iemand het gevoel heeft dat de relatie bedreigd wordt. In zulke situaties kunnen gevoelens van jaloezie ontstaan. Jaloezie is een veelvoorkomende, maar complexe emotionele reactie, die sterk varieert tussen individuen. Sommige mensen reageren flexibel en kalm op relationele dreiging of gevoelens van jaloezie. Anderen reageren juist heftig en controlerend (Guerrero, 1998). Deze verschillen roepen vragen op over de psychologische factoren die hierbij een rol spelen.

Een van de factoren die hierin een centrale rol lijkt te spelen, is hechtingsstijl. Eerdere onderzoeken benadrukken dat hechtingsstijlen een belangrijke rol spelen in hoe mensen omgaan met intimiteit en relationele dreiging (Hazan & Shaver, 1987; Bartholomew & Horowitz, 1991). Hechting is de emotionele band die mensen ontwikkelen in belangrijke relaties, gebaseerd op vroege ervaringen met verzorgers (Bowlby, 1973). Deze vroege interacties vormen verwachtingen over nabijheid, veiligheid en zelfwaarde. Die hebben later ook invloed op romantische relaties.

Jaloezie is een complexe emotie die kan optreden wanneer iemand zich bedreigd voelt in een waardevolle relatie, bijvoorbeeld door de aanwezigheid van een potentiële rivaal (Buunk, 1991). Deze reactie kan uiteenlopen van milde onzekerheid tot intense angst, controlebehoefte of boosheid. Hoewel jaloezie normaal is binnen relaties, kunnen verschillen in hoe mensen ermee omgaan belangrijke inzichten geven in onderliggende psychologische mechanismen.

Om de verschillen tussen mensen in jaloeziegedrag te verklaren, blijkt hechting niet de enige variabele. Mensen met een vergelijkbare hechtingsstijl kunnen verschillend reageren op

relationele onzekerheid. Dit geeft aan dat er mogelijk andere psychologische factoren een rol spelen. Een concept dat in dit kader steeds meer genoemd wordt, is zelfdifferentiatie (Peleg, 2008). Het huidige onderzoek kijkt naar de samenhang tussen hechtingsstijlen, zelfdifferentiatie en twee vormen van jaloezie binnen romantische relaties: angstige en preventieve jaloezie.

Hechtingsstijlen als Basis voor Relatiegedrag

Hechtingsstijlen spelen een centrale rol in de relatiepsychologie, omdat ze verklaren hoe mensen emotionele verbondenheid aangaan met anderen in hun directe sociale omgeving. Volgens Bowlby (1973) ontstaan deze stijlen uit vroege interacties tussen kinderen en hun verzorgers. Hierbij vormt de kwaliteit van deze vroege emotionele band de basis voor latere verwachtingen in intieme relaties. Daarop voortbouwend toonden Ainsworth et al. (1978) aan dat de mate van gevoeligheid en beschikbaarheid van de verzorger bepalend is voor de ontwikkeling van veilige of onveilige hechting. Bartholomew en Horowitz (1991) bouwden voort op deze theoretische fundamenteën en ontwikkelden een model van hechting bij volwassenen bestaande uit vier categorieën. Dit model is gebaseerd op twee onderliggende dimensies: het zelfbeeld (positief vs. negatief) en het beeld van anderen (positief vs. negatief).

Afhankelijk van de combinatie van deze dimensies ontstaan vier hechtingsstijlen. Een *veilige* hechtingsstijl is gebaseerd op een positief zelfbeeld en een positief beeld van anderen. Het wordt gekenmerkt door comfort met zowel emotionele nabijheid als autonomie in een relatie. Personen met een veilige hechtingsstijl ervaren meestal stabiele en bevredigende relaties, waarin open communicatie, warmte en vertrouwen centraal staan. Mensen met een *angstig-gepreoccupeerde* hechtingsstijl gaan uit van een negatief zelfbeeld in combinatie met een positief beeld van anderen. Dit uit zich vaak in emotionele afhankelijkheid en personen met deze stijl zijn vaak gericht op het verkrijgen van bevestiging, uit angst om verlaten te worden. Zij raken sneller emotioneel overspoeld, tonen overmatige emotionaliteit en kunnen

in relaties neigen tot controle of claimend gedrag. Bij een *vermijndend-dismissive* hechtingsstijl beschikken personen over een positief zelfbeeld, maar hebben een negatief beeld van anderen. Vaak zorgt dit voor afstandelijkheid en de nadruk op zelfredzaamheid. Personen met deze hechtingsstijl vermijden vaak intimiteit, tonen weinig emotionele expressie en kunnen moeilijk afhankelijkheid toelaten in relaties. Tot slot is er de *vermijndend-fearful* hechtingsstijl, die het negatieve zelfbeeld met een negatief beeld van anderen combineert en leidt tot een innerlijk conflict. Personen met deze stijl verlangen naar intimiteit, maar vermijden deze uit angst voor afwijzing. Zij ervaren vaak een lage mate van zelfvertrouwen, vermijden nabijheid en nemen een teruggetrokken of onderdanige houding aan in relaties (Bartholomew & Horowitz, 1991). Deze verschillende hechtingsstijlen kunnen ook invloed hebben op hoe mensen jaloezie in romantische relaties ervaren of uiten (Guerrero, 1998). Om dit beter te begrijpen, is het belangrijk om te kijken wat jaloezie precies is en welke vormen ervan worden onderscheiden in de literatuur.

Hechtingsstijl en Jaloezie

Jaloezie wordt omschreven als een emotionele reactie op een bedreiging of verlies van een waardevolle relatie met een persoon, door de aanwezigheid van een rivaal om de aandacht van de partner (Buunk, 1991). Er bestaan verschillende theoretische indelingen van jaloezie. Buunk maakt onderscheid tussen drie typen: reactieve, angstige en preventieve jaloezie. *Reactieve jaloezie* ontstaat wanneer iemand daadwerkelijk geconfronteerd wordt met flirtgedrag of ontrouw van de partner. Dit onderzoek richt zich specifiek op twee typen jaloezie: angstige en preventieve jaloezie. *Angstige jaloezie* verwijst naar piekeren, wantrouwen en zorgelijke gedachten over mogelijke ontrouw van de partner, ook als hier geen concreet bewijs voor is. Deze vorm gaat vaak samen met onzekerheid binnen de relatie. Bij *preventieve jaloezie* doet een persoon pogingen om de partner te controleren en contact met potentiële rivalen te beperken. De persoon probeert proactief ontrouw te voorkomen,

bijvoorbeeld door het opleggen van regels of beperkingen aan de partner (Buunk, 1991). Verschillen in hoe mensen reageren op gevoelens van jaloezie lijken mede verklaard te kunnen worden door hun hechtingsstijl (Guerrero, 1998).

Er zijn verschillende onderzoeken gedaan naar de rol van hechtingsstijlen op de manier waarop individuen omgaan met onzekerheid binnen romantische relaties. Uit verschillende studies blijkt dat onveilige hechtingsstijlen (vooral angstig-preoccupatie en vermijdend-fearful stijlen) in verband worden gebracht met hogere gevoeligheid voor dreiging binnen romantische relaties (Bartholomew & Horowitz, 1991; Hazan & Shaver, 1987).

Uit onderzoek van Feeney en Noller (1990) blijkt dat individuen met een angstige hechtingsstijl vaker negatieve emoties en overtuigingen rapporteren in hun romantische relatie. Deze individuen zoeken voortdurend bevestiging van hun partner, zijn gevoelig voor afwijzing en neigen naar overmatige preoccupatie met hun partner. Bartholomew en Horowitz (1991) toonden aan dat angstig gehechte personen de neiging hebben het gehechtheidssysteem te hyperactiveren. Dit betekent dat zij intens reageren op signalen van afstand of dreiging. Dit maakt hen extra kwetsbaar voor angstige jaloezie (Guerrero, 1998).

Kenmerken van angstige jaloezie (piekeren, wantrouwen en zorgelijke gedachten over mogelijke ontrouw) worden in meerdere studies in verband gebracht met onveilige hechtingsstijlen, vooral angstig-preoccupatie en vermijdend-fearful stijlen (Buunk, 1997; Dijkstra & Barelds, 2008). Individen met deze hechtingsstijlen hebben een negatief zelfbeeld en een verhoogde afhankelijkheid van hun partner. Hierdoor kunnen subtiele of ingebeelde signalen van afwijzing leiden tot het ervaren van dreiging.

Verder toonden Dijkstra en Barelds (2008) aan dat personen met hoge scores op neuroticisme, introversie en sociale angst - eigenschappen die vaak samenhangen met onveilige hechtingsstijlen (Bartholomew & Horowitz, 1991) - ook hoger scoren op angstige

en preventieve jaloezie. Niet alleen angstige, maar ook preventieve jaloezie kunnen dus voortkomen uit onzekere hechtingsstijlen. Angstige jaloezie is intern en cognitief van aard, bijvoorbeeld piekeren en wantrouwen. Preventieve jaloezie is meer gericht op gedrag, waarbij individuen proactief mogelijke dreigingen proberen weg te nemen. Bijvoorbeeld door het verbieden van interacties met potentiële rivalen (Wegner et al., 2018).

Aan de andere kant lijkt niet iedereen met een onveilige hechtingsstijl hetzelfde te reageren op dreiging (Bartholomew & Horowitz, 1991). Dit wijst op het bestaan van moderatoren die de relatie tussen hechting en jaloezie beïnvloeden. Eén voorbeeld hiervan zou zelfdifferentiatie kunnen zijn.

Het Modererende Effect van Zelfdifferentiatie

Zelfdifferentiatie wordt omschreven als het psychologisch vermogen van individuen om balans te bewaren tussen verbondenheid en autonomie binnen hechte relaties (Bowen, 1978). Hierbij gaat het om het vermogen om de eigen gevoelens en gedachten te onderscheiden van die van anderen, en hierbij niet de emotionele band met belangrijke personen te verbreken. Zelfdifferentiatie is een sleutelbegrip binnen de multigenerationele systeemtheorie van Bowen (1978). Mensen met een hoge mate van zelfdifferentiatie kunnen hun gevoelens reguleren, autonomie behouden en conflicten hanteren zonder escalatie. In tegenstelling hiermee reageren laaggedifferentieerde personen vaak intens op relationele stress. Ze verliezen zichzelf makkelijker of trekken zichzelf juist terug uit de relatie.

Binnen het construct van zelfdifferentiatie worden vier subcomponenten onderscheiden (Kerr & Bowen, 1988; Skowron & Friedlander, 1998). *I-positie* verwijst naar het vermogen om vast te houden aan eigen overtuigingen en waarden, zelfs onder druk van anderen. Personen met een sterke I-positie kunnen duidelijk communiceren over wat zij nodig hebben, zonder agressief of teruggetrokken te reageren. *Emotionele reactiviteit* gaat over hoe sterk en impulsief iemand reageert op emotionele prikkels. Hoge emotionele reactiviteit wijst

op een lage mate van zelfregulatie. Hierbij wordt een persoon snel overweldigd door gevoelens zoals woede, angst of onzekerheid. *Fusie* met anderen betekent dat iemand overmatig emotioneel verbonden is met belangrijke mensen om hen heen. Hierbij wordt iemand zijn identiteit en emotionele stabiliteit erg afhankelijk van de goedkeuring of het gedrag van de ander. Het wordt moeilijk om los van de ander te voelen of te denken.

Emotionele cut-off is de neiging om emotionele afstand te nemen van anderen als manier om met de relatiegerelateerde stress om te gaan. Dit kan leiden tot afstandelijk gedrag en vermijding van kwetsbaarheid.

Skowron en Friedlander (1998) toonden aan dat individuen met een hoge mate van differentiatie beter in staat zijn hun gevoelens te reguleren binnen intieme relaties. Dit is ook het geval als de relatie onder druk staat. Peleg (2008) toonde aan dat lage zelfdifferentiatie samenhangt met hoge relatietwijfel, vermijdingsgedrag en negatieve conflictdynamieken. Recenter onderzoek van Lampis et al. (2019) liet zien dat laaggedifferentieerde personen heftig reageren op relationele stress, emotioneel overspoeld raken (emotionele reactiviteit), hun autonomie verliezen (fusie), of zich terug trekken (emotionele cut-off). Dit zijn reacties die illustreren hoe mensen relationele dreiging kunnen ervaren, zoals die ervaren wordt bij jaloezie.

Onderzoek van Lampis et al. (2019) liet zien dat zelfdifferentiatie een voorspeller is van hoe goed partners zich kunnen aanpassen binnen relaties. Hierbij blijkt de component I-positie samen te hangen met meer stabiele en bevredigende relatie-interacties. Verder wordt emotionele reactiviteit geassocieerd met escalerende conflicten, gevoeligheid voor dreiging en een toegenomen neiging tot jaloezie-gedrag. Dit sluit aan bij onderzoek van Skowron en Dendy (2004). Die geven aan dat differentiatie mede bepaalt hoe men met interpersoonlijke spanning omgaat: defensief en vermijgend, of open en regulerend.

Opvallend is dat de vier subcomponenten van zelfdifferentiatie (I-positie, emotionele reactiviteit, fusie met anderen en emotionele cut-off) op verschillende manieren laten zien hoe mensen zich onzeker kunnen voelen in een relatie. Deze mechanismen overlappen voor een deel met onveilige hechting, maar verklaren ook individuele verschillen binnen hechtingscategorieën (Skowron & Schmitt, 2003). Een preoccupatie-stijl met hoge reactiviteit kan bijvoorbeeld leiden tot overmatige angstige jaloezie. Dezelfde stijl met hoge cut-off kan juist leiden tot afstandelijkheid of passieve controle.

Ten slotte toont onderzoek van Barelds en Dijkstra (2021) aan dat preventieve jaloezie veel voorkomt bij mensen met persoonlijkheidstrekken als vijandigheid en machiavellisme. Deze eigenschappen komen overeen met kenmerken van personen met lage zelfdifferentiatie (vooral cut-off en fusie). Zelfdifferentiatie lijkt hierbij de mate te kunnen beïnvloeden waarin hechtingsgerelateerde onzekerheid zich uit in controlerend gedrag.

Toch blijft het nog onduidelijk waarom individuen met vergelijkbare hechtingsprofielen toch zo verschillend kunnen reageren als het gaat om jaloezie. Recent onderzoek wijst erop dat intra-persoonlijke factoren, zoals relationele communicatie (Wegner et al., 2018) of persoonlijkheidskenmerken (Barelds & Dijkstra, 2021), hierin een rol kunnen spelen. Er is nog weinig aandacht voor zelfdifferentiatie als mogelijke modererende factor in deze relatie.

Personen met een lage zelfdifferentiatie hebben vaak moeite met het reguleren van hun emoties. Ze neigen daarbij sneller naar fusie met hun partner of naar emotionele cut-off (Skowron & Dendy, 2004). In stressvolle relatiesituaties kunnen deze kenmerken de invloed van hechtingsgerelateerde onzekerheid op jaloezie versterken (Lampis et al., 2019).

Toch is het aantal studies dat hechting en zelfdifferentiatie gelijktijdig onderzoekt in de context van jaloezie zeer beperkt. Een combinatie van beide theoretische kaders ontbreekt

grotendeels, terwijl dit juist inzicht zou kunnen bieden in individuele verschillen binnen hechtingsgroepen.

Verder kijken veel onderzoeken naar zelfdifferentiatie als één globaal construct. Toch laat onderzoek (bijv. Lampis et al., 2019; Skowron & Friedlander, 1998) juist zien dat de verschillende onderdelen ervan (zoals I-positie en emotionele reactiviteit) op hun eigen manier beïnvloeden hoe mensen met relationele stress omgaan. Deze verschillen kunnen cruciaal zijn om beter te begrijpen waarom mensen met vergelijkbare hechtingsstijlen toch verschillend reageren als het gaat om jaloezie.

Het Huidige Onderzoek

Om bij te dragen aan het bestaande onderzoek, richt de huidige studie zich op de samenhang tussen hechtingsstijlen en zowel angstige als preventieve jaloezie. Er wordt ook onderzocht in hoeverre zelfdifferentiatie hierbij een modererende rol speelt, met specifieke aandacht voor de afzonderlijke dimensies: I-positie, emotionele reactiviteit, fusie met anderen en emotionele cut-off. Tot slot is het doel van dit onderzoek om een model te ontwikkelen dat zowel hechting als zelfdifferentiatie combineert om verschillen in jaloezie-ervaringen beter te verklaren.

De onderzoeksvraag is als volgt: In hoeverre hangen hechtingsstijlen samen met angstige en preventieve jaloezie binnen romantische relaties, en wordt deze relatie gemodereerd door de mate van zelfdifferentiatie?

Om deze vraag te beantwoorden, zijn de volgende hypothesen opgesteld:

H1: De angstig-gepreoccupeerde en vermijdend-fearful hechtingsstijlen hangen positief samen met zowel angstige als preventieve jaloezie. De veilige en vermijdend-dismissive hechtingsstijlen vertonen daarentegen negatieve samenhang met deze vormen van jaloezie.

H2: Zelfdifferentiatie heeft een modererende invloed op de relatie tussen hechtingsstijl en jaloezie. Hierbij verzwakt een hogere mate van zelfdifferentiatie het verband tussen onveilige hechtingsstijl en angstige of preventieve jaloezie.

In Figuur 1 is een schematisch overzicht weergegeven van de hypothesen en toont het verband tussen de variabelen.

Methode

Deelnemers en Procedure

Er is een kwantitatief onderzoek uitgevoerd via een online vragenlijst naar jaloezie in partnerrelaties. Hierbij is samengewerkt met vijf andere studenten van de Rijksuniversiteit Groningen en zijn de verschillende onderzoeken met betrekking tot jaloezie gecombineerd in één vragenlijst. Het invullen van de vragenlijst duurde naar schatting maximaal 15 minuten. De participanten werden geworven via online verspreiding in de kring van de onderzoekers, met een uitnodiging om een vragenlijst in te vullen. Deelname was alleen mogelijk voor mensen die op het moment van invullen meerderjarig waren en in een romantische relatie zaten. Alle participanten hebben geïnformeerde toestemming gegeven voor het gebruik van de antwoorden die zijn ingevuld en het onderzoek is door de ethische commissie goedgekeurd. De vragenlijst is opgesteld en verspreid via Qualtrics.

In totaal werd de vragenlijst 285 keer aangeklikt via de verspreide Qualtrics-link. Van deze groep zijn 212 mensen begonnen met het invullen van de vragenlijst (134 vrouwen, 78 mannen; $M = 32.89$ jaar, $SD = 17.10$). Één participant gaf geen informed consent en werd uitgesloten van de analyse. Vervolgens zijn alleen participanten verwijderd die meer dan 10% van de relevante vragen niet hadden ingevuld. Participanten met minder dan 10% missende waarden zijn meegenomen in de analyse. Uiteindelijk zijn 168 participanten geanalyseerd (97 vrouwen, 71 mannen; $M = 33.88$ jaar, $SD = 16.81$).

Instrumenten

Jaloezie

Om jaloezie te meten, is er gebruikgemaakt van de Three Types of Jealousy Scale (Barelds & Dijkstra, 2022; Buunk, 1997). Deze vragenlijst meet drie soorten jaloezie: reactieve jaloezie (items 1 t/m 5), angstige jaloezie (items 6 t/m 10) en preventieve jaloezie (items 11 t/m 15). Alle items worden gescoord op een vijfpuntsschaal (zie de Appendix). De antwoordschaal is voor elke vorm van jaloezie anders. Voor reactieve jaloezie lopen de antwoordopties van 1 = ‘niet vervelend’ tot 5 = ‘heel erg vervelend’, voor angstige jaloezie van 1 = ‘nooit’ tot 5 = ‘altijd’ en voor preventieve jaloezie van 1 = ‘niet van toepassing’ tot 5 = ‘heel goed van toepassing’ (Barelds & Dijkstra, 2022). Een voorbeelditem van angstige jaloezie is: “Ik pieker erover dat mijn partner mij zou kunnen verlaten voor een ander”. De scores voor de drie vormen van jaloezie worden berekend door de items per soort jaloezie bij elkaar op te tellen, waardoor voor elke vorm van jaloezie de scores minimaal 5 en maximaal 25 zijn. De subschaal reactieve jaloezie heeft in het huidige onderzoek een voldoende betrouwbaarheid van $\lambda_2 = .792$. In dit onderzoek zijn de subschalen angstige jaloezie en preventieve jaloezie gebruikt. Deze hebben betrouwbaarheden van $\lambda_2 = .872$ en $\lambda_2 = .748$, welke als goed en voldoende kunnen worden geclassificeerd.

Hechting

Binnen dit onderzoek is er ook gebruikgemaakt van de Relationship Questionnaire van Bartholomew en Horowitz (1991), waarmee de gepreoccupeerde hechtingsstijl, de afwijzend-vermijdende hechtingsstijl, de angstig-vermijdende hechtingsstijl en de veilige hechtingsstijl gemeten werden. Deze vragenlijst bestond uit vier items (vignetten waarin een hechtingsstijl werd beschreven), waarbij iemand moest aangeven in hoeverre hij of zij zich herkent in een specifieke hechtingsstijl. Dit kon worden aangegeven door middel van een likertschaal van 1 tot 7, waarbij 1 stond voor ‘sterk mee oneens’ en 7 voor ‘sterk mee eens’ (zie de Appendix). Tot slot diende er bij het vijfde en laatste item aangegeven te worden in

welke hechtingsstijl iemand zichzelf het meest herkent. Een voorbeelditem, verwijzend naar de afwijzend-vermijdende hechtingsstijl, vanuit de Relationship Questionnaire van Bartholomew en Horowitz (1991) is:

Ik geef mezelf niet gauw bloot aan mijn partner. Ik ben niet graag alleen, maar ik heb er ook moeite mee om mijn partner volledig te vertrouwen of me afhankelijk op te stellen. Ik ben bang om gekwetst te worden als ik te vertrouwelijk word met mijn partner.

Wegens de opbouw van de Relationship Questionnaire van Bartholomew en Horowitz (1991), is het niet mogelijk om voor de verschillende subschalen van deze vragenlijst een betrouwbaarheidsanalyse uit te voeren.

Zelf-differentiatie

Vragen over zelf-differentiatie in relaties werden gesteld aan de hand van een korte Nederlandse versie van de Differentiation of Self Inventory (Skowron & Friedlander, 2009). Deze vragenlijst meet in hoeverre mensen zich differentiëren van hun romantische partner. De vragenlijst werd vertaald in het Nederlands, waarbij alle vragen werden geherformuleerd zodat ze betrekking hadden op de partner (en niet bijvoorbeeld de ouders of andere familieleden). In het huidige onderzoek is een selectie van 12 items uit de DSI gebruikt, die zijn verspreid over de subschalen van dit instrument. Deze items konden worden beantwoord op een likertschaal van 1 tot 5, waarbij 1 stond voor ‘sterk mee oneens’ en 5 voor ‘sterk mee eens’ (zie de Appendix). Een voorbeelditem dat gebruikt is uit de Differentiation of Self Inventory is: “Ik heb moeite mijn gevoelens tegenover mijn partner te uiten”. De subschalen van dit instrument zijn I-positie, emotionele reactiviteit en een gecombineerde subschaal. Uiteindelijk is ervoor gekozen om enkel de gecombineerde subschaal mee te nemen in het onderzoek, wegens de gebrekkige betrouwbaarheden ($\lambda_2 = .391$ voor I-positie en $\lambda_2 = .192$

voor emotionele reactiviteit) van de andere twee subschalen (Gutmann, 1945). De gecombineerde subschaal binnen dit onderzoek toont een matige betrouwbaarheid ($\lambda_2 = .673$), die hoger is dan die van de andere twee subschalen.

Resultaten

Beschrijvende Statistieken en Correlaties

De beschrijvende statistieken en Pearson-correlaties tussen de onderzochte variabelen zijn weergegeven in Tabel 1. Voor het interpreteren van de correlatiecoëfficiënten zijn de richtlijnen aangenomen van Muller en Cohen (1989). Hierbij geldt een zwakke correlatie bij $.10 < r < .30$, een matige correlatie bij $.30 < r < .50$ en een sterke correlatie bij $r > .50$.

Er waren meerdere significante correlaties die grotendeels in lijn zijn met de verwachtingen. Angstige jaloezie vertoonde positieve correlaties met angstige-preoccupatie hechting ($r = .289, p < .01$) en vermijdend-fearful hechting ($r = .358, p < .01$), en een negatieve correlatie met veilige hechting ($r = -.355, p < .01$).

Preventieve jaloezie geeft een vergelijkbaar patroon: een positieve correlatie met fearful hechting ($r = .338, p < .01$) en een negatieve correlatie met veilige hechting ($r = -.223, p < .01$).

Zelfdifferentiatie correleerde negatief met vermijdend-dismissive hechting ($r = -.157, p < .10$) en fearful hechting ($r = -.299, p < .01$). Dit is in lijn met Hypothese 2. De correlatie met veilige hechting was positief, maar niet significant ($r = .104, p > .05$).

Moderatieanalyses

Om te onderzoeken of zelfdifferentiatie de relatie modereert tussen hechtingsstijl en jaloezie, zijn er vier moderatieanalyses uitgevoerd met behulp van PROCESS (Model 1; Hayes, 2022). In deze analyses zijn angstig-preoccupatie of vermijdend-fearful hechting de onafhankelijke variabele, angstige of preventieve jaloezie de afhankelijke variabele en zelfdifferentiatie de moderator.

Bij de analyses met angstig-preoccupatie hechting als voorspeller werd geen significant interactie-effect gevonden voor angstige jaloezie ($b = -0.03$, $p = .148$), zoals te zien in Tabel 2. Dit betekent dat zelfdifferentiatie hier geen modererende rol speelt.

Er werd wel een significant interactie-effect gevonden voor preventieve jaloezie ($b = -.05$, $p = .001$), zoals weergegeven in Tabel 3, wat suggereert dat hogere zelfdifferentiatie het verband tussen angstige hechting en preventieve jaloezie verzwakt.

Ook bij vermijdend-fearful hechting bleek het interactie-effect voor angstige jaloezie niet significant ($b = -0.04$, $p = .052$), hoewel dit effect dichtbij significantie lag (zie Tabel 4).

Voor preventieve jaloezie werd weer een significante interactie gevonden ($b = -0.04$, $p = .004$), weergegeven in Tabel 5. Ook deze interactie toont aan dat zelfdifferentiatie een beschermend effect heeft als moderator.

Samenvattend werden in twee van de vier moderatieanalyses significante interactie-effecten gevonden. Dit is het geval bij de relatie tussen angstig-preoccupatie hechting en preventieve jaloezie, en tussen vermijdend-fearful hechting en preventieve jaloezie.

Discussie

Het doel van het huidige onderzoek was om te onderzoeken in hoeverre hechtingsstijlen samenhangen met angstige en preventieve jaloezie in romantische relaties, en in welke mate deze verbanden worden gemodereerd door zelfdifferentiatie. In lijn met hypothese 1 bleken onveilige hechtingsstijlen (specifiek angstig-preoccupatie en vermijdend-fearful) positief samen te hangen met zowel angstige als preventieve jaloezie. Deze bevindingen sluiten aan bij eerdere onderzoeken die vonden dat onveilige hechtingsstijlen samengaan met een verhoogde gevoeligheid voor relationele dreiging (Bartholomew & Horowitz, 1991; Feeney & Noller, 1990; Guerrero, 1998). Veilige hechting hing juist negatief samen met beide vormen van jaloezie. Dit komt overeen met de literatuur die stelt dat veilige hechting samenhangt met grotere relationele stabiliteit en minder neiging tot wantrouwen of

controlerend gedrag (Hazan & Shaver, 1987; Dijkstra & Barelds, 2008).

Wat betreft Hypothese 2 blijkt zelfdifferentiatie een modererende rol te hebben in de relatie tussen hechtingsstijl en preventieve jaloezie. Er blijkt samenhang te zijn tussen zowel angstig-preoccupatie hechting en zelfdifferentiatie als tussen vermijdend-fearful hechting en zelfdifferentiatie. Dit suggereert dat een hogere mate van zelfdifferentiatie de relatie tussen onveilige hechting en preventieve jaloezie verzwakt. Deze bevinding is in lijn met eerder onderzoek naar zelfdifferentiatie als buffer tegen emotionele reactiviteit en relationele stress (Skowron & Friedlander, 1998; Lampis et al., 2019).

Voor angstige jaloezie werden geen significante moderatie-effecten gevonden van zelfdifferentiatie. Een mogelijke verklaring hiervoor is het verschil in aard tussen angstige en preventieve jaloezie. Angstige jaloezie is primair cognitief en affectief van aard. Het wordt gekenmerkt door piekeren, wantrouwen en onzekerheid, en speelt zich grotendeels intern af (Buunk, 1997; Dijkstra & Barelds, 2008). Preventieve jaloezie uit zich daarentegen vooral in zichtbaar gedrag. Bijvoorbeeld het controleren of beperken van de partner (Buunk, 1997). Zelfdifferentiatie beïnvloedt vooral hoe iemand zich gedraagt binnen interpersoonlijke relaties, en minder hoe iemand intern omgaat met zorgen of gedachten (Bowen, 1978; Skowron & Dendy, 2004). Dit zou kunnen verklaren waarom zelfdifferentiatie een beschermende rol speelt bij gedragsmatige jaloezie (preventieve jaloezie), maar niet bij de meer intern verankerde gevoelens zoals bij angstige jaloezie.

Sterktes en Beperkingen

Een sterk punt van dit onderzoek is het integreren van twee verschillende theoretische kaders: de hechtingstheorie en de theorie over zelfdifferentiatie in de context van jaloezie. Beide kaders geven belangrijke verklaringen voor hoe personen omgaan met relationele dreiging en emotionele regulatie. Hechtingsstijlen beschrijven vooral hoe mensen zich verbinden met anderen en zelfdifferentiatie richt zich op de mate waarin zij hun autonomie en

emotionele stabiliteit behouden binnen die verbindingen. Door deze perspectieven samen te brengen in de context van jaloezie, draagt dit onderzoek bij aan een breder begrip van individuele verschillen in relationeel gedrag. Dit is tot nu toe weinig onderzocht en levert dus een bijdrage aan een relatief onbekend onderzoeksgebied.

Daarnaast is het onderscheid tussen angstige en preventieve jaloezie, gebaseerd op het model van Buunk (1997), theoretisch goed onderbouwd. Doordat beide jaloezievormen apart zijn onderzocht, geeft het onderzoek een duidelijker beeld van de psychologische factoren die hiermee samenhangen. Dit zorgt voor meer precisie en inhoudelijk relevante resultaten.

Een ander sterk punt is dat in dit onderzoek is gekeken naar zelfdifferentiatie als een moderator. Het gebruik van een moderator geeft meer inzicht in de achterliggende processen dan wanneer alleen naar hoofdeffecten wordt gekeken.

Verder is er in dit onderzoek gebruik gemaakt van meetinstrumenten met een voldoende tot goede betrouwbaarheid, zoals de Three Types of Jealousy Scale (TTJS) en de Relationship Questionnaire (RQ). Deze vragenlijsten zijn eerder gevalideerd en toonden ook in dit onderzoek een goede betrouwbaarheid. Hoewel de subschalen van zelfdifferentiatie minder betrouwbaar waren, gaf de gecombineerde schaal een redelijke basis voor analyse.

Tot slot is het onderwerp, jaloezie binnen romantische relaties, maatschappelijk relevant. Jaloezie kan schadelijke gevolgen hebben voor relaties, vooral als mensen er op een onveilige of controlerende manier mee omgaan. De inzichten uit dit onderzoek kunnen daarom waardevol zijn voor hulpverleners en therapeuten die koppels of individuen begeleiden. Bijvoorbeeld door ook te kijken naar het versterken van zelfdifferentiatie, in plaats van alleen te focussen op hechtingsproblemen.

Tegelijkertijd zijn er ook belangrijke beperkingen te benoemen. Ten eerste is er gebruikgemaakt van een gelegenheidssteekproef. De deelnemers werden geworven via het netwerk van studenten. Hierdoor is de steekproef mogelijk niet representatief voor de bredere

Nederlandse populatie, wat de externe validiteit van de resultaten beperkt.

Ten tweede is er sprake van een cross-sectioneel onderzoeksdesign. Hierdoor kunnen er geen causale uitspraken worden gedaan over de richting van de verbanden. Jaloezie zou bijvoorbeeld ook invloed kunnen hebben op hechtingsgevoelens. Een andere mogelijkheid is dat beide worden beïnvloed door een derde variabele zoals relatietevredenheid of communicatiekwaliteit.

Ten derde werd gebruik gemaakt van zelfrapportagevragenlijsten. Dit maakt de resultaten gevoelig voor sociaal-wenselijke antwoorden. Ook is het mogelijk dat deelnemers samen met hun partner hebben deelgenomen aan de vragenlijst, ondanks de instructie om de lijst onafhankelijk van elkaar in te vullen. Dit kan hebben geleid tot onderlinge beïnvloeding of afstemming in antwoorden, wat de betrouwbaarheid van de resultaten kan aantasten.

Een laatste beperking gaat over de betrouwbaarheid van de subschalen binnen het zelfdifferentiatie-instrument. Zelfdifferentiatie kon alleen als geheel onderzocht worden vanwege de lage betrouwbaarheid van de subschalen I-positie en emotionele reactiviteit. Hierdoor kon niet worden onderzocht welke specifieke componenten van zelfdifferentiatie verantwoordelijk waren voor het moderatie-effect.

Toekomstig Onderzoek

Toekomstig onderzoek zou gebruik kunnen maken van een longitudinaal onderzoeksdesign. Zo kan beter worden vastgesteld wat de richting is van de causale verbanden verlopen tussen hechtingsstijl, zelfdifferentiatie en jaloezie. Uitspraken over causaliteit worden echter idealiter gedaan op basis van experimenteel onderzoek. Daarnaast zou gestreefd kunnen worden naar een meer representatieve steekproef, bijvoorbeeld via willekeurige steekproeftrekking. Dit zou de generaliseerbaarheid van de bevindingen vergroten. Ook is het waardevol om gegevens van beide partners in een relatie te verzamelen en deze met elkaar te koppelen. Op deze manier wordt bias door gezamenlijke invulling

geminimaliseerd en het is mogelijk om relationele dynamieken vanuit twee perspectieven te onderzoeken. Zo kan bijvoorbeeld de invloed van de hechtingsstijl van de partner A op het jaloeziegedrag van partner B worden onderzocht. Verder kan kwalitatief onderzoek (bijvoorbeeld interviews) inzicht geven in hoe individuen met verschillende hechtings- en differentiatieprofielen hun jaloezie reguleren. Dergelijk onderzoek kan helpen om motieven achter jaloezie beter te begrijpen. Tenslotte zouden de subcomponenten van zelfdifferentiatie specifiek geanalyseerd kunnen worden mits deze voldoende betrouwbaar zijn. Deze subcomponenten dragen namelijk elk op een eigen wijze bijdragen aan relatiegedrag (Skowron & Schmitt, 2003).

Implicaties

De resultaten van het huidige onderzoek kunnen relevant zijn voor praktijkgerichte interventies, zoals relatietherapie. Therapeuten kunnen met cliënten werken aan het versterken van zelfdifferentiatie, bijvoorbeeld met mindfulnessgerichte technieken, om ineffectieve jaloeziepatronen te verminderen. Daarnaast kunnen cliënten met onveilige hechtingsstijlen bewust gemaakt worden van hun automatische reacties op dreiging en deze leren herstructureren. Vooral bij preventieve jaloezie kan educatie over zelfdifferentiatie helpen bij het verminderen van controlerend gedrag binnen relaties.

Conclusie

Samenvattend laat het huidige onderzoek zien dat onveilige hechtingsstijlen, zoals angstig-preoccupatie en vermijdend-fearful, samenhangen met hogere niveaus van zowel angstige als preventieve jaloezie. Daarnaast blijkt zelfdifferentiatie een beschermende factor te zijn tegen preventieve jaloezie binnen deze hechtingsprofielen. Deze inzichten benadrukken het belang van een combinatie van hechting en zelfbeheersing om jaloezie in relaties beter te begrijpen en mogelijk te verminderen.

Referenties

- Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (2014). *Patterns of Attachment*.
<https://doi.org/10.4324/9781315802428>
- Barelds, D., & Dijkstra, P. (2022). Meten van drie soorten jaloezie met de Three Types of Jealousy Scale. *Gedragstherapie: Tijdschrift voor Gedragstherapie en Cognitieve Therapie*, 55(3), 227-247.
- 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(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and Loss: Volume II: Separation, Anxiety and Anger. In *Int. Psycho-Anal. Lib.* (Vol. 95, pp. i–xviii).
<https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=205070>
- Buunk, B. P. (1991). Jealousy in close relationships: An exchange-theoretical perspective. In P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy* (pp. 148–177). Guilford Press.
- Buunk, B. P. (1997). Personality, birth order and attachment styles as related to various types of jealousy. *Personality And Individual Differences*, 23(6), 997–1006.
[https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(97\)00136-0](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(97)00136-0)
- Dijkstra, P., & Barelds, D. P. (2008). Self and partner personality and responses to relationship threats. *Journal Of Research in Personality*, 42(6), 1500–1511.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2008.06.008>

- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 58(2), 281–291.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281>
- Guerrero, L. K. (1998). Attachment-style differences in the experience and expression of romantic jealousy. *Personal Relationships*, 5(3), 273–291.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00172.x>
- Guttman, L. (1945). A basis for analyzing test-retest reliability. *Psychometrika*, 10, 255-282.
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (3e ed.). Guilford Press
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 52(3), 511–524.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. W. W. Norton & Company.
- Lampis, J., Cataudella, S., Agus, M., Busonera, A., & Skowron, E. A. (2019). Differentiation of Self and Dyadic Adjustment in Couple Relationships: A Dyadic Analysis Using the Actor-Partner Interdependence Model. *Family Process*, 58(3), 698–715.
<https://doi.org/10.1111/famp.12370>
- Muller, K., & Cohen, J. (1989). Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences. *Technometrics*, 31(4), 499. <https://doi.org/10.2307/1270020>
- Peleg, O. (2008). The Relation Between Differentiation of Self and Marital Satisfaction: What Can Be Learned From Married People Over the Course of Life? *American Journal Of Family Therapy*, 36(5), 388–401. <https://doi.org/10.1080/01926180701804634>
- Skowron, E. A., & Dendy, A. K. (2004). Differentiation of Self and Attachment in Adulthood: Relational Correlates of Effortful Control. *Contemporary Family Therapy*, 26(3), 337–357. <https://doi.org/10.1023/b:coft.00000037919.63750.9d>

- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of self Inventory: development and initial Validation. *Journal Of Counseling Psychology*, 45(3), 235–246. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.3.235>
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (2009). "The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation": Errata. *Journal of Counseling Psychology*, 56(4), 597–598.
- Skowron, E. A., & Schmitt, T. A. (2003). ASSESSING INTERPERSONAL FUSION: RELIABILITY AND VALIDITY OF a NEW DSI FUSION WITH OTHERS SUBSCALE. *Journal Of Marital And Family Therapy*, 29(2), 209–222. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2003.tb01201.x>
- Wegner, R., Roy, A. R., Gorman, K. R., & Ferguson, K. (2018). Attachment, relationship communication style and the use of jealousy induction techniques in romantic relationships. *Personality And Individual Differences*, 129, 6–11. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.02.033>

Tabel 1*Beschrijvende Statistieken en Correlaties*

Variabele	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7
1. Vermijdend-dismissive hechting (A)	5.44	1.70	-						
2. Angstig-preoccupatie hechting (B)	3.26	2.14	-.044	-					
3. Vermijdend-fearful hechting (C)	2.86	2.22	.077	.399**	-				
4. Veilige hechting (D)	8.07	1.66	-.106	-	-.285**	-			
				.248**					
5. Angstige jaloezie	8.24	3.42	-.109	.289**	.358**	-.355**	-		
6. Preventieve jaloezie	7.01	2.50	-.086	.200**	.338**	-.223**	.485**	-	

7. Zelfdifferentiatie	16.55	4.95	-.157*	-.122	-.299**	.104	-.199**	-.162*	-
-----------------------	-------	------	--------	-------	---------	------	---------	--------	---

Opmerking. Pearson-correlaties. * $p < .05$, ** $p < .$

Tabel 2

Moderatieanalyse: Zelfdifferentiatie als moderator tussen angstig-preoccupatie hechting en angstige jaloezie

Predictor	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	95% CI LL	95% CI UL
Constant	8.29	2.96	2.80	.006	2.44	14.13
Angstig- preoccupatie hechting	1.36	0.70	1.96	.052	−0.01	2.74
Zelfdifferentiatie	−0.04	0.09	−0.45	.653	−0.22	0.14
Interactie (X × M)	−0.03	0.02	−1.45	.148	−0.08	0.01

Tabel 3

Moderatieanalyse: Zelfdifferentiatie als moderator tussen angstig-preoccupatie hechting en preventieve jaloezie

Predictor	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	95% CI LL	95% CI UL
Constant	5.20	2.12	2.45	.015	1.01	9.39
Angstig- preoccupatie hechting	1.81	0.50	3.62	.000	0.82	2.79
Zelfdifferentiatie	0.04	0.06	0.62	.533	−0.09	0.17
Interactie (X × M)	−0.05	0.02	−3.38	.001	−0.09	−0.02

Tabel 4

Moderatieanalyse: Zelfdifferentiatie als moderator tussen vermijndend-fearful hechting en angstige jaloezie

Predictor	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	95% CI LL	95% CI UL
Constant	6.27	2.81	2.23	.027	0.72	11.83
Vermijndend- fearful hechting	1.67	0.63	2.63	.009	0.42	2.93
Zelfdifferentiatie	0.02	0.08	0.22	.822	−0.15	0.19
Interactie (X × M)	−0.04	0.02	−1.96	.052	−0.08	0.00

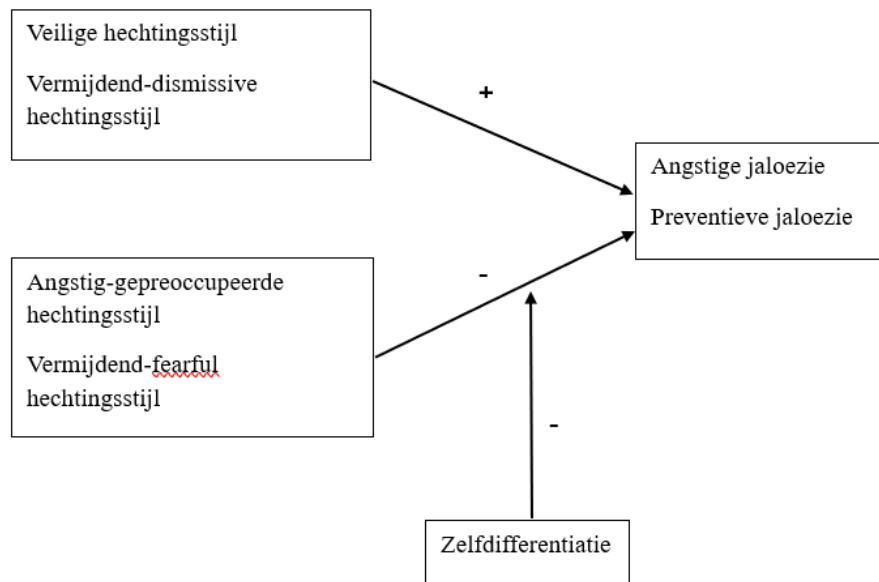
Tabel 5

Moderatieanalyse: Zelfdifferentiatie als moderator tussen vermijndend-fearful hechting en preventieve jaloezie

Predictor	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	95% CI LL	95% CI UL
Constant	5.02	2.03	2.48	.014	1.01	9.02
Vermijndend- fearful hechting	1.60	0.46	3.51	.001	0.70	2.51
Zelfdifferentiatie	0.03	0.06	0.57	.568	−0.09	0.16
Interactie (X × M)	−0.04	0.01	−2.93	.004	−0.07	−0.01

Figuur 1

Onderzoeksmodel van de verwachte relaties tussen hechtingsstijl, zelfdifferentiatie en vormen van jaloezie



Appendix

Bachelorthese 2025

Start of Block: Informatie en informed consent

Intro Welkom bij dit onderzoek naar partnerrelaties. Dit onderzoek wordt uitgevoerd door de Rijksuniversiteit Groningen, onder supervisie van dr. D. P. H. Barelds. Het doel van dit onderzoek is te bepalen in welke mate mensen in een partnerrelatie verschillende vormen van jaloezie ervaren en in hoeverre dit kan worden verklaard door bepaalde kenmerken van personen, zoals hechting en zelfvertrouwen, en kenmerken van de relatie. We zijn voor dit onderzoek op zoek naar *meerderjarige personen met een intieme partnerrelatie*. Om die reden bent u gevraagd om mee te doen aan dit onderzoek. Meedoen aan het onderzoek is vrijwillig. Wel is uw toestemming nodig. Lees deze informatie daarom goed door. Stel uzelf alle vragen die u misschien heeft, bijvoorbeeld omdat u iets niet begrijpt. Pas daarna besluit u of u wilt meedoen. Als u besluit om niet mee te doen, hoeft u niet uit te leggen waarom, en zal dit geen negatieve gevolgen voor u hebben. Dit recht geldt op elk moment, dus ook nadat u hebt toegestemd in deelname aan het onderzoek. Meedoen aan dit onderzoek betekent dat u een aantal korte vragenlijsten invult over een aantal verschillende aspecten van partnerrelaties, zoals relatietevredenheid, commitment en jaloezie. Ook worden er vragen gesteld over een aantal persoonlijke kenmerken, zoals hechting en zelfvertrouwen. Het invullen van deze vragenlijsten duurt in totaal ongeveer 11 minuten. Voor onderzoeksdoeleinden vragen we u ook om enkele demografische gegevens, zoals uw geslacht, leeftijd en burgerlijke staat. U mag deze vragen overslaan als u ze niet wilt beantwoorden. Het is niet mogelijk om u op basis van deze antwoorden te identificeren. Uw anonieme gegevens worden tien jaar bewaard op het netwerk van de RUG. Er zullen geen gegevens worden gedeeld. Alle informatie die wordt verzameld, wordt vertrouwelijk behandeld en alleen gebruikt voor onderzoeksdoeleinden. Het onderzoek heeft voor u geen negatieve gevolgen. Zodra er voldoende data is verzameld kan er een korte samenvatting van de resultaten van het onderzoek (op groepsniveau) via e-mail naar u worden opgestuurd, mocht u hier interesse in hebben. U wordt gevraagd om hierna aan te geven of u bereid bent deel te nemen aan het onderzoek. Als u daartoe bereid bent, kunt u beginnen met het invullen van de vragenlijsten. U kunt altijd vragen stellen over het onderzoek: nu, tijdens het onderzoek, en na afloop. Dit kan (bij voorkeur) door de persoon die u benaderd heeft te e-mailen, óf een van de betrokken onderzoekers (d.p.h.barelds@rug.nl). Als u een kopie wilt van deze onderzoeksinformatie kunt u een screenshot of foto maken van deze informatie of een email sturen naar d.p.h.barelds@rug.nl. Bedankt dat u wilt deelnemen aan dit onderzoek!

Informed consent Hieronder wordt u gevraagd om aan te geven of u bereid bent deel te nemen aan het onderzoek: • Ik heb de informatie over het onderzoek gelezen. Ik heb genoeg gelegenheid gehad om er vragen over te stellen.

- Ik begrijp waar het onderzoek over gaat, wat er van me gevraagd wordt, welke gevolgen deelname kan hebben, hoe er met mijn gegevens wordt omgegaan, en wat mijn rechten als deelnemer zijn.
- Ik begrijp dat deelname aan het onderzoek vrijwillig is. Ik kies er zelf voor om mee te doen. Ik kan op elk moment stoppen met meedoen. Als ik stop, hoef ik niet uit te leggen waarom. Stoppen zal geen negatieve gevolgen voor mij hebben.
- Ik geef hieronder aan waartoe ik bereid ben.

☐ Ja, ik ben bereid deel te nemen aan het onderzoek (1)

☐ Nee, ik ben niet bereid deel te nemen aan het onderzoek (2)

Skip To: End of Survey If Hieronder wordt u gevraagd om aan te geven of u bereid bent deel te nemen aan het onderzoek: • Ik... = Nee, ik ben niet bereid deel te nemen aan het onderzoek

End of Block: Informatie en informed consent

Start of Block: Code

Code Voor onderzoeksdoeleinden willen we graag de antwoorden van partners die beide meedoen aan dit onderzoek aan elkaar kunnen koppelen. Om er zeker van te zijn dat uw gegevens anoniem blijven, willen we u, als uw partner ook meedoet aan dit onderzoek, vragen om zelf een code voor u en uw partner te bedenken en die hieronder in te vullen. Indien zowel u als uw partner dezelfde code invult, weten we wie bij wie hoort. Deze code mag uit letters en/of cijfers bestaan, net wat u prettig of makkelijk vindt. Er zijn geen beperkingen wat betreft de lengte van deze code. Als u alleen meedoet aan dit onderzoek, dus zonder uw partner, hoeft u hier niets in te vullen. Vul hieronder alstublieft de code in die u voor u en uw partner heeft bedacht (als uw partner ook mee doet aan dit onderzoek). Onze zelfbedachte code is:

End of Block: Code

Start of Block: Biografische gegevens

Q40 Hieronder worden enkele algemene vragen gesteld. Vul in of klik aan wat op u van toepassing is.

Geslacht Wat is uw geslacht?

- ☐ Man (1)
- ☐ Vrouw (2)
- ☐ Ik identificeer mijzelf als ... (3) _____
- ☐ Wil ik liever niet zeggen (4)



Leeftijd Wat is uw leeftijd? (vul een getal in, bijvoorbeeld 32)

Relatie

Hoe zou u uw huidige relatie omschrijven?

- ☐ Getrouwd/geregistreerd partnerschap (1)
- ☐ Samenwonend (niet getrouwd of geregistreerd partnerschap) (2)
- ☐ In een serieuze relatie, maar niet getrouwd of samenwonend (3)
- ☐ In een relatie, maar (nog) niet heel serieus (4)
- ☐ Ik heb geen relatie (5)
- ☐ Anders, namelijk (6) _____

Skip To: End of Survey If Hoe zou u uw huidige relatie omschrijven? = Ik heb geen relatie

GeslachtP Wat is het geslacht van uw partner?

- ☐ Man (1)
- ☐ Vrouw (2)
- ☐ Mijn partner identificeert zichzelf als ... (3)
-
- ☐ Wil ik liever niet zeggen (4)

Relatieduur Hoeveel jaren heeft u een relatie met uw huidige partner? (schuif de balk naar de juiste positie)



End of Block: Biografische gegevens

Start of Block: Hechting

RQ Hieronder staan vier beschrijvingen (A t/m D) van hoe mensen zich kunnen voelen binnen relaties. Geef bij elke beschrijving aan in hoeverre deze op u van toepassing is.

Q47 Hieronder staan vier beschrijvingen (A t/m D) van hoe mensen zich kunnen voelen binnen relaties. Geef bij elke beschrijving aan in hoeverre deze op u van toepassing is.

Q46 Hieronder staan vier beschrijvingen (A t/m D) van hoe mensen zich kunnen voelen binnen relaties. Geef bij elke beschrijving aan in hoeverre deze op u van toepassing is.

RQ1 A Ik kan me goed redden zonder nauwe emotionele banden. Het is voor mij erg belangrijk om onafhankelijk te zijn en het gevoel te hebben dat ik mijn partner niet per se

nodig heb. Ik stel me niet afhankelijk op en heb ook liever niet dat mijn partner zich afhankelijk van mij opstelt.

- ☐ Helemaal niet op mij van toepassing¹ (1)
- ☐ 2 (4)
- ☐ 3 (5)
- ☐ 4 (6)
- ☐ 5 (7)
- ☐ 6 (8)
- ☐ Sterk op mij van toepassing⁷ (9)

Page Break

RQ2 B Ik zou het liefste al mijn gevoelens met mijn partner delen, maar ik merk vaak dat mijn partner meer afstand houdt dan ik prettig vind. Persoonlijk en vertrouwelijk contact vind ik belangrijk en plezierig, maar ik vraag me soms af of mijn partner mij wel net zo waardeert als ik hem/haar waardeer.

- ☐ Helemaal niet op mij van toepassing1 (1)
 - ☐ 2 (4)
 - ☐ 3 (5)
 - ☐ 4 (6)
 - ☐ 5 (7)
 - ☐ 6 (8)
 - ☐ Sterk op mij van toepassing7 (9)
-

RQ3 C Ik geef mezelf niet gauw bloot aan mijn partner. Ik ben niet graag alleen, maar ik heb er ook moeite mee om mijn partner volledig te vertrouwen of me afhankelijk op te stellen. Ik ben bang om gekwetst te worden als ik te vertrouwelijk wordt met mijn partner.

- ☐ Helemaal niet op mij van toepassing1 (1)
 - ☐ 2 (4)
 - ☐ 3 (5)
 - ☐ 4 (6)
 - ☐ 5 (7)
 - ☐ 6 (8)
 - ☐ Sterk op mij van toepassing7 (9)
-

RQ4 D Ik voel me op mijn gemak in mijn relatie. Ik vertrouw mijn partner en vind het prettig als hij/zij mij vertrouwt en op me rekt. Ik maak me geen zorgen over alleen zijn en ook niet over de vraag of mijn partner me wel of niet accepteert zoals ik ben.

- ☐ Helemaal niet op mij van toepassing¹ (1)
 - ☐ 2 (4)
 - ☐ 3 (5)
 - ☐ 4 (6)
 - ☐ 5 (7)
 - ☐ 6 (8)
 - ☐ Sterk op mij van toepassing⁷ (9)
-

RQkeuze Welke van de voorgaande vier beschrijvingen (A t/m D) past het beste bij u?

- ☐ Beschrijving A (1)
- ☐ Beschrijving B (2)
- ☐ Beschrijving C (3)
- ☐ Beschrijving D (4)

End of Block: Hechting

Start of Block: Jaloezie TTJS

TTJS

De volgende vragen gaan over jaloezie. We willen u vragen te denken aan de intieme relatie die u nu heeft. Klik bij de vragen steeds het antwoord aan dat het meest op u van toepassing is.

Reactief **Hoe zou u het vinden wanneer uw partner het volgende zou doen?**

	Niet vervelend 1 (1)	Beetje vervelend 2 (2)	Tamelijk vervelend 3 (3)	Erg vervelend 4 (4)	Heel erg vervelend 5 (5)
Flirten met een ander. (1)	☐	☐	☐	☐	☐
Hele persoonlijke dingen bespreken met iemand van het geslacht waar uw partner op valt. (2)	☐	☐	☐	☐	☐
Seksueel contact hebben met een ander. (3)	☐	☐	☐	☐	☐
Intiem dansen met iemand van het geslacht waar uw partner op valt. (4)	☐	☐	☐	☐	☐
Iemand van het geslacht waar uw partner op valt bij een afscheid of begroeting op de mond zoenen. (5)	☐	☐	☐	☐	☐

Angstig **In hoeverre heeft u de volgende ervaringen?**

	Nooit 1 (1)	Zelden 2 (2)	Soms 3 (3)	Vaak 4 (4)	Altijd 5 (5)
Ik maak me er zorgen over dat mijn partner iemand anders aantrekkelijker vindt dan mij. (1)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik pieker erover dat mijn partner met iemand anders een seksuele relatie zou kunnen hebben. (2)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik ben bang dat mijn partner seksueel in iemand anders geïnteresseerd is. (3)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik maak me zorgen over wat er allemaal wel niet kan gebeuren wanneer mijn partner met andere personen (van het geslacht waar uw partner op valt) in aanraking komt. (4)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik pieker erover dat mijn partner mij zou kunnen verlaten voor een ander. (5)	☐	☐	☐	☐	☐

Preventief *In hoeverre zijn de volgende uitspraken op u van toepassing?*

	Niet van toepassing 1 (1)	2 (2)	3 (3)	4 (4)	Heel goed van toepassing 5 (5)
Ik wil niet dat mijn partner teveel met andere mensen (van het geslacht waar uw partner op valt) in aanraking komt. (1)	☐	☐	☐	☐	☐
Het is voor mij niet acceptabel dat mijn partner vriendschappelijk omgaat met andere mensen (van het geslacht waar uw partner op valt). (4)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik verlang van mijn partner dat hij/zij niet naar andere mensen (van het geslacht waar uw partner op valt) kijkt. (5)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik ben nogal bezitterig wat mijn partner betreft. (6)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik vind het moeilijk om mijn partner vrij te laten. (7)	☐	☐	☐	☐	☐

End of Block: Jaloezie TTJS

Start of Block: Self-differentiation (aangepaste korte NL versie)

DSI Hieronder staan enkele stellingen die betrekking hebben op hoe u en uw partner met elkaar omgaan. Geef per stelling aan in hoeverre u het er mee eens bent.

	Sterk mee oneens 1 (1)	Mee oneens 2 (2)	Niet mee eens of oneens 3 (3)	Mee eens 4 (4)	Sterk mee eens 5 (5)
Ik heb moeite mijn gevoelens tegenover mijn partner te uiten. (1)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik heb de neiging om afstand te nemen als mijn partner te dicht bij me komt. (2)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik wil voldoen aan de verwachtingen die mijn partner van mij heeft. (3)	☐	☐	☐	☐	☐
Als ik ruzie heb met mijn partner, kan ik mijn gedachten over de kwestie scheiden van mijn gevoelens over hem/haar. (4)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik heb een sterke behoefte aan goedkeuring van mijn partner. (5)	☐	☐	☐	☐	☐
Ik kan 'nee' zeggen tegen mijn partner, zelfs als ik me door hem/haar onder druk gezet voel. (6)	☐	☐	☐	☐	☐
Doen wat ik denk dat juist is, is voor mij belangrijker dan de goedkeuring van mijn partner. (7)	☐	☐	☐	☐	☐

Ik voel me vaak
onzeker als mijn
partner er niet is
om me te helpen
een beslissing te
nemen. (8)

☐☐☐☐☐

Als ik bij mijn
partner ben,
voel ik me vaak
beklemd/verstikt.
(9)

☐☐☐☐☐

Ik doe meestal
wat ik denk dat
juist is, ongeacht
wat mijn partner
zegt. (10)

☐☐☐☐☐

Onze relatie zou
beter zijn als
mijn partner me
de ruimte zou
geven die ik
nodig heb. (11)

☐☐☐☐☐

Ik probeer altijd
te voorkomen
dat mijn partner
gekwetst of
overstuurd wordt.
(12)

☐☐☐☐☐

Assumptiecheck

De scatterplots van de gestandaardiseerde residuen tegen de voorspelde waarden laten geen schending van lineariteit en homoscedasticiteit zien. Ook zijn er geen aanwijzingen voor uitschieters, kijkend naar Cook's Distance. Tot slot is er, hoewel angstig-preoccupatie hechting en zelfdifferentiatie samenhangen ($r = -.208, p = .007$), geen sprake van multicollineariteit, kijkend naar de VIF-waarden van angstig-preoccupatie hechting (VIF = 1.045) en zelfdifferentiatie (VIF = 1.045).