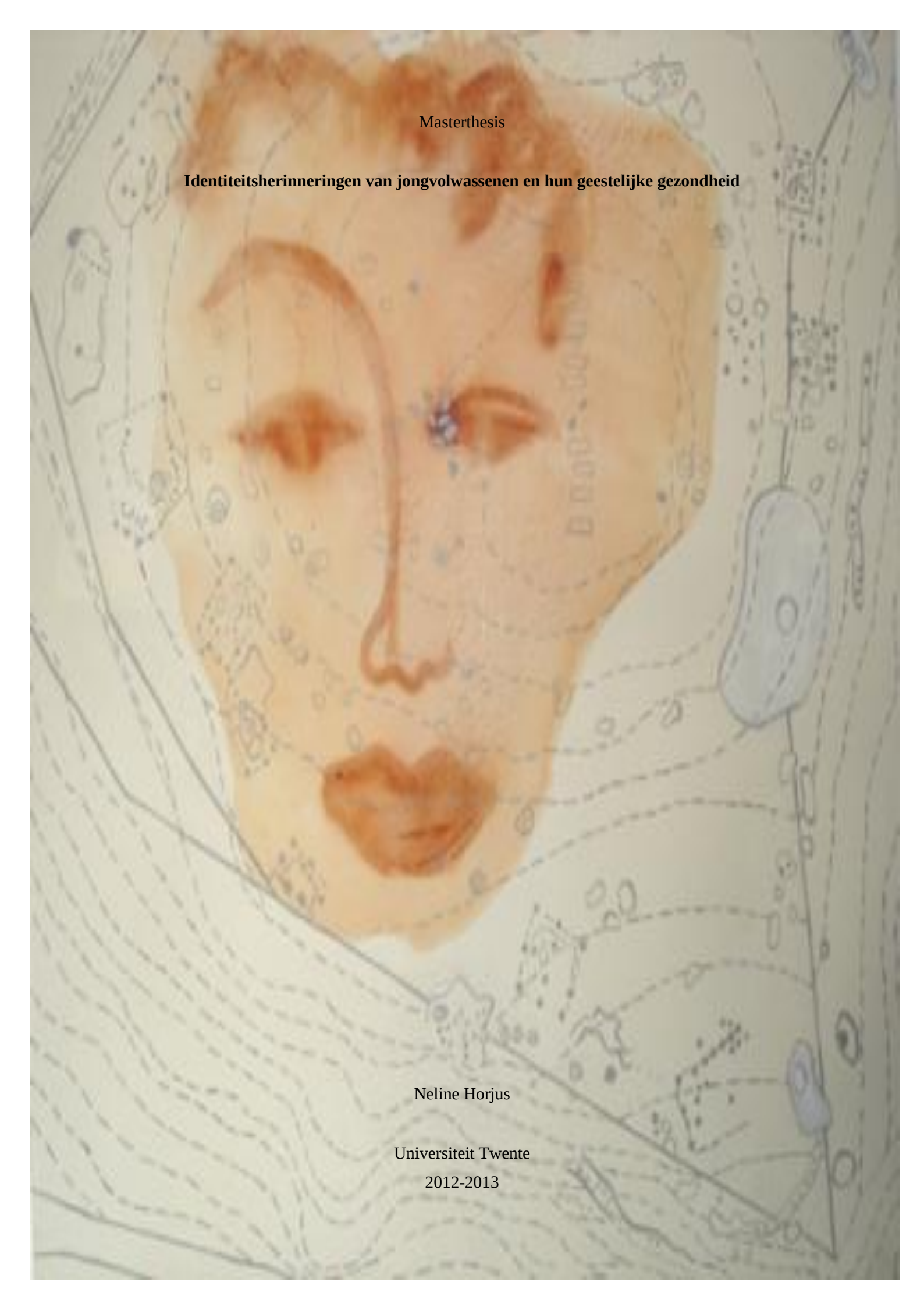




Masterthesis

Identiteitsherinneringen van jongvolwassenen en hun geestelijke gezondheid

Neline Horjus

Universiteit Twente

2012-2013

Masterthesis

Identiteitsherinneringen van jongvolwassenen en hun geestelijke gezondheid

Onderzoek naar de samenhang tussen identiteitsherinneringen van Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijd van 16 tot en met 30 jaar en angst- en depressieklachten.

Neline Horjus

S1134930

Masterthesis

2012

Faculteit van Gedragwetenschappen

Opleiding Psychologie

Universiteit Twente, Enschede

2012 - 2013

Vak Masterthesis (2012-1A)

Begeleider Dr. G.J. Westerhof

Dr. S.M.A. Lamers

Samenvatting

Achtergrond: De masterthesis 'Identiteitsherinneringen van jongvolwassenen en hun geestelijke gezondheid' omschrijft zowel een kwalitatief en kwantitatief onderzoek naar de mogelijke samenhang tussen de verschillende dimensies van identiteitsherinneringen en angst- en depressieklachten van Nederlandse jongvolwassenen. Daarnaast is ook onderzocht hoe de verschillende dimensies verdeeld zijn binnen de identiteitsherinneringen van jongvolwassenen. Tot slot is onderzocht in hoeverre redemptie en/of contaminatie sequenties een samenhang vertonen met angst- en depressieklachten. Deze studie is gericht op het verkrijgen en vergroten van nieuwe inzichten. Onderzoek tot nu toe is gelimiteerd en behoeft verder onderzoek en verdieping.

Methode: Het onderzoeksdesign van het gehele onderzoek betreft een longitudinaal onderzoek bestaande uit drie meetmomenten. Dit deelonderzoek is gebaseerd op de onderzoeksresultaten van het eerste meetmoment en is daarmee een cross-sectioneel onderzoek. De steekproef van dit deelonderzoek is verzameld op basis van het LISS-panel en bestaat uit Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijdscategorie van 16 tot en met 30 jaar ($M = 23.66$, $SD = 4.27$), met een totale steekproef van $N = 170$. De data is geanalyseerd aan de hand van de meetinstrumenten Self-defining Memory Task (SDMT) en de Hospital Anxiety and Depression Scales (HADS).

Resultaten: Resultaten suggereren dat sociale relaties, activiteiten in de vrije tijd en school, opleiding, studie, werk en loopbaan kenmerkend zijn voor de inhoud van identiteitsherinneringen van jongvolwassenen. Daarnaast blijken jongvolwassenen overwegend generieke en positief gekleurde gebeurtenissen in herinneringen te verwerken. Wanneer er betekenis aan de herinnering wordt toegekend, is deze veelal positief. Daarnaast impliceren de resultaten een verband met mogelijke angstklachten en herinneringen met een negatieve valentie en evaluatie. Mogelijke depressieklachten vertonen een samenhang met een mindere mate van herinneringen met een positieve valentie, evaluatie of betekenis. Tot slot lijken contaminatie sequenties sterker met angstklachten samen te hangen dan redemptie sequenties. Depressieklachten vertonen een gelijke samenhang met beide sequenties.

Conclusie: Op basis van de onderzoeksresultaten kunnen we concluderen dat er een samenhang bestaat tussen de verschillende dimensies van identiteitsherinneringen en angst- en depressieklachten bij Nederlandse jongvolwassenen. Er is echter meer onderzoek nodig om de samenhang tussen identiteitsherinneringen, angst en depressie te kunnen specificeren. Naast aanbevelingen voor vervolgonderzoek worden er tevens aanknopingspunten gegeven voor praktische implicaties omtrent identiteitsherinneringen bij jongvolwassenen.

Abstract

Background: This thesis ‘Self-defining memories of young adolescents and their mental health’ describes both a qualitative and a quantitative research about a possible correlation between the various dimensions of self-defining memories and the mental health of a sample of young Dutch adolescents. Besides that this study also examines how the different dimensions are divided in the self-defining memories of young adolescents. At last, this study also tries to examine the correlation between redemption and/or contamination sequences and anxiety or depression. This study is focused on obtaining and increasing new understandings. Research until now is limited and needs more research.

Method: The research design of the whole research is a longitudinal research design and contains three different moments of measurement. This study has focused on the results of the first measurement and is a cross-sectional research. Respondents for this study were acquired through the online LISS panel and consists of a population of young Dutch adolescents between the age of 16 to 30 years ($M = 23.66$, $SD = 4.27$), with a total sample of $N = 170$. During this study the Self-defining memory task (SDMT) and the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) were used to analyze the data.

Results: The results indicate that themes as social relations, activities, school, education, work and career are typical for the content of self-defining memories of young Dutch adolescents. Besides that, young adolescents use mostly generic and positive events in their self-defining memories. Young adolescents are mostly capable to acknowledge a positive meaning of their self-defining memory and for the self. Both the variables anxiety and depression have a significant correlation with various dimensions of self-defining memories. There is a correlation between symptoms of anxiety and negative events and negative evaluation. Symptoms of depression seem to correlate with a lesser degree of positive memories or memories with a positive evaluation or meaning. At last, contamination sequences seem to have a stronger association with anxiety than redemption sequences. There is no difference in association between depression, redemption and contamination.

Conclusion: Based on the results, we can conclude that there is a correlation between the different dimensions of self-defining memories and symptoms of anxiety or depression in a sample of young Dutch adolescents. This research and the results of this research provide new insights into the correlation between the different variables. Further research is needed to specify the relation between self-defining memories and anxiety and depression. This research not only does some suggestions for further research but also for some practical implications of self-defining memories of young adolescents.

Voorwoord en dankbetuiging

Voor u ligt mijn afstudeeropdracht waarmee ik de master geestelijke gezondheidsbevordering en de opleiding psychologie aan de Universiteit van Twente afrond. Vanaf september 2012 ben ik dit onderzoek begonnen naar identiteitsherinneringen bij Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijd van 16 tot en met 30 jaar. In samenwerking met twee medestudenten heb ik dit onderzoek in een tijdsbestek van ongeveer zes maanden voltooid. Het onderzoek naar de mogelijke samenhang tussen de verschillende dimensies van identiteitsherinneringen en angst- en depressieklachten is uitgevoerd bij drie verschillende doelgroepen; jongvolwassenen, volwassenen en ouderen. In maart 2013 is dit deelonderzoek met de doelgroep jongvolwassenen afgerond.

Door middel van het schrijven van deze afstudeeropdracht heb ik kennis verkregen op het gebied van de narratieve psychologie en identiteitsherinneringen bij jongvolwassenen. Tevens kan ik mij vakbekwaam stellen voor wat betreft het doen van wetenschappelijk onderzoek.

Ik wil met name dr. G.J. Westerhof, maar ook dr. S.M.A. Lamers, bedanken voor de begeleiding, steun en hun adviezen voor de totstandkoming van deze masterthesis. Tevens wil ik mijn medestudenten Mireille Poortinga en Evelien Engbers bedanken voor hun steun en prettige samenwerking gedurende het uitwerken van dit afstudeeronderzoek. Ook wil ik Vivianne Poortinga bedanken voor haar hulp. Tot slot wil ik mijn vriend Bob, vrienden en mijn familie: Heit, Mem, Hanneke, Paul en Margreet, bedanken voor hun bemoedigende woorden en continue ondersteuning tijdens mijn gehele studieperiode aan de Universiteit van Twente te Enschede.

Neline Horjus

Enschede, maart 2013

Inhoudsopgave

Samenvatting	3
Abstract	4
Voorwoord en dankbetuiging	5
1. Inleiding.....	8
1.1. Levensverhalen.....	9
1.2. Autobiografische herinneringen	10
1.3. Identiteitsherinneringen	11
1.4. Functie van herinneringen	12
1.5. Jongvolwassenen en identiteitsherinneringen.....	12
1.6. Identiteitsherinneringen van jongvolwassenen en de relatie met angst en depressie	14
1.7. Doel van het onderzoek	15
1.8. Onderzoeksvragen	16
1.8.1. Hoofdvraag.....	16
1.8.2. Deelvragen.....	16
2. Methode.....	16
2.1. Onderzoeksdesign.....	16
2.2. Respondenten	17
2.3. Procedure.....	19
2.4. Materialen.....	19
2.5. Analyses	21
2.5.1 Kwalitatieve analyse.....	21
2.5.2 Statistische analyse	22
3. Resultaten	23
3.1. Identiteitsherinneringen en de vier dimensies	23
3.2. Relatie tussen dimensies van identiteitsherinneringen en angstklachten.....	26
3.3. Relatie tussen dimensies van identiteitsherinneringen en depressieklachten	28

3.4.	Relatie tussen redemptie en/of contaminatie en angst- en depressieklachten	29
4.	Conclusie/ Discussie.....	32
4.1.	Identiteitsherinneringen en de vier dimensies	32
4.2.	Relatie tussen dimensies van identiteitsherinneringen en angstklachten.....	33
4.3.	Relatie tussen dimensies van identiteitsherinneringen en depressieklachten	34
4.4.	Relatie tussen redemptie en/of contaminatie en angst- en depressie	35
4.5.	Samenhang tussen verschillende dimensies en angst- en depressieklachten.....	36
4.6.	Vergelijking van onderlinge onderzoeksresultaten met volwassenen en ouderen ..	36
4.7.	Sterke punten	37
4.8.	Beperkingen.....	38
5.	Aanbevelingen.....	39
5.1.	Aanbevelingen voor verder onderzoek.....	40
5.2.	Aanbevelingen praktische implicaties	40
6.	Referenties	41
7.	Bijlagen	47
	Codeerschema	47
	SDMT Vragenlijst	50
	HADS Vragenlijst	52

1. Inleiding

'Ik herinner mij nog dat ik ongeveer een jaar geleden in een depressie zat. Ik heb een korte periode anti-depressiva geslikt en ik heb meerdere gesprekken met een psycholoog gehad. Het was een nare periode en heeft veel impact op mijn leven gehad. In mijn ogen gaat een depressie nooit helemaal over en ik blijf een gevoelig persoon' (anoniem, 19 jaar).

Bovenstaande herinnering is een herinnering van een jongvolwassene bij wie tot op heden nog steeds sprake is van depressieklachten. Herinneringen zijn van fundamenteel belang voor de regulatie van emoties, ontwikkeling van de persoonlijkheid en het welbevinden van een individu (Conway, 2005). Empirisch onderzoek naar de rol van dergelijke autobiografische herinneringen en de kenmerken van een herinnering bij psychische stoornissen is al jaren van klinisch belang (Horowitz, 1971). Uit wetenschappelijke studies blijkt dat herinneringen niet alleen ontstaan na een negatieve of stressvolle gebeurtenis, maar ook naar aanleiding van (positieve) alledaagse gebeurtenissen (Watson, Berntsen, Kuyken & Watskin, 2012).

Onderzoek naar herinneringen van een representatieve en aselechte steekproef en de samenhang hiervan met het geestelijk welbevinden is gelimiteerd. Daarnaast heeft eerder onderzoek zich met name gericht op het exploreren van interacties tussen de verschillende dimensies van identiteitsherinneringen in relatie tot de persoonlijkheid. Het is onduidelijk welke dimensies van een herinnering samenhang vertonen met het welbevinden van een individu (McAdams, Reynolds, Lewis, Patten & Bowman, 2001; McLean, Breen & Fournier, 2010). Onderzoek naar identiteitsherinneringen en de mogelijke samenhang met de geestelijke gezondheid behoeft verder onderzoek. De geestelijke gezondheid wordt in deze studie gedefinieerd als de afwezigheid van angst- en depressieklachten.

Deze studie is gericht op het onderzoeken van de mogelijke samenhang tussen de verschillende dimensies van identiteitsherinneringen en angst- en depressieklachten bij Nederlandse jongvolwassenen. Ook wordt bekeken hoe de verschillende dimensies zijn verdeeld binnen de identiteitsherinneringen van jongvolwassenen. Tot slot wordt onderzocht in hoeverre redemptie of contaminatie, twee emotioneel beladen thema's binnen levensverhalen, een samenhang vertonen met angst- en depressieklachten.

De opbouw van de inleiding bestaat uit een gedegen literatuurstudie. In deze literatuurstudie worden onder andere levensverhalen, autobiografische herinneringen, identiteitsherinneringen, de functie van deze herinneringen, de jongvolwassenheid en de prevalentie van angst- en depressieklachten bij jongvolwassenen onderzocht en nader toegelicht. Daaropvolgend is het doel van het onderzoek beschreven. Op basis van de literatuurstudie zijn onderzoeksvragen opgesteld en is de data geanalyseerd en geïnterpreteerd.

1.1. Levensverhalen

Sociaal wetenschappers stellen dat individuen een narratieve identiteit – identificatie met de verhalen over het eigen leven - ontwikkelen, doordat zij het leven betekenis geven door het (re-) construeren van levensverhalen (McAdams, 2009; McAdams et al., 2001; McLean & Fournier, 2007). Levensverhalen zijn van belang en functioneel voor het ontwikkelen van een narratieve identiteit. Levensverhalen bestaan uit tijdelijke en thematisch georganiseerde scènes en scripts (McAdams et al., 2001). Volgens McAdams et al. (2001) zijn levensverhalen psychosociale constructen die mede bepaald worden door het individu zelf en de culturele context waarin de persoon zich bevindt.

De ontwikkeling van een narratieve identiteit is van belang om onszelf, anderen en de wereld te begrijpen (McLean et al., 2010; Fivush, Habermas, Waters & Zaman, 2011). De narratieve constructie van betekenis vindt plaats door herinneringen over onszelf en het leven met anderen te delen (McLean et al., 2010). Het leidende principe van levensverhalen is dat ze betekenis geven aan het verleden, het heden en de toekomst van een individu (McLean & Pasupathi, 2006). Een levensverhaal heeft gevolgen voor zowel het persoonlijk functioneren als het welbevinden van een individu (Weber, Rowling & Scanlon, 2007; McLean & Pasupathi, 2006; Bluck & Alea, 2009; McLean & Fournier, 2007). Betekenis geven aan het leven is voor individuen van belang, gezien de invloed hiervan op het ervaren van geluk en een goed welbevinden (Westerhof & Bohlmeijer, 2012).

Volgens McAdams et al. (2001) spelen thema's als redemptie en contaminatie een rol binnen levensverhalen. Redemptie sequenties worden ook wel omschreven als levensverhalen waarin negatieve situaties met positieve uitkomsten worden ervaren. Contaminatie sequenties betekenen het tegenovergestelde van redemptie sequenties; levensverhalen met een positieve gebeurtenis worden ervaren met negatieve uitkomsten. Uit onderzoek blijkt dat zowel de thema's redemptie en contaminatie van belang zijn, gezien zij functies hebben als het bevorderen van zelfstandigheid en het welbevinden. Zowel een positieve- als negatieve leerervaring blijken het proces van betekenisgeving aan het leven te ondersteunen (McLean & Fournier, 2007; McLean & Lilgendahl, 2008; McAdams et al., 2001).

Samenvattend kunnen we concluderen dat levensverhalen gebaseerd zijn op herinneringen die mogelijk van betekenis zijn voor het individu. Thema's als redemptie en contaminatie komen voor bij levensverhalen en ondersteunen het proces van betekenisgeving aan het leven. Herinneringen kunnen worden onderverdeeld, omdat ze verschillende functies omvatten. Zowel autobiografische- als identiteitsherinneringen zullen in de volgende paragrafen worden toegelicht.

1.2. Autobiografische herinneringen

Het autobiografisch geheugen wordt gezien als een deel van het episodisch geheugen. Episodische herinneringen en daarmee ook autobiografische herinneringen zijn persoonlijke en levendige herinneringen. Echter heeft het ook semantische elementen. Een semantische herinnering richt zich meer op algemene en feiten kennis. Autobiografische herinneringen worden omschreven als de bouwstenen van een levensverhaal van een individu (Bluck & Alea, 2009). Autobiografische herinneringen bevatten persoonlijke informatie over wie je eerder was, wie je nu bent en hoe je in de toekomst wilt zijn (Conway et al., 2004). Autobiografische herinneringen zijn gerelateerd aan persoonlijke ervaringen en processen en voortdurend in ontwikkeling (Conway, 2005; Rubin, 1982; Pasupathi et al., 2007; Singer, Rexhaj & Baddeley, 2007; Conway et al., 2004; McLean & Fournier, 2007; Glück & Bluck, 2007).

Door autobiografisch redeneren wordt een levensverhaal opgebouwd en er wordt structuur gebracht aan het gedrag, de gedachten en gevoelens van een individu (Bluck & Habermas, 2000). Het proces van autobiografisch redeneren is gerelateerd aan aspecten van persoonlijkheid, eigenschappen en de ontwikkeling van het ego (McLean & Fournier, 2007; McAdams, 2009). Volgens Conway en Pleydell- Pearce (2000) worden autobiografische herinneringen geconstrueerd op basis van de interactie tussen de autobiografische kennis en het werkende zelf - van nu en de toekomst. Het *Self-Memory System* (SMS)- model wordt door Conway en Pleydell- Pearce (2000) gebruikt als een model dat de relatie en de interactie tussen het werkende zelf en de autobiografische kennis verduidelijkt (Conway, 2005). Dit SMS- model is verantwoordelijk voor de autobiografische herinnering die wordt opgeroepen. Het SMS-model bestaat uit twee hoofdcomponenten; het werkgeheugen - adapteren van herinneringen- en het autobiografisch geheugen - herinneringen van onderliggende kennisstructuren. Herinneringen uit het autobiografisch geheugen zijn van fundamenteel belang voor de emoties en de persoonlijkheid van het individu (Conway, 2005). Autobiografische herinneringen hebben drie verschillende functies; de zelffunctie, de sociale functie en de directieve functie (Bluck & Alea, 2009). De functies worden in de volgende paragraaf toegelicht.

Samenvattend kunnen we concluderen dat het autobiografisch geheugen refereert aan de herinneringen die iemand heeft over zijn eigen leven. Het autobiografisch geheugen bestaat uit het episodisch en het semantisch geheugen en heeft verschillende functies. Alvorens op de functies in te gaan zullen identiteitsherinneringen, een subcategorie van autobiografische herinneringen, in de volgende paragraaf worden toegelicht.

1.3. Identiteitsherinneringen

Identiteitsherinneringen zijn de representaties en centrale componenten van levensverhalen en daarmee een subcategorie van autobiografische herinneringen (Pasupathi et al., 2007; McLean & Fournier, 2007; Fivush et al., 2011). Identiteitsherinneringen zijn levendige herinneringen en behoren daarmee tot het episodisch geheugen (Barnhofer et al., 2007). Identiteitsherinneringen worden gedefinieerd als persoonlijke herinneringen die sterke emoties oproepen, persoonlijk belang hebben en gerelateerd zijn aan gelijksoortige herinneringen (Singer & Blagov, 2000; Blagov & Singer, 2004; McLean & Fournier, 2007; Bluck & Habermas, 2000; Conway, Singer & Tagini, 2004). Volgens Lardi, D'Argembeau, Chanal, Ghisletta en Van der Linden (2010) staan identiteitsherinneringen representatief voor de expressie en ontwikkeling van een identiteit, het psychologisch welbevinden en het functioneren van een persoon. Individuen vertellen over zichzelf door het gebruik van identiteitsherinneringen (Lardi et al., 2010).

Identiteitsherinneringen zouden zich vormen rondom de zorgen en conflicten van een individu (Singer & Moffitt, 1991; Blagov & Singer, 2004). Volgens het SMS-model (Conway & Pleydell-Pearce, 2000) is het afhankelijk van de huidige doelen van het individu welke herinneringen opgeroepen worden uit het autobiografische geheugen. Identiteitsherinneringen zijn gerelateerd aan lange termijn doelen (Singer & Moffitt, 1991). Individuen hebben een veelheid aan herinneringen. De herinneringen die relevant zijn voor het individu behoren tot de identiteitsherinneringen (Bluck & Habermas, 2000).

Volgens Blagov en Singer (2004) kunnen identiteitsherinneringen aan de hand van vier dimensies worden beschreven en gecodeerd. De dimensie *specificiteit* wordt geoperationaliseerd als de manier waarop een herinnering wordt omschreven: specifiek – gerelateerd aan één dag – of generiek – herinnering aan een lange, herhaaldelijke periode. De dimensie *betekenisconstructie* wordt beschreven als het toeschrijven van een betekenis aan de persoonlijke herinnering door een relatie te leggen met de eigen persoon, belangrijke relaties of het leven in het algemeen. De dimensie *valentie* omvat de emotionele lading van de gebeurtenis in positieve, negatieve of neutrale zin. Het gaat hierbij om de gebeurtenis zelf en niet om de evaluatie die de persoon er achteraf aan geeft. Tot slot worden de herinneringen op basis van de dimensie *inhoud* gecodeerd.

Samenvattend kunnen we concluderen dat identiteitsherinneringen worden gedefinieerd als levendige herinneringen met een persoonlijk belang en die voortkomen uit het autobiografisch geheugen. Identiteitsherinneringen zijn te coderen aan de hand van vier dimensies volgens het coderingsschema van Blagov en Singer (2004). Niet alleen autobiografische herinneringen, maar ook identiteitsherinneringen hebben verschillende functies. In de volgende paragraaf zal dit nader worden toegelicht.

1.4. Functie van herinneringen

Het geheugen heeft de functie om persoonlijke doelen na te streven (Conway et al., 2004). Volgens Bluck (2003) heeft het autobiografisch geheugen drie functies. De eerste functie is de zelffunctie, dit omvat de ontwikkeling van het individu en het bevorderen van persoonlijke continuïteit. De werking van de zelffunctie betekent dat kennis over jezelf uit het verleden naast het huidige en toekomstbeeld wordt gelegd om te bepalen of het beeld over jezelf aangepast moet worden. De tweede functie is de sociale functie, dit omvat het faciliteren van de sociale interactie en daarmee het algemeen welbevinden (McLean & Lilgendahl, 2008). De sociale functie is de meeste fundamentele functie van herinneringen (Bluck, 2003; Alea & Bluck, 2003, Bluck & Alea, 2009). Tot slot is er volgens Bluck (2003) sprake van een directieve en sturende functie, dit omvat het reconstrueren van het verleden om vervolgens toekomstig gedrag te kunnen begrijpen en te voorspellen (Conway et al., 2004).

Ten opzichte van identiteitsherinneringen speelt met name de zelffunctie, het behouden en het bevorderen van het zelfconcept – het beeld dat iemand over zichzelf heeft –, een rol wanneer het om de ontwikkeling van het individu gaat (Alea & Bluck, 2003; Bluck & Alea, 2009; Bluck & Habermas, 2000). De zelffunctie omvat de wijze waarop iemand betekenis en richting geeft aan de eigen identiteit. Thema's als persoonlijke continuïteit en coherentie bevorderen de identiteitsontwikkeling (Webster, 2003; Moffit, Singer, Nelligan, Carlson & Vyse, 1994). Uit onderzoek blijken herinneringen eerder te gaan over positieve gebeurtenissen dan over negatieve gebeurtenissen (Berntsen, 2010; Walker, Skowronski & Thompson, 2003; Tomkins, 1979). Positieve identiteitsherinneringen worden verondersteld persoonlijke continuïteit te bevorderen hetgeen leidt tot een positieve zelfontwikkeling (Pasupathi et al., 2007). Negatieve identiteitsherinneringen daarentegen dagen het individu uit tot zelfreflectie en worden al gauw geherinterpreteerd (McLean & Lilgendahl, 2008).

Samenvattend kunnen we concluderen dat herinneringen een algemeen doel hebben; persoonlijke doelen nastreven. Autobiografische herinneringen hebben drie verschillende functies hebben; de zelffunctie, de sociale functie en de directieve en sturende functie. Identiteitsherinneringen worden gekenmerkt door de zelffunctie als het gaat om het bevorderen van persoonlijke continuïteit, coherentie en zelfontwikkeling; kenmerken die gedurende de fase van de jongvolwassenheid centraal staan. In de volgende paragraaf wordt de jongvolwassenheid en identiteitsherinneringen toegelicht.

1.5. Jongvolwassenen en identiteitsherinneringen

Deze studie is gericht op de identiteitsherinneringen van jongvolwassenen in de leeftijd van 16 tot en met 30 jaar. Volgens de *lifespan theory* van Erikson (1963) staat gedurende de fase van de jongvolwassenheid het ontwikkelen van een eigen identiteit, de persoonlijke continuïteit en de coherentie door middel van het construeren van identiteitsherinneringen

centraal (McLean et al., 2010). De constructie van de eigen identiteit vindt plaats door het toepassen van reflectie op het verleden (McLean et al., 2010).

Op basis van eerdere onderzoeken zijn enige aanknopingspunten te vinden op het niveau van levensverhalen en jongvolwassenen. Het is van belang hierbij de kanttekening te maken dat deze onderzoeken met name zijn gericht op jongvolwassenen als studenten. Er is weinig zicht op de inhoud en vorm van de herinneringen van een representatieve doelgroep.

Het construeren van een levensverhaal ontwikkelt zich in de loop van de tijd en vindt voor het eerst plaats gedurende de jongvolwassenheid (Pasupathi et al., 2007; McAdams et al., 2001). Uit onderzoek blijkt dat jongvolwassenen levensverhalen construeren die van cruciale invloed zijn op en van belang zijn voor de eigen identiteitsontwikkeling (Pasupathi et al., 2007; Fivush et al., 2011; McAdams et al., 2001). Het levensverhaal van de jongvolwassene draagt bij aan het werken aan een coherent en continue gevoel van eigenwaarde, wat gerelateerd is aan een positief welbevinden (Pasupathi et al., 2007; Glück & Bluck, 2007; Bluck & Habermas, 2000; Conway, 2005; Conway et al., 2004). Het leggen van verbanden tussen de eigen ervaringen en de eigen persoon is kenmerkend voor de jongvolwassenheid (McLean et al., 2010).

Uit eerder onderzoek blijkt dat jongvolwassenen met name herinneringen hebben aan gebeurtenissen die gerelateerd zijn aan thema's als loopbaan, intimiteit, loslaten en persoonlijke conflicten (McLean & Lilgendahl, 2008; Pasupathi et al., 2007; Bluck & Alea, 2009; Conway, 2005). De mate van specificiteit speelt een rol binnen de eigen identiteitsontwikkeling. Jongvolwassenen blijken veelal specifieke en gedetailleerde herinneringen te hebben (Bluck & Alea, 2009; Singer, Rexhaj & Baddeley, 2007; Moffit et al., 1994). Volgens Singer et al. (2007) blijkt dat jongvolwassenen nog niet in staat zijn tot betekenisconstructie gezien de eigen identiteit nog in ontwikkeling is. Uit onderzoek van Debats, Drost en Hansen (1995) blijkt echter dat jongvolwassenen, onder wie studenten, zin geven aan het verleden wat van invloed is op de ontwikkeling van het (positieve) zelfbeeld en de eigen identiteitsontwikkeling. De betekenisconstructie lijkt een rol te spelen in het voorspellen van een positief zelfbeeld (Debats et al., 1995). Ook is het verlenen van betekenis aan herinneringen van invloed en gerelateerd aan het bevorderen van het welzijn, de persoonlijke groei en de ego-ontwikkeling (Bauer & Bonanno, 2001). Volgens Singer en Blagov (2000) is betekenisverlening van belang om bewust te worden van het zelf, belangrijke relaties of het leven in het algemeen. Ook zorgt het toeschrijven van een betekenis aan herinneringen voor positieve feedback, die zowel een cognitieve, affectieve en een motivationele waarde geeft aan het geheugen en de relevante doelen van een individu versterkt (Singer & Blagov, 2000).

Kortom, de levensfase van de jongvolwassenheid staat in het teken van identiteitsontwikkeling en het bevorderen van persoonlijke continuïteit en coherentie. De

identiteitsontwikkeling komt op gang door de zelffunctie van identiteitsherinneringen. Niet alleen terugkerende thema's, maar ook de mate van specificiteit en de betekenisconstructie van herinneringen spelen een rol gedurende de identiteitsontwikkeling van jongvolwassenen. Om enig zicht te krijgen op de prevalentie van angst- en depressieklachten bij jongvolwassenen wordt hier in de volgende paragraaf op ingegaan.

1.6. Identiteitsherinneringen van jongvolwassenen en de relatie met angst en depressie

In de context van dit onderzoek staan de indicatoren angst en depressie centraal, aangezien uit onderzoek van Williams (2006) blijkt dat individuen met angst- of depressieklachten minder goed in staat zijn om verschillende autobiografische herinneringen op te halen.

Uit empirisch onderzoek blijkt dat psychische klachten een veelvoorkomend fenomeen zijn bij jongvolwassenen (Vanheusden, Ende, van der, Mulder, Lenthe, van, Verhulst & Mackenbach, 2009; Eisenberg, Gollust, Golberstein & Hefner, 2007). Ongeveer 37% van de jongvolwassenen tussen de 15 en 30 jaar lijdt aan een psychische aandoening als angst of depressie (Vanheusden, Ende, van der, Mulder, Lenthe, van, Verhulst & Mackenbach, 2008). Uit onderzoek van Bijl, Ravelli en van Zessen (1998) blijkt dat circa 7% van de jongvolwassenen depressieve klachten ervaart ten opzichte van circa 13% van de jongvolwassenen die angstklachten ervaart. Psychische klachten brengen psychisch leed met zich mee, beperken de mogelijkheden tot het volgen en uitvoeren van een studie of werk en veroorzaken beperkingen in de sociale interactie (Vanheusden et al., 2008). Een relatief klein percentage van de jongvolwassenen met psychische klachten zoekt hulp (Vanheusden et al., 2009).

Uit onderzoek van Watson et al. (2012) blijkt dat er sprake is van een samenhang tussen angst- en depressieklachten en identiteitsherinneringen. Uit onderzoek blijkt dat, wanneer er sprake is van herinneringen met een negatief affect, er sprake is van een significante toename van depressieve symptomen (Watson et al., 2012; Blagov & Singer, 2004). Uit onderzoek van Clark en Teasdale (1982) blijkt dat het autobiografisch geheugen van individuen met depressieve klachten meer toegankelijk is voor het terughalen van generieke en emotioneel beladen negatieve gebeurtenissen. De mate waarin depressieve symptomen worden ervaren is van invloed op de mate van specificiteit gedurende het terughalen van herinneringen (Watson et al., 2012). Uit onderzoek van Watson et al. (2012) blijkt dat depressieve individuen significant minder specifieke autobiografische herinneringen hebben dan niet depressieve individuen. Empirisch onderzoek van Barnhofer et al. (2007) laat zien dat er bij individuen met een depressie sprake is van overgeneralisatie en dit duidt op tekorten in het episodisch geheugen. Hierdoor is het ophalen van positief specifieke herinneringen voor hen moeilijker (Barnhofer et al., 2007). Daarnaast blijkt dat depressie niet alleen een samenhang vertoont met de mate van specificiteit en negatieve herinneringen, maar

ook met contaminatie sequenties. Contaminatie sequenties voorspellen een minder goed welbevinden en een verhoogde kans op het ontwikkelen van een depressie. In tegenstelling tot contaminatie sequenties blijken redemptie sequenties eerder een positieve geestelijke gezondheid te bevorderen (Pasupathi et al., 2007; McAdams et al., 2001).

Niet alleen individuen met depressieklachten, maar ook individuen die een hogere mate van angstklachten ervaren, blijken meer emotioneel negatief beladen herinneringen te rapporteren. Deze herinneringen ontlokken ook een meer sterke emotionele en lichamelijke reactie bij angstige dan bij niet angstige individuen (Watson et al., 2012). Echter het verband tussen angst en autobiografische herinneringen lijkt minder duidelijk. Bögels en van Oppen (2011) tonen echter wel aan dat er een verband bestaat tussen angststoornissen en traumagerelateerde stresstoornissen. Inzichten in de mogelijke samenhang tussen angst en contaminatie sequenties en angst en redemptie sequenties is beperkt. Dit onderzoek hoopt hier een bijdrage aan te leveren.

Samenvattend kunnen we concluderen dat angst en depressie veelal voorkomen gedurende de jongvolwassenheid en dit brengt consequenties met zich mee. Daarnaast kunnen we stellen dat de mate van angst- en depressieklachten bij een klinische steekproef van invloed zijn op het terughalen van autobiografische herinneringen. De mate van specificiteit wordt beïnvloed. Op basis van wetenschappelijk onderzoek blijkt weinig bekend te zijn over angst en depressie in samenhang met de dimensie *betekenisconstructie*. Dit onderzoek hoopt hier meer inzicht in te geven.

1.7. Doel van het onderzoek

Op basis van de literatuurstudie kunnen we stellen dat er sprake is van een samenhang tussen verschillende dimensies van identiteitsherinneringen en angst- en depressieklachten bij een klinische steekproef. Onderzoek naar de mogelijke samenhang tussen identiteitsherinneringen en de angst- en depressieklachten bij een representatieve steekproef is gelimiteerd en behoeft verder onderzoek. Deze studie onderscheidt zich van eerdere studies vanwege de wijze van steekproef trekking. In tegenstelling tot eerdere onderzoeken, die beperkt zijn door zich te richten op bepaalde bevolkingsgroepen zoals studenten, is deze studie gericht op een aselechte steekproef uit het gehele Nederlandse bevolkingsregister. Ten opzichte van eerdere onderzoeken is dit onderzoek een representatief onderzoek dat zich richt op autobiografische herinneringen over de gehele volwassen levensduur. Het volledige onderzoek naar identiteitsherinneringen betreft een longitudinaal onderzoek. Dit deelonderzoek naar identiteitsherinneringen van jongvolwassenen is uniek aangezien het een cross-sectioneel onderzoeksdesign betreft en het een bijdrage zal leveren aan het longitudinale onderzoek. Het longitudinale onderzoek zal uiteindelijk in staat zijn om drie verschillende meetmomenten tegen elkaar af te wegen.

Dit deelonderzoek is gericht op het vergroten van inzicht in de wijze waarop Nederlandse jongvolwassenen hun identiteitsherinneringen beschrijven. Gezien duidelijk is dat identiteitsherinneringen een rol spelen gedurende de identiteitsontwikkeling van jongvolwassenen en de prevalentie van angst- en depressieklachten aanzienlijk is, is het verkrijgen van inzicht in de mogelijke samenhang, van wetenschappelijk en praktisch belang. Door middel van dit onderzoek willen we een antwoord geven op de vraag in hoeverre er sprake is van een mogelijke samenhang tussen identiteitsherinneringen en angst- of depressieklachten bij Nederlandse jongvolwassenen. Tevens wordt getracht inzicht te geven in hoeverre redemptie of contaminatie sequenties een mogelijke samenhang vertonen met angst en depressie.

1.8. Onderzoeksvragen

Op basis van de literatuurstudie zijn de volgende onderzoeksvragen geformuleerd:

1.8.1. Hoofdvraag

In hoeverre is er sprake van samenhang tussen de vier dimensies (*inhoud, valentie, specificiteit en betekenisconstructie*) van identiteitsherinneringen en angst- of depressieklachten van Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijd van 16 tot en met 30 jaar?

1.8.2. Deelvragen

1. Hoe zijn de vier dimensies (inhoud, valentie, specificiteit en betekenisconstructie) verdeeld binnen de identiteitsherinneringen van Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijd van 16 tot en met 30 jaar?
2. In hoeverre zijn de verschillende dimensies van de identiteitsherinneringen van Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijd van 16 tot en met 30 jaar gerelateerd aan angstklachten?
3. In hoeverre zijn de verschillende dimensies van identiteitsherinneringen van Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijd van 16 tot en met 30 jaar gerelateerd aan depressieklachten?
4. In hoeverre zijn redemptie en/of contaminatie sequenties in identiteitsherinneringen van Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijd van 16 tot en met 30 jaar gerelateerd aan angst- of depressieklachten?

2. Methode

2.1. Onderzoeksdesign

Het onderzoeksdesign van het volledige onderzoek naar identiteitsherinneringen betreft een longitudinaal onderzoeksdesign. Het volledige onderzoek zal drie keer per jaar de

identiteitsherinneringen en de aanwezigheid van angst- en depressieklachten beoordelen en vaststellen aan de hand van de Self-defining Memory Task (SDMT) van Jefferson Singer (Blagov & Singer, 2004) en de Hospital Anxiety and Depression Scales (HADS) van Spinhoven, Ormel, Sloekers, Kempen, Speckens en Van Hemerta (1997). Het eerste meetmoment vond plaats in mei 2012. Om causale effecten na te gaan en aan te kunnen tonen, zal de onderzoeksmodule na zes maanden worden herhaald en tot slot zal worden herhaald bij twaalf maanden na de eerste meting. Dit deelonderzoek heeft zich gericht op de resultaten van het eerste meetmoment en omvat hiermee een cross-sectioneel onderzoeksdesign. Aan de hand van deze resultaten zijn analyses uitgevoerd.

2.2. Respondenten

De respondenten voor het volledige onderzoek naar identiteitsherinneringen zijn verworven door middel van een online panel, het zogenoemde langlopende internet studies voor de sociale wetenschappen (LISS) – panel, opgezet in 2007 (Scherpenzeel, 2009). De steekproef bestaat uit een aselechte steekproef met in totaal 8000 mensen uit 5000 Nederlandse huishoudens. Er is gekozen voor 5000 Nederlandse huishoudens om voldoende mensen te kunnen vinden bij wie mogelijk sprake is van angst- en depressieklachten. Het LISS-panel maakt gebruik van een aselechte sampling en geeft hiermee een representatief beeld van de Nederlandse samenleving. De inclusiecriteria betreft een minimale leeftijd van de respondenten van 16 jaar. Panelleden hebben maandelijks vragenlijsten ingevuld en zij ontvingen hiervoor een kleine vergoeding. Het longitudinale onderzoek naar identiteitsherinneringen bij een representatieve en aselechte steekproef bestaat uit een totale steekproef van $N = 2327$. De leeftijd van de steekproef die deel uitmaken van het panel varieert tussen de 16 en de 92 jaar, waarbij sprake is van een oververtegenwoordiging van ouderen (60-plus) om een betere vergelijking te kunnen maken tussen en binnen de leeftijdsgroepen.

Van deze gehele steekproef heeft dit deelonderzoek zich gericht op de Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijdscategorie van 16 tot en met 30 jaar ($M = 23.66$, $SD = 4.27$), met een totale steekproef van $N = 170$. Per huishouden is willekeurig en maximaal één persoon geselecteerd. Op basis van de literatuurstudie is gekozen voor de betreffende leeftijdsgroep. Gedurende het uitvoeren van dit deelonderzoek bij jongvolwassenen is op hetzelfde moment door twee medestudenten deelonderzoek gedaan naar identiteitsherinneringen van de doelgroep volwassenen in de leeftijd van 45 tot en met 55 jaar en ouderen in de leeftijd van 75 en ouder.

Demografische factoren van de jongvolwassenen zijn weergegeven in Tabel 1. De demografische gegevens stellen dat circa 58% vrouwen hebben deelgenomen aan het onderzoek ten opzichte van ongeveer 42% mannen. Uit Tabel 1 blijkt dat het merendeel van

Tabel 1*Demografische factoren*

		Totaal 100% (n= 170)
Geslacht	Man	42.4%
	Vrouw	57.6%
Gemiddelde leeftijd (jaren)		23.66
Standaard deviatie		(4.27)
Range		16 – 30
Burgerlijke staat	Gehuwd	11.8 %
	Gescheiden	0.6 %
	Nooit getrouwd	87.6 %
Hoogste behaalde opleiding	Basisonderwijs	11.2 %
	Middelbaar beroepsonderwijs ¹	55.3 %
	Hoger beroepsonderwijs ²	27.0%
	Anders	2.4 %
	(nog) Geen onderwijs afgerond ³	4.1 %
Belangrijkste bezigheid	Verricht betaald werk ⁴	48.9 %
	Werkzoekende ⁵	3.6 %
	Gaat naar school of studeert	42.2%
	Anders ⁶	5.4%
Groep van herkomst	Autochtone herkomst	89.2%
	Niet- Nederlandse, (niet)-	10.7%
	Westerse afkomst ⁷	
Geestelijke gezondheid	Geen angstklachten ⁸	77.8%
	Geen depressieklachten ⁹	91.0%
	Mogelijke angstklachten ¹⁰	22.2%
	Mogelijke depressieklachten ¹¹	9.0%

¹ VMBO, HAVO/VWO, MBO² HBO, WO³ (nog) geen onderwijs afgerond, volgt geen onderwijs⁴ Verricht betaald werk in loondienst, Werkt of is meewerkend in gezins- of familiebedrijf, is vrije beroepsbeoefenaar, freelancer of zelfstandige⁵ Zoekt werk na verlies werkkring, zoekt voor het eerst werk.⁶ Verzorgt de huishouding, is (gedeeltelijk) arbeidsongeschikt, verricht vrijwilligerswerk, doet iets anders⁷ Eerste generatie van niet-nederlandse, westerse afkomst, niet-nederlandse, niet westerse afkomst. Tweede generatie van niet- nederlandse, westerse afkomst, niet-nederlandse, niet-westerse afkomst.⁸ HADS- angstscore totaalscore tussen de 0-7⁹ HADS- depressiescore totaalscore tussen de 0-7¹⁰ HADS- angstscore totaalscore tussen de 8-21¹¹ HADS- depressie totaalscore tussen de 8-21

de respondenten ongehuwd (88%) en dat men het middelbaar beroepsonderwijs als hoogst genoten opleiding heeft gehad. Circa 49% van de respondenten verricht betaald werk in tegenstelling tot circa 42% van de respondenten die naar school gaan of studeren. De respondenten zijn veelal van autochtone herkomst (89%). Tot slot is het voorkomen van angst- of depressieklachten bij de respondenten in kaart gebracht. Het merendeel van de respondenten ervaart geen angst- (78%) of depressieklachten (91%). Circa 22% van de overige respondenten rapporteert mogelijke angstklachten, terwijl 9% van de respondenten die mogelijke depressieklachten rapporteert ten tijde van deelname aan het onderzoek.

2.3. Procedure

De deelnemers zijn in 2007 benaderd door middel van een brief gevolgd door telefonisch contact of een huisbezoek. Hierbij zijn ze uitgenodigd om deel te nemen aan het LISS- panel (Scherpenzeel, 2009). De respondenten, die zich hebben opgegeven voor deelname aan het onderzoek, zijn bevraagd op onder andere in het bezit zijn van een computer. Voor inzage in de vragenlijsten en het beantwoorden ervan is het noodzakelijk dat de deelnemer toegang heeft tot een computer. Mensen zonder internetverbinding werden niet uitgesloten van het onderzoek, zij kregen via het LISS-panel de benodigde materialen om te participeren. Het LISS- panel is gebaseerd op een aselechte steekproef uit het Nederlandse bevolkingsregister, waardoor het een representatief beeld geeft van de Nederlandse samenleving (Centerdata, 2009). Er is geen sprake geweest van zelfselectie, alleen op uitnodiging konden mensen meedoen. Na bevestiging van deelname is de onderzoeksmodule geïntroduceerd bij de respondenten door hen te informeren over de inhoud van het onderzoek. Hierbij is hen uitgelegd dat zij drie belangrijke persoonlijke herinneringen moeten omschrijven en hierover vragen moeten beantwoorden. Tevens is hen gevraagd een vragenlijst omtrent hun stemming in te vullen. De totale tijd voor het invullen van de vragenlijsten bedroeg daarmee maximaal 20 minuten. Nadat elke respondent een informed consent – toestemmingsvereisten - heeft ondertekend, is het starten van de onderzoeksmodule mogelijk gemaakt. In mei 2012 vond het eerste meetmoment plaats. Na het uitvoeren van de onderzoeksmodule konden analyses worden gedaan.

2.4. Materialen

Er zijn twee onderzoeksinstrumenten gebruikt in dit onderzoek. De eerste vragenlijst bestaat uit de Self-defining Memory Task (SDMT) van Jefferson Singer (Blagov & Singer, 2004). Hierbij wordt respondenten gevraagd om drie identiteitsherinneringen te benoemen. Het gaat hierbij om herinneringen die voor de persoon zelf belangrijk en kenmerkend zijn. Een identiteitsherinnering moet minstens één jaar oud zijn en mag zowel positief als negatief zijn. Respondenten konden hun herinneringen omschrijven in een open invulveld. De respondent werd geacht in één regel de herinnering te omschrijven. Daarna werd hen gevraagd de

herinnering uit te schrijven. Vervolgens gaf de respondent door middel van een 6- puntsschaal (1= niet t/m 6= zeer) aan, hoe belangrijk deze herinnering voor de persoon is en hoe positief of negatief hij/zij zich over deze herinnering voelt. De SDMT nam ongeveer vijftien minuten afnametijd in beslag. De SDMT wordt als valide en betrouwbaar beoordeeld (Blagov & Singer, 2004). Voor analyse van deze identiteitsherinneringen is een bewerking van het codeerschema van Singer en Blagov (2004) gebruikt. Het codeerschema bestaat uit de volgende vier dimensies en coderingen:

1. Dimensie één is *inhoud* en bestaat uit de volgende coderingen (1-7 en 9): 1. Sociale relaties, 2. School, opleiding, studie, werk en loopbaan, 3. Activiteiten in de vrije tijd, 4. Gezondheid, 5. Materiële en historische omstandigheden, 6. Bepaalde periode uit het eigen leven, 7. Overig en 9. Niet van toepassing.
2. Dimensie twee is *valentie* en bestaat uit de volgende coderingen (1-3 en 9): 1. Positieve gebeurtenis of periode, 2. Neutrale gebeurtenis of periode, 3. Negatieve gebeurtenis of periode en 9. Niet van toepassing.
3. Dimensie drie is *specificiteit* en bestaat uit de coderingen (1, 2 en 9): 1. Specifieke herinnering, 2. Generieke herinnering, 9. Niet van toepassing.
4. De vierde dimensie *betekenisconstructie* deze bestaat uit de volgende coderingen (1-5 en 9): 1. Beschrijving, 2. Positieve evaluatie van de gebeurtenis of periode, 3. Negatieve evaluatie van de gebeurtenis of periode, 4. Positieve betekenis voor de eigen persoon/leven, 5. Negatieve betekenis voor de eigen persoon/leven en 9. Niet van toepassing.

De tweede vragenlijst betreft de Hospital Anxiety and Depression Scales (HADS) en is ontwikkeld door Spinhoven et al. (1997). Deze screeningsvragenlijst omvat een zeven-item depressieschaal en een zeven-item angstschaal. De respondent werd geacht, door middel van een vier-puntsschaal, aan te geven in hoeverre angst- en depressieklachten in de afgelopen week zijn ervaren. Het invullen van de HADS bedroeg ongeveer vijf minuten. Zowel de betrouwbaarheid en validiteit van de HADS als de subtesten is goed. De interne betrouwbaarheid voor de HADS heeft in deze studie een interne betrouwbaarheid Cronbach's $\alpha = 0.81$ voor de angstschaal en een $\alpha = 0.70$ voor de depressieschaal.

De variabelen angst en depressie, die voortkomen uit de HADS zijn berekend op basis van een opsomming van de items. Door middel van het aanmaken van deze schaalvariabelen kan de analyse voor deelvraag twee en drie uitgevoerd worden. Er is gekozen om met totaalscores te werken om niet te veel verlies in de variatie in de angst- en depressieklachten op te lopen. De items van de vragenlijst worden beantwoord op een vier-puntsschaal (0-3). De opsomming van de zeven items voor subschaal angst en zeven items voor subschaal depressie resulteren in een score range van 0-21 voor de depressie- en angstschaal. Hoge scores wijzen

op meer klachten. Een score van 0-7 sluit de aanwezigheid van angst en depressie uit. Een score van 8-10 wijst op een mogelijke aanwezigheid van angst- en depressieklachten. Een score van 11-21 is een indicatie voor de aanwezigheid van vermoedelijke angst- en depressieklachten.

2.5. Analyses

2.5.1 Kwalitatieve analyse

Alvorens de analyses zijn uitgevoerd, hebben drie beoordelaars onafhankelijk van elkaar een aantal herinneringen aan de hand van het coderingsschema gecodeerd. Daaropvolgend zijn inter-beoordelaar betrouwbaarheidsanalyses uitgevoerd. Aangezien er in eerste instantie geen toereikend hoge inter-beoordelaars betrouwbaarheid - Cohen's kappa- werd behaald, is het proces van het coderen herhaald. Het proces van trainen en bespreken van de herinneringen heeft er vervolgens toe geleid dat er een voldoende inter- beoordelaarbetrovbaarheid werd behaald. Tabel 2 geeft de behaalde Cohen's Kappa waarden voor de verschillende dimensies overzichtelijk weer. Op basis van Tabel 2 kunnen we stellen dat de Cohen's Kappa waarden voldoende tot goed zijn. Na het trainingsproces zijn de identiteitsherinneringen door de onderzoekers gecodeerd aan de hand van de vier dimensies die staan beschreven in het codeerschema van de Singer en Blagov (2000).

Tabel 2

Cohen's Kappa voor inhoud, valentie, specificiteit en betekenisconstructie

Dimensie	Cohen's Kappa
Inhoud	.81
Valentie	.71
Specificiteit	.67
Betekenisconstructie	.79

Om te kunnen analyseren hoe vaak een bepaalde variabele voorkomt, zijn er nieuwe schaalvariabelen aangemaakt. De variabelen angst en depressie zijn berekend op basis van de totaalscores op de HADS om deelvraag twee en drie te kunnen beantwoorden.

Om deelvraag één te kunnen beantwoorden zijn de schaalvariabelen inhoud, valentie, specificiteit en betekenisconstructie aangemaakt op basis van de scores op de SDMT en het coderingsschema. De variabelen zijn berekend door middel van de kwalitatieve analyse. Op basis van het aantal keer voorkomen van een bepaalde codering zijn de variabelen gemaakt. Een variabele bestaat uit een optelsom van dezelfde coderingen tijdens de eerste genoemde,

tweede genoemde en derde genoemde herinnering van de respondenten. Zo ontstaat er per herinnering een totaalscore voor de dimensies en de subcategorieën. Op deze wijze zijn de volgende schaalvariabelen ontstaan; inhoud, positieve valentie, negatieve valentie, specifieke herinnering, generieke herinnering, positieve evaluatie, negatieve evaluatie, positieve betekenis voor de eigen persoon/leven, negatieve betekenis voor de eigen persoon/leven. Er worden geen analyses uitgevoerd met de dimensie *inhoud* aangezien er, op basis van de literatuurstudie, geen significante samenhangen worden verwacht met angst of depressie. In deze studie zijn de non-respons items gedurende de SDMT – items die niet goed te coderen waren- wel meegenomen en mee berekend tijdens het uitvoeren van de analyses. De non-respons items zijn gecodeerd als 9. Niet van toepassing.

Voor de analyse van deelvraag vier zijn de schaalvariabelen redemptie en contaminatie aangemaakt. De variabele redemptie, het tegelijkertijd voorkomen van een herinnering met een negatieve valentie (3) en met een positieve betekenis voor de eigen persoon/leven (4), is berekend op het totaal aantal keer voorkomen van deze (cijfer-) combinatie per herinnering en in totaal over drie herinneringen. De variabele redemptie bestaat uit: 0 - Er is geen sprake van redemptie, 1 - Er is sprake van redemptie. De variabele contaminatie, het tegelijkertijd voorkomen van een herinnering met een positieve valentie (1) en met een negatieve betekenis voor de eigen persoon/leven (5), is berekend op het totaal aantal keer voorkomen van deze (cijfer-) combinatie per herinnering en in totaal over drie herinneringen. De variabele contaminatie bestaat uit: 0 - Er is geen sprake van contaminatie, 1 - Er is sprake van contaminatie.

2.5.2 Statistische analyse

Aan de hand van de verzamelde data is er een beschrijvende statistische analyse uitgevoerd met computerprogramma statistical package for the social sciences 20.0 (SPSS). Alvorens de analyses uit te voeren is het analysebestand gecontroleerd op mogelijke fouten en missing values. Tijdens de analyses kwam naar voren dat drie respondenten de HADS vragenlijst niet hadden ingevuld. Zij zijn gecodeerd als missing values en zijn uitgesloten uit de analyse. Vervolgens zijn zowel de depressie- als de angstschaal items omgeschaald, in verband met de positieve vraagstelling. Vervolgens zijn er nieuwe schaalvariabelen aangemaakt waarmee het uitvoeren van analyses mogelijk is gemaakt.

In het begin is gekeken of de vragenlijsten betrouwbaar zijn door middel van de inter-betrouwbaarheid te berekenen (Cronbach's α). Ook is gekeken of de variabelen normaal verdeeld zijn. Voor het beschrijven van de demografische gegevens en om deelvraag één te kunnen beantwoorden, is gebruik gemaakt van standaard kruistabellen.

Beschrijvende statistiek is gedaan door middel van het opmaken van frequentietabellen. Omdat niet alle variabelen zichtbaar normaal verdeeld zijn, is gewoonlijk

gebruik gemaakt van de Spearman correlatiecoëfficiënt. Om deelvraag twee en drie te kunnen beantwoorden is er een bivariate correlatieanalyse (Spearman) uitgevoerd om een mogelijke samenhang tussen de verschillende variabelen te kunnen bepalen. Er zijn meerdere variabelen, namelijk de dimensies van identiteitsherinneringen welke geanalyseerd zijn in relatie tot de variabelen angst- of depressieklachten.

Om het verband tussen angst, depressie, redemptie en contaminatie sequenties vast te stellen is er een Mann-Whitney U-test uitgevoerd. Door middel van deze non-parametrische test is er gekeken of het mogelijk is een vergelijking te maken tussen de gemiddelden van de verschillende variabelen en of er een mogelijke samenhang bestaat tussen redemptie en/of contaminatie sequenties en angst- of depressieklachten. De Mann-Whitney U test gaat uit van de veronderstelling dat er sprake is van een nulhypothese H_0 : de twee gemiddelden zijn gelijk, of een alternatieve hypothese H_a : de gemiddelden zijn niet gelijk. Er zijn verschillende analyses uitgevoerd om tot bruikbare resultaten te komen en tot slot de onderzoeksvraag te kunnen beantwoorden.

3. Resultaten

3.1. Identiteitsherinneringen en de vier dimensies

Om de eerste onderzoeksvraag te kunnen beantwoorden is een frequentietabel, zie Tabel 3, opgesteld. Hierin is onderzocht hoe de vier dimensies van Blagov en Singer (2004) zijn verdeeld binnen de identiteitsherinneringen van jongvolwassenen. Aan de hand van deze frequentietabel is gekeken naar de *inhoud*, *valentie*, *specificiteit* en *betekenisconstructie* van de herinneringen van de jongvolwassenen. Voor elke dimensie is in percentages aangegeven hoe de respondenten in totaal hebben gescoord op de verschillende dimensies.

De eerste dimensie omvat de dimensie *inhoud*. Een voorbeeld van een herinnering passend binnen het thema school, opleiding, studie, werk en loopbaan (2) is: *'Ik kan me nog goed mijn afstuderen herinneren van mijn masteropleiding. Ik ben toen cumlaude geslaagd!'*. Uit Tabel 3 blijkt dat circa een derde van alle respondenten een herinnering hebben omschreven dat passend is bij het thema *sociale relaties*. Een ander veelvoorkomend thema zijn herinneringen met de inhoud over *activiteiten in de vrije tijd*. Circa 20% van alle respondenten omschrijven een herinnering gerelateerd aan dit thema. Ook herinneringen passend bij het thema *school, opleiding, studie, werk en loopbaan*, zijn veelvoorkomend. Op basis van totaalverdeling kunnen we constateren dat ongeveer 7% van de herinneringen van respondenten gerelateerd is aan het thema gezondheid, 6% aan het thema *materiële en historische omstandigheden* en is 2% van de herinneringen gerelateerd aan het thema *bepaalde periode uit het eigen leven*. De belangrijkste conclusie is dat de inhoud van de identiteitsherinneringen veelal gerelateerd zijn aan thema's als sociale relaties, activiteiten in

de vrije tijd en school, opleiding, studie, werk en loopbaan.

De tweede dimensie omvat de dimensie *valentie* van een herinnering. Een voorbeeld van een herinnering met een positieve valentie is: *'De geboorte mijn zoon herinner ik mij als de dag van gisteren'*. Met betrekking tot de valentie van de gebeurtenis in positieve, negatieve of neutrale zin, kan worden gezegd dat men veelal spreekt van een positieve gebeurtenis of periode gedurende zowel de eerste (75%), tweede (41%) en derde (34%) genoemde herinnering genoemd. Opvallend is dat er in dit geval echter wel sprake is van een afname qua het omschrijven van herinneringen met een positieve gebeurtenis of periode. Opmerkelijk is dat geen van de respondenten gedurende de eerste genoemde herinnering spreekt van een negatieve gebeurtenis of periode. Dit in tegenstelling tot een derde van de respondenten die tijdens het omschrijven van een tweede of derde herinnering spreken over een negatieve gebeurtenis of periode. Een voorbeeld van een herinnering met een negatieve valentie is: *'Mijn moeder is overleden aan kanker toen ik 13 jaar oud was, dit is het meest verdrietige moment in mijn leven'*. Er is sprake van een toename qua het omschrijven van gebeurtenissen met een neutrale valentie. Circa 21% van de respondenten omschrijft tijdens de eerst genoemde herinnering een neutrale gebeurtenis. Circa 22% spreekt in het tweede geval over een neutrale gebeurtenis ten opzichte van 30% van de respondenten die tijdens de laatst genoemde herinnering spreken over een neutrale gebeurtenis.

De derde dimensie omvat de dimensie *specificiteit*. Een voorbeeld van een specifieke herinnering is: *'Op 9 mei werd ik in paniek gebeld door mijn zusje met de mededeling dat mijn moeder mijn vader aan het reanimeren was'*. Deze herinnering is gerelateerd aan één dag. Een voorbeeld van een generieke herinnering – gerelateerd aan herinneringen van een langere periode- is: *'Ik heb een hele fijne kindertijd gehad. Ik was als kind onbezonnen, gelukkig en snel tevreden'*. De meerderheid van de jongvolwassenen spreekt veelal over generieke herinneringen. Uit de totaalverdeling blijkt dat in totaal 69% van alle respondenten een generieke herinnering omschrijft ten opzichte van in totaal 23% van de overige respondenten die een specifieke herinnering omschrijven. Het is hierbij opvallend dat men bij het beschrijven van de eerste genoemde herinneringen vaker spreekt van een generieke herinnering (74%) in vergelijking met het beschrijven van de derde genoemde herinnering (65%). Daarnaast is er sprake van een toename wat betreft het beschrijven van specifieke herinneringen. Ongeveer 21% van de respondenten omschrijft de eerst genoemde herinnering als specifiek in tegenstelling tot 24% van de respondenten die de derde genoemde herinnering als specifiek omschrijft.

Tot slot is er de dimensie *betekenisconstructie*. Een voorbeeld van een herinnering met een positieve evaluatie is: *'Ik ben een gezellige avond aan het stappen geweest in Nijmegen met een aantal vriendinnen'*. Een voorbeeld van een herinnering met een positieve betekenisverlening is: *'Ik kreeg bericht dat ik tante zou worden. Ik werd erg blij van dit*

nieuws omdat ik veel van kleine kinderen houd'. Deze herinnering zegt iets over de eigen persoon en wel op een positieve manier. In de tabel is af te lezen dat jongvolwassenen over het algemeen een positieve betekenis verlenen aan de herinnering voor de eigen persoon of het eigen leven (28%). Tevens valt op dat jongvolwassenen naast betekenisverlening veelal herinneringen evalueren, hetzij positief of negatief. In totaal is 18% van de herinneringen positief geëvalueerd ten opzichte van 16% negatieve evaluaties. Een klein aantal van de respondenten (9%) geeft aan dat een herinnering een negatieve betekenis heeft voor de eigen persoon of het eigen leven. Bij zowel de dimensie *inhoud*, *valentie*, *specificiteit* en *betekenisconstructie* behoort circa 8% van de herinneringen van de respondenten tot de categorie niet van toepassing.

Samenvattend kunnen we concluderen dat de belangrijkste conclusies zijn; dat de inhoud van identiteitsherinneringen veelal gerelateerd zijn aan thema's als *sociale relaties*, *activiteiten in de vrije tijd en school, opleiding, studie, werk en loopbaan*. De identiteitsherinneringen zijn grotendeels gerelateerd aan een positieve gebeurtenis of periode. De meeste identiteitsherinneringen zijn generiek van aard. De identiteitsherinneringen hebben veelal een positieve betekenis voor de eigen persoon of het eigen leven.

Tabel 3

Verdeling van herinneringen over de vier dimensies (n=170)

Dimensies	Herinnering 1	Herinnering 2	Herinnering 3	Totaal
	Aantal respondenten per herinnering (%)	Aantal respondenten per herinnering (%)	Aantal respondenten per herinnering (%)	Totaal aantal respondenten (%)
Inhoud				
1. Sociale relaties	38.8%	37.6%	32.9%	36.5%
2. School, opleiding, studie, werk en loopbaan	18.2%	18.2%	14.1%	16.9 %
3. Activiteiten in de vrije tijd	27.1%	20.6%	25.3%	24.3%
4. Gezondheid	5.3%	7.6%	7.6%	6.9%
5. Materiële en historische omstandigheden	5.3%	6.5%	5.9%	5.9%
6. Bepaalde periode uit eigen leven	1.8%	1.2%	2.4%	1.8%
9. Niet van toepassing	3.5%	8.2%	11.8%	7.8%

Valentie					
1.	Positieve gebeurtenis of periode	74.7%	40.6%	33.5%	39.2%
2.	Neutrale gebeurtenis of periode	20.6%	21.8%	29.4%	23.9%
3.	Negatieve gebeurtenis of periode	0%	29.4%	25.9%	28.8%
9.	Niet van toepassing	4.7%	8.2%	11.2%	8.0%
Specificiteit					
1.	Specifieke herinnering	21.2 %	23.5%	24.1%	22.9%
2.	Generieke herinnering	74.1%	68.2%	64.7%	69.0%
9.	Niet van toepassing	4.7%	8.2%	11.2%	8.0%
Betekenisconstructie					
1.	Beschrijving	65.9%	18.8%	21.8%	19.6%
2.	Positieve evaluatie	16.5%	22.9%	15.9%	18.4%
3.	Negatieve evaluatie	4.1%	18.2%	13.5%	16.1%
4.	Positieve betekenis voor de eigen persoon of het eigen leven	0%	23.5%	26.5%	28.4%
5.	Negatieve betekenis voor de eigen persoon of het eigen leven	8.8%	8.2%	11.2%	9.4%
9.	Niet van toepassing	4.7%	8.2%	11.2%	8.0%

3.2. Relatie tussen dimensies van identiteitsherinneringen en angstklachten

Om de tweede onderzoeksvraag te beantwoorden en om na te gaan hoe de verschillende variabelen – de dimensies van identiteitsherinneringen- een mogelijke samenhang vertonen met angstklachten, is een correlatieanalyse (Spearman's ρ) uitgevoerd.

Allereerst zijn de angstscores berekend om inzicht te krijgen op de prevalentie van angstklachten bij de jongvolwassenen die deelnemen aan het onderzoek. Een score van ≥ 7 sluit de aanwezigheid van angstklachten uit. Een score ≥ 8 wijst op de mogelijke aanwezigheid van angstklachten. Op basis van de berekende angstscores kunnen we constateren dat 22.2% van de jongvolwassenen gedurende het onderzoek kampt met

mogelijke angstklachten. De overige 77.8% van de jongvolwassenen geeft aan geen mate van angstklachten te ervaren.

Om vervolgens de mogelijke relatie tussen de verschillende dimensies van de identiteitsherinneringen van Nederlandse jongvolwassenen en angstklachten vast te stellen is de correlatieanalyse uitgevoerd. Hoe de dimensies *valentie*, *specificiteit* en *betekenisconstructie* en angstklachten mogelijk samenhangen is overzichtelijk weergegeven in Tabel 4.

Tabel 4

Spearman correlatiecoëfficiënt (ρ , $n=170$)

Dimensies	Angst (ρ)	Gemiddelde (Gem.)	Standaarddeviatie (Sd.)
Angst		5.29	3.51
Positieve valentie	-.11	1.18	.89
Negatieve valentie	.21**	.86	.88
Specifieke herinnering	.03	.69	.89
Generieke herinnering	.08	2.07	1.01
Positieve evaluatie	-.20*	.55	.75
Negatieve evaluatie	.22**	.36	.60
Positieve betekenis voor de eigen persoon/leven	-.02	.50	.71
Negatieve betekenis voor de eigen persoon/leven	.13	.28	.58

*. $p < .05$. (2-tailed). **. $p < .01$. (2-tailed).

Uit Tabel 4 blijkt dat er sprake is van een significant verband tussen angstklachten en een aantal van de verschillende dimensies. De dimensie *negatieve valentie* vertoont een significante en positieve samenhang met angst, $\rho = .21$. De samenhang laat zien dat wanneer er sprake is van angstklachten er vaker sprake is van herinneringen met een negatieve valentie.

Daarnaast vertonen herinneringen met een positieve evaluatie een significante en negatieve samenhang met angstklachten, $\rho = -.20$. De samenhang laat zien dat wanneer er sprake is van angstklachten er minder vaak sprake is van herinneringen met een positieve evaluatie. Tevens is er sprake van een positieve samenhang tussen angstklachten en een negatieve evaluatie van de herinnering, $\rho = .22$. De samenhang laat zien dat wanneer er sprake is angstklachten er vaker sprake is van herinneringen met een negatieve evaluatie. De overige dimensies vertonen geen significante samenhang met angstklachten.

Samenvattend kunnen we concluderen dat er, op basis van de correlatieanalyse ten opzichte van angstklachten, een samenhang bestaat tussen herinneringen met een negatieve valentie en angstklachten. Tevens kunnen we concluderen dat angstklachten gerelateerd zijn aan een minder aantal herinneringen met een positieve evaluatie. Aan de hand van de resultaten kunnen we stellen dat angstklachten veelal zijn gerelateerd aan herinneringen met een negatieve valentie en evaluatie.

3.3. Relatie tussen dimensies van identiteitsherinneringen en depressieklachten

Om de derde onderzoeksvraag te beantwoorden en om na te gaan hoe de verschillende variabelen – de dimensies van identiteitsherinneringen – een mogelijke samenhang vertonen met depressieklachten is een correlatieanalyse (Spearman's ρ) uitgevoerd.

Allereerst zijn de depressiescores berekend om een inzicht te krijgen in de prevalentie van depressieklachten bij de jongvolwassenen die deelnemen aan het onderzoek. Een score van ≥ 7 sluit de aanwezigheid van depressieklachten uit. Een score ≥ 8 wijst op de mogelijke aanwezigheid van depressieklachten. Op basis van de depressiescores kunnen we constateren dat 9% van de jongvolwassenen mogelijke depressieklachten rapporteert ten tijde van deelname aan het onderzoek. De overige 91% van de jongvolwassenen geeft aan geen mate van depressieklachten te ervaren.

Om de mogelijke relatie tussen de verschillende dimensies van de identiteitsherinneringen van Nederlandse jongvolwassenen en depressieklachten vast te stellen is de correlatieanalyse uitgevoerd. Hoe de dimensies *valentie*, *specificiteit* en *betekenisconstructie* mogelijk tot de depressieklachten samenhangen is overzichtelijk weergegeven in Tabel 5.

Tabel 5

Spearman correlatiecoëfficiënt (ρ , $n=170$)

Dimensies	Depressie (ρ)	Gemiddelde (Gem.)	Standaarddeviatie (Sd.)
Depressie		3.42	2.91
Positieve valentie	-.23**	1.18	.89
Negatieve valentie	.08	.86	.88
Specifieke herinnering	-.03	.69	.89
Generieke herinnering	-.07	2.07	1.01
Positieve evaluatie	-.16*	.55	.75
Negatieve evaluatie	.11	.36	.60
Positieve betekenis voor de eigen persoon/leven	-.18*	.50	.71
Negatieve betekenis voor de	.07	.28	.58

eigen persoon/leven

*. $p < .05$. (2-tailed). ** $p < .01$. (2-tailed).

Uit Tabel 5 blijkt dat er sprake is van een samenhang tussen depressieklachten en een aantal van de verschillende dimensies. Er is sprake van een significante en negatieve samenhang tussen depressieklachten en de dimensie *positieve valentie*, $\rho = -.23$. Deze samenhang laat zien dat wanneer er sprake is van mogelijke depressieklachten, er minder sprake is van herinneringen met een positieve valentie.

Daarnaast is er sprake van een significante en negatieve samenhang tussen herinneringen met een positieve evaluatie en depressieklachten, $\rho = -.16$. Deze samenhang duidt aan dat wanneer er sprake is van mogelijke depressieklachten, er minder vaak sprake is van herinneringen met een positieve evaluatie. Ook is er sprake van een significante en negatieve samenhang tussen herinneringen met een positieve betekenis voor de eigen persoon/leven en depressieklachten, $\rho = -.18$. De samenhang laat zien dat wanneer er sprake is van depressieklachten er minder vaak sprake is van herinneringen met een positieve betekenis voor de eigen persoon/leven. De overige dimensies vertonen geen significante samenhang met depressieklachten.

We kunnen concluderen dat er een samenhang zichtbaar is tussen de dimensie valentie en depressieklachten. Indien er sprake is van depressieklachten, is er minder vaak sprake van herinneringen met een positieve valentie. Tevens kunnen we concluderen dat depressieklachten een significante en negatieve samenhang vertonen met de dimensie betekenisconstructie. Indien er sprake is van depressieklachten, is er minder vaak sprake van herinneringen met een positieve valentie, positieve evaluatie of positieve betekenis voor de eigen persoon/leven.

3.4. Relatie tussen redemptie en/of contaminatie en angst- en depressieklachten

Alvorens de mogelijke samenhang vast te stellen tussen redemptie sequenties, contaminatie sequenties en angst- of depressieklachten is allereerst een overzicht gemaakt in hoeverre redemptie en contaminatie sequenties voorkomen bij de identiteitsherinneringen van jongvolwassenen. Redemptie is het tegelijkertijd voorkomen van een herinnering met een negatieve valentie en met een positieve betekenis voor de eigen persoon/leven. Contaminatie is het tegelijkertijd voorkomen van een herinnering met een positieve valentie en met een negatieve betekenis voor de eigen persoon/leven. Tabel 6 geeft een overzichtelijke weergave.

Tabel 6*Aantal keer redemptie en contaminatie per herinnering (n=170, %) en in totaal (n=510, %)*

	Herinnering 1	Herinnering 2	Herinnering 3	Totaal
Geen sprake van redemptie	100%	93.5%	97.1%	91.2%
Wel sprake van redemptie	-	6.5%	2.9%	8.8 %
Geen sprake van contaminatie	93.5%	98.9%	98.8%	91.8%
Wel sprake van contaminatie	6.5%	1.2%	1.2%	8.2%

Op basis van Tabel 6 kunnen we constateren dat redemptie sequenties relatief weinig voorkomen. Gedurende de eerst genoemde herinnering van jongvolwassenen geven alle respondenten geen enkele keer een combinatie aan van een herinnering met een negatieve valentie en positieve betekenis voor de eigen persoon/leven. De tweede genoemde herinnering geeft deze combinatie echter wel aan. Uit Tabel 6 blijkt dat er bij circa 7% van de respondenten bij de tweede genoemde herinnering sprake is van een redemptie sequentie. Tijdens het schrijven van de derde herinnering heeft 3% van de respondenten enkel een herinnering met een redemptie sequentie. Als we kijken naar de totale scores kunnen we concluderen dat er bij 9% van de respondenten sprake is van een herinnering met een redemptie sequentie. De overige 91% van de respondenten hebben geen herinneringen waarbij sprake is van een redemptie sequentie.

Op basis van Tabel 6 kunnen we tevens concluderen dat contaminatie sequenties relatief weinig voorkomen bij identiteitsherinneringen van jongvolwassenen. Gedurende de eerste genoemde herinnering geeft circa 7% van de respondenten aan dat er sprake is van een contaminatie sequentie. Tijdens de tweede en derde genoemde herinnering is er bij circa 1% van de respondenten sprake van een contaminatie sequentie. Dit betekent voor de totalen dat er bij ongeveer 8% van de herinneringen van de respondenten sprake is van een contaminatie sequentie. Tot slot kunnen we stellen dat de overige 92% van de respondenten geen herinneringen hebben waarbij sprake is van een contaminatie sequentie.

Aangezien nu het voorkomen van redemptie en contaminatie sequenties duidelijk in kaart is gebracht, is de vergelijking van de gemiddelden van de variabelen en de mogelijke samenhang met angst- en depressieklachten in kaart te brengen. Tabel 7 geeft de vergelijking van de gemiddelden tussen angst, depressie, redemptie sequenties en contaminatie sequenties weer.

Tabel 7

Gemiddelden van redemptie en contaminatie sequenties in vergelijking tot angst- en depressieklachten

		Angst	Depressie
	N	Mean rank	Mean rank
Geen sprake van redemptie	152	85.15	85.52
Wel sprake van redemptie	15	72.33	68.63
Geen sprake van contaminatie	154	81.26	82.88
Wel sprake van contaminatie	12	112.25	91.42

Op basis van Tabel 7 kunnen we constateren dat er geen sprake lijkt te zijn van significante verschillen tussen de gemiddelden van redemptie ten opzichte van angstklachten en depressieklachten. De mean ranks van redemptie ten opzichte van de variabele angst en depressie wijken niet significant van elkaar af. Op basis van de uitkomsten van de Mann-Whitney U test is te concluderen dat in beide gevallen de nulhypothese moet worden behouden. Dit duidt aan dat de gemiddelden van en de verdeling tussen beide variabelen niet significant verschillen. We kunnen stellen dat redemptie sequenties geen samenhang vertonen met zowel angst als depressie.

Daarnaast geeft Tabel 7 een overzicht van de vergelijkingen tussen de variabelen contaminatie sequenties, angst en depressie. Op basis van Tabel 7 blijkt dat er sprake is van significante verschillen tussen de gemiddelden van de variabelen. De mean ranks van contaminatie ten opzichte van angst en depressie wijken significant van elkaar af. Op basis van deze uitkomsten van de Mann-Whitney U test is te concluderen dat de nulhypothese in dit geval verworpen kan worden: de gemiddelden en de verdeling tussen beide variabelen verschillen significant. Op basis van de mean rank kunnen we uit Tabel 7 aflezen dat de variabele angst een sterkere samenhang laat zien met contaminatie sequenties dan de variabele depressie.

Samenvattend kunnen we concluderen dat er geen sprake is van significante verschillen tussen de gemiddelden en er geen samenhang bestaat tussen de variabelen angst en depressie ten opzichte van redemptie sequenties. De nulhypothese moet in deze gevallen worden behouden. Er blijkt wel sprake te zijn van significante verschillen tussen de gemiddelden van de variabelen angst en depressie ten opzichte van contaminatie sequenties. De variabele angst laat een sterkere samenhang zien met contaminatie sequenties dan depressie. In hoeverre de onderzoeksresultaten mogelijk te verklaren zijn, zal door middel van het literatuuronderzoek in het volgende hoofdstuk worden besproken.

4. Conclusie/ Discussie

De aanleiding van onderzoek naar identiteitsherinneringen kwam voort uit gelimiteerd onderzoek naar identiteitsherinneringen bij jongvolwassenen. Deze studie is onder andere vernieuwend in het gebruik van een willekeurige en representatieve doelgroep. Allereerst zijn de verschillende dimensies en angst- en depressieklachten afzonderlijk van elkaar in kaart gebracht. Op basis van de onderzoeksvragen en de literatuurstudie zijn vervolgens de dimensies *valentie*, *specificiteit* en *betekenisconstructie* in relatie tot angst- en depressieklachten bekeken. Er zijn nieuwe inzichten ontstaan.

Op basis van de resultaten kunnen we concluderen dat de onderzoeksresultaten veelal overeenkomen met de bijbehorende literatuurstudie. Er is tevens sprake van een enkele afwijking. Dit kan leiden tot verschillende verklaringen. In de volgende paragrafen zal per onderzoeksvraag op de resultaten worden ingegaan. Tot slot zullen zowel de sterke punten als de beperkingen van deze studie worden besproken.

4.1. Identiteitsherinneringen en de vier dimensies

Het antwoord op de eerste onderzoeksvraag omschrijft dat de eigen herinneringen van jongvolwassenen kenmerken hebben die passen bij de vier dimensies van Blagov en Singer (2004). Als we kijken naar de verdeling van de vier dimensies hebben jongvolwassenen herinneringen die gerelateerd zijn aan veelvoorkomende en terugkerende thema's. Thema's als sociale relaties, activiteiten in de vrije tijd en studie, werk en loopbaan zijn veelvoorkomende thema's binnen dit onderzoek. Uit literatuuronderzoek blijkt dat thema's als loopbaan, intimiteit, loslaten en persoonlijke conflicten thema's zijn die terugkomen in herinneringen van jongvolwassenen (McLean & Lilgendahl, 2008; Pasupathi et al., 2007; Bluck & Alea, 2009; Conway, 2005).

Daarnaast blijkt dat identiteitsherinneringen van jongvolwassenen overwegend een positieve valentie omvatten. De levensfase van de jongvolwassenheid staat volgens Erikson (1963) in het teken van het bevorderen van persoonlijke continuïteit en coherentie. De dimensie *valentie* heeft invloed op het bevorderen van persoonlijke continuïteit en coherentie. Uit onderzoek van Pasupathi et al. (2007) blijkt dat positieve identiteitsherinneringen verondersteld worden persoonlijke continuïteit te bevorderen en leiden tot positieve zelfontwikkelingen. Gezien het belang van persoonlijke continuïteit gedurende de jongvolwassenheid en het belang van positieve herinneringen ter bevordering van deze continuïteit is de aanwezigheid van een positieve valentie in dit geval te verklaren.

In tegenstelling tot wat de literatuur zegt, laat dit onderzoek zien dat de meerderheid van de jongvolwassenen veelal spreekt over generieke identiteitsherinneringen. Op basis van het gebruik van een representatieve steekproef, zouden er meer specifieke herinneringen worden verwacht (Singer & Moffitt, 1991; Singer, Rexhaj et al., 2007). Op basis van de

literatuurstudie en wat betreft de mate van specificiteit, kunnen we veronderstellen dat de aanwezigheid van angst- en depressieklachten mogelijk een verklarende rol speelt. Volgens Watson et al. (2012) is de mate van de aanwezigheid van depressieve symptomen van invloed op de mate van specificiteit gedurende het terughalen van herinneringen (Clark & Teasdale, 1982). Echter dit is maar een kleine groep en lijkt dit niet zo waarschijnlijk. Een andere mogelijke verklaring is dat, indien er sprake is van een grote steekproefgrootte, het onderzoek tot andere onderzoeksresultaten leidt. Ook verschillen in de onderzoekspopulatie kan tot afwijkende onderzoeksresultaten leiden. In tegenstelling tot eerdere onderzoeken is gebruik gemaakt van een representatieve en aselechte steekproef. Singer en Moffitt (1991) hebben onderzoek gedaan met een steekproef die bestond uit psychologie studenten die tevens werden beloond voor deelname aan het onderzoek. Dit kan, in tegenstelling tot deze studie, tot een meer gemotiveerde steekproef leiden en een verklaring zijn voor de verschillen in de onderzoeksresultaten. Mogelijk dat ook de manier van vragen naar het omschrijven van identiteitsherinneringen een rol speelt.

Als we kijken naar de betekenisverlening zien we dat jongvolwassenen veelal herinneringen terughalen met een positieve betekenisverlening voor de eigen persoon of het leven. Op basis van de literatuurstudie blijkt dat met name identiteitsherinneringen met een positieve betekenisverlening of evaluatie verondersteld worden persoonlijke continuïteit te bevorderen en tot positieve zelfontwikkeling te leiden (McLean & Fournier, 2007; McLean & Lilgendahl, 2008; Debats et al., 1995; Bauer & Bonanno, 2001). Ten opzichte van de fase van de jongvolwassenheid, waarin de identiteitsontwikkeling centraal staat, is te verwachten dat jongvolwassenen veelal herinneringen hebben met een positieve uitkomst.

Tot slot moet worden vermeld dat bovenstaande bevinden als voorlopige resultaten beschouwd dienen te worden. Meerdere metingen zijn nodig om te komen tot valide en betrouwbare resultaten. Het longitudinale onderzoeksdesign kan hier aan bijdragen.

4.2. Relatie tussen dimensies van identiteitsherinneringen en angstklachten

Op basis van het antwoord op de tweede onderzoeksvraag is duidelijk dat er sprake is van een significante samenhang tussen de dimensies van identiteitsherinneringen en angstklachten. De onderzoeksresultaten duiden aan dat er een significante en positieve samenhang bestaat tussen de dimensie negatieve valentie en angstklachten. Dit komt overeen met de literatuurstudie waaruit blijkt dat herinneringen met een negatieve valentie sterk gerelateerd zijn aan aanwezigheid van angstklachten en het geheugen in dat geval meer toegankelijk is voor het terughalen van meer emotioneel negatief beladen herinneringen (Clark & Teasdale, 1982; Blagov & Singer, 2004). Ook Watson et al. (2012) suggereert een verband tussen angst en negatief gekleurde herinneringen.

Ook zien we dat wanneer er sprake is van angstklachten, er minder sprake is van

herinneringen met een positieve evaluatie en er meer sprake is van herinneringen met een negatieve evaluatie. Ten aanzien van de uitkomsten van de wetenschappelijke studies van Blagov en Singer (2004) en Clark en Teasdale (1982) lijkt dit gegeven hier logisch uit voort te komen. De aanwezigheid van angst leidt, volgens hen, tot het terughalen van meer emotioneel negatief beladen herinneringen (Clark & Teasdale, 1982; Blagov & Singer, 2004).

Opmerkelijk is dat er geen significante samenhang wordt gevonden tussen angstklachten en specificiteit. Op basis van overgeneralisatie van het autobiografisch geheugen werd een sterkere samenhang met generieke herinneringen verwacht (Barnhofer et al., 2007). Het is een mogelijke verklaring dat deze samenhang niet wordt gevonden gezien mogelijk het omschrijven van drie identiteitsherinneringen niet veelzeggend genoeg zijn. Daarnaast blijkt de inter-beoordelaarbetrouwbaarheid voor de dimensie specificiteit lager uit te vallen dan de andere Kappa waarden. Mogelijk dat er fouten opgetreden zijn die de afwijkingen in de resultaten kunnen verklaren. Daarnaast toont onderzoek een verband aan met gediagnosticeerde traumagerelateerde angststoornissen (Bögels & van Oppen, 2011). Mogelijk dat indien er sprake is van mogelijke angstklachten dit niet voldoende is om een samenhang aan te kunnen tonen. Er is meer wetenschappelijk onderzoek nodig om vast te kunnen stellen of overgeneralisatie van het autobiografisch geheugen daadwerkelijk samenhangt met angstklachten.

4.3. Relatie tussen dimensies van identiteitsherinneringen en depressieklachten

Het antwoord op de derde onderzoeksvraag maakt duidelijk dat er een significante samenhang is tussen de dimensies van identiteitsherinneringen en depressieklachten.

Het is van belang een kanttekening te maken bij het scoren van de aanwezigheid van angst- en depressieklachten. De zeven items van de angstsubscala van de HADS zijn negatief geformuleerd. De zeven items van de depressiesubscala van de HADS zijn daarentegen positief geformuleerd. De resultaten moeten dan ook met enige voorzichtigheid worden geïnterpreteerd. De HADS kijkt in dit geval met name naar de afwezigheid van een positieve stemming en niet naar de aanwezigheid van negatieve kenmerken. Mogelijk dat hierdoor respondenten onterecht buiten de categorie vallen en deze positieve formulering van de depressiesubscala van invloed kan zijn op de totaalscores en onderzoeksresultaten. Daarnaast is er sprake van een lage interne betrouwbaarheid waardoor de validiteit en betrouwbaarheid van de HADS in twijfel is te trekken.

Ten aanzien van de dimensie *valentie* kunnen we zien dat er een significante en negatieve samenhang bestaat tussen depressieklachten en de dimensie valentie. Dit komt overeen met het onderzoek waaruit blijkt dat, wanneer er sprake is van depressieklachten, deze minder samengaan met herinneringen met een positieve valentie (Blagov & Singer, 2004; Clark & Teasdale, 1982). Ook blijkt dat individuen, bij wie sprake is van

depressieklachten, moeite hebben met het terughalen van herinneringen met een positieve valentie (Blagov & Singer, 2004; Clark & Teasdale, 1982). In dit geval lijkt het een logisch gegeven dat, wanneer er sprake is van een hogere mate van depressieklachten, herinneringen minder snel zijn gerelateerd aan herinneringen met een positieve valentie. Emotioneel negatief beladen herinneringen worden eerder ontlokt (Watson et al., 2012).

Als we kijken naar de betekenisconstructie van de herinneringen zien we een significante samenhang tussen herinneringen met een positieve evaluatie en herinneringen met een positieve betekenis voor de eigen persoon/leven en depressieklachten. Deze samenhang laat zien dat wanneer er sprake is van depressieklachten er minder sprake is van herinneringen met een positieve evaluatie en/of herinneringen met een positieve betekenis voor de eigen persoon/leven. Uit onderzoek van Watson et al. (2012) blijkt dat wanneer er sprake is van een hogere mate van depressieklachten, individuen veelal negatieve herinneringen terughalen. Ook blijkt dat de aanwezigheid van depressieklachten eerder gerelateerd is aan herinneringen met een negatieve evaluatie of betekenis (Blagov & Singer, 2004; Clark & Teasdale, 1982).

Opmerkelijk is dat er geen significante samenhang wordt gevonden tussen depressieklachten en de dimensie *specificiteit*. Op basis van de literatuurstudie werd verwacht een samenhang te zien tussen depressieklachten en generieke herinneringen (Barnhofer et al., 2007; Watson et al., 2012). Mogelijk dat ook hier het verschil in meetinstrumenten en een ander onderzoekspopulatie tot deze afwijkende onderzoeksresultaten leidt.

4.4. Relatie tussen redemptie en/of contaminatie en angst- en depressie

Als we kijken naar de relatie tussen redemptie sequenties en de variabelen angst en depressie zien we geen significante verschillen tussen de gemiddelden van de variabelen. De onderzoeksresultaten laten, alvorens de vergelijking gemaakt te hebben, blijken dat zowel redemptie als contaminatie sequenties relatief weinig voorkomen gedurende dit onderzoek. Redemptie sequenties werden eerder verwacht te zien aangezien redemptie een rol speelt in het bevorderen van het psychologisch welbevinden en persoonlijke groei (McAdams et al., 2007). Mogelijk dat de relatief kleine steekproef hier een verklarende rol in speelt. Ook verschillen in de onderzoeksmethode en onderzoekspopulatie ten opzichte van eerdere onderzoeken kunnen een verklaring zijn voor de afwijkende onderzoeksresultaten. Tot slot is redemptie volgens McAdams (2009) een thema wat met name binnen de Amerikaanse cultuur voorkomt en hierdoor binnen de Nederlandse cultuur niet veel wordt gezien.

In tegenstelling tot redemptie sequenties worden er wel verschillen gezien tussen de gemiddelden van de variabelen angst en depressie ten opzichte van contaminatie sequenties. Contaminatie sequenties laten in dit geval een sterkere samenhang zien met angst dan met depressie. Op basis van de literatuurstudie werd tevens verwacht dat redemptie sequenties, die

duiden op het bevorderen van zelfstandigheid en het welbevinden, een minder sterke samenhang laten zien ten opzichte van angst- en depressieklachten dan contaminatie sequenties (McLean & Lilgendahl, 2008). Volgens Pasupathi et al. (2007) voorspellen contaminatie sequenties een minder goed welbevinden en een verhoogde kans op het ontwikkelen van angst- en depressieklachten. In dit geval komen de bevindingen overeen met de betreffende literatuurstudie.

4.5. Samenhang tussen verschillende dimensies en angst- en depressieklachten

Op basis van de verschillende deelvragen en de kritische kijk op de onderzoeksresultaten kan de hoofdvraag van deze studie beantwoord worden. Op basis van de samenhang tussen de verschillende dimensies en angst- of depressieklachten bij Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijd van 16 tot en met 30 jaar zien we dat angstklachten een significante en positieve samenhang vertonen met de dimensie negatieve valentie. Tevens is er sprake van een negatieve samenhang tussen angstklachten en de dimensies positieve evaluatie en negatieve evaluatie. Daarentegen vertonen depressieklachten een significante en negatieve samenhang met zowel de dimensie positieve valentie, de dimensie positieve evaluatie en de dimensie positieve betekenis voor de eigen persoon/leven. Ten opzichte van redemptie sequenties vertonen contaminatie sequenties een sterke samenhang met angstklachten dan met depressieklachten. Deze resultaten dienen met enige voorzichtigheid geïnterpreteerd te worden aangezien meerdere metingen nodig zijn om te komen tot valide en betrouwbare resultaten. Het longitudinale onderzoeksdesign kan hier aan bijdragen.

4.6. Vergelijking van onderlinge onderzoeksresultaten met volwassenen en ouderen

Zoals eerder aangegeven bestaat de gehele steekproef van dit deelonderzoek naar identiteitsherinneringen en de mogelijke samenhang met angst en depressie uit zowel respondenten van 16 jaar en ouder. Tijdens het uitvoeren van dit deelonderzoek, naar de identiteitsherinneringen van jongvolwassenen (16 t/m 30 jaar) en de mogelijke samenhang met hun angst- of depressieklachten, is tegelijkertijd hetzelfde onderzoek uitgevoerd bij de doelgroep volwassenen (45 t/m 55 jaar) en ouderen (75+). Onderlinge vergelijking met de onderzoeksresultaten uit de verschillende deelonderzoeken is mogelijk. Hier wordt in deze paragraaf kort op in gegaan.

Op basis van de onderzoeksresultaten kunnen we concluderen dat herinneringen die gaan over school, opleiding, studie, werk en loopbaan meer kenmerkend zijn voor jongvolwassenen dan volwassenen. Volwassenen hebben veelal positief of negatief gekleurde herinneringen (Poortinga, 2013), waarbij jongvolwassenen ook veelal herinneringen beschrijven met een neutrale valentie. Daarnaast is opvallend dat jongvolwassenen meer generieke herinneringen hebben dan volwassenen, die veelal specifieke herinneringen terughalen (Poortinga, 2013). Zowel jongvolwassenen als volwassenen geven veelal een

positieve betekenis voor de eigen persoon/leven. De prevalentie van angstklachten is bij jongvolwassenen hoger dan bij de volwassenen. Volwassenen rapporteren meer depressieklachten ten tijde van het onderzoek (Poortinga, 2013). Uit beide deelonderzoeken blijkt dat er sprake is van een significante en positieve samenhang tussen angstklachten en de dimensie negatieve valentie (Poortinga, 2013). Ook blijkt er bij beide doelgroepen sprake te zijn van een significante samenhang tussen depressie en betekenisconstructie (Poortinga, 2013). Echter het is opmerkelijk dat er bij jongvolwassenen sprake is van een negatieve samenhang tussen betekenisconstructie en depressie en dat er bij volwassenen een positieve samenhang tussen positieve betekenisverlening en depressie wordt gezien (Poortinga, 2013). Op basis van de literatuurstudie is dit tegen de verwachting in (Watson et al., 2012).

Ten opzichte van de doelgroep ouderen kunnen we concluderen dat herinneringen gerelateerd aan sociale relaties meer kenmerkend zijn voor ouderen dan voor jongvolwassenen (Engbers, 2013). Net als volwassenen omschrijven ouderen veelal positief en negatief gekleurde herinneringen (Engbers, 2013). Herinneringen met een neutrale valentie komen, in vergelijking met jongvolwassenen, relatief weinig voor (Engbers, 2013). Ouderen omschrijven merendeels generieke herinneringen. Dit komt overeen met eerdere onderzoekstudies (Moffit et al., 1994; Singer et al., 2007). Ook jongvolwassenen omschrijven merendeels generieke herinneringen, dit werd echter op basis van de literatuurstudie niet verwacht (Bluck & Alea, 2009; Singer et al., 2007). Daarnaast is opvallend dat ouderen niet zozeer betekenis geven aan herinneringen (Engbers, 2013). Dit is tegen de verwachting in, aangezien ouderdom in het algemeen in teken staat van terugblikken op het verleden ook wel de zogenaamde *reminiscentie/ life review* genoemd (Watt & Cappeliez, 2000). De prevalentie van angstklachten is bij ouderen groter dan bij jongvolwassenen (Engbers, 2013). Daarentegen rapporteren jongvolwassenen meer depressieklachten ten tijde van het onderzoek. Ouderen vertonen een enkele significante samenhang tussen angstklachten en de dimensie valentie. Op het gebied van angst in samenhang met de overige dimensies worden geen significante resultaten verkregen (Engbers, 2013). Uit de resultaten blijkt dat er bij de identiteitsherinneringen van zowel ouderen als jongvolwassenen er een significante en positieve samenhang zichtbaar is tussen angstklachten en de dimensie negatieve valentie. Ook wordt bij beide doelgroepen een significante negatieve samenhang gezien tussen depressieklachten en de subcategorie positieve valentie.

Tot slot komen redemptie en contaminatie sequenties, niet alleen bij jongvolwassenen en volwassenen, maar ook bij ouderen relatief weinig voor.

4.7. Sterke punten

Allereerst is het goed te benoemen dat de opzet van deze studie een aantal sterke punten bevat. Deze studie is uniek in het gebruik van een aselechte steekproef. Onderzoek tot nu toe

richtte zich veelal op beperkte doelgroepen als (gemotiveerde) studenten. Hierdoor wordt het maken van vergelijkingen met verschillende onderzoeken en resultaten bemoeilijkt. De steekproef van dit deelonderzoek geeft een representatief beeld van de jongvolwassenen uit de gehele Nederlandse bevolking. Tot slot is het longitudinale onderzoek in staat om verschillende levensfasen: (jong-) volwassenen en ouderen met elkaar te vergelijken.

Daarnaast betreft het volledige onderzoek naar identiteitsherinneringen een longitudinaal onderzoek. Het voordeel van een longitudinaal onderzoek is dat de relevante kenmerken op individueel niveau worden gemeten en dat de volgorde waarin eventuele veranderingen plaatsvinden de natuurlijke loop van de gebeurtenissen volgt. Hierdoor is het mogelijk om met een relatief kleine groep personen effecten aan te tonen. Nadelen van een longitudinaal onderzoek zijn echter dat door het herhaaldelijk uitvoeren van de onderzoeksmodule de respondenten worden geattendeerd op de interventie en gewennen aan het invullen van de vragenlijsten.

Daarnaast betreft dit onderzoek een studie die heeft gewerkt met een online panel. Dit betekent dat de data is verzameld via de digitale weg, het internet. Dit in tegenstelling tot eerder onderzoek. Voordelen van online- onderzoek is dat het relatief goedkoop en snel is. Men vergroot de kans een grotere steekproef te bereiken en de respondent kan de vragenlijsten op een zelf gekozen tijd en in eigen tempo invullen.

4.8. Beperkingen

Naast sterke punten zijn er tevens een aantal beperkingen binnen dit onderzoek die mogelijk en rol spelen bij de afwijkende onderzoeksresultaten.

Omdat er tot op het heden relatief weinig onderzoek is gedaan op het gebied van identiteitsherinneringen in relatie tot het angst en depressieklachten bij Nederlandse jongvolwassenen is het maken van vergelijkingen niet mogelijk. Verder onderzoek naar de doelgroep jongvolwassen zou interessant zijn.

Ook het proces van coderen is een mogelijke beperking van deze studie. Gezien de interne beoordelaarbetroewbaarheid valt de dimensie specificiteit, ten opzichte van de overige dimensies, laag uit. Mogelijk dat gedurende het coderen fouten zijn opgetreden die de interne betrouwbaarheid van de dimensie specificiteit hebben aangetast. Daarnaast zijn de non-respons items – items die niet juist konden worden gecodeerd en vervolgens werden gecodeerd onder de categorie niet van toepassing- wel gedurende de analyses meegenomen en berekend. Achteraf gezien had deze code niet gegeven mogen worden indien er niets was ingevuld. Het dient de aanbeveling voor vervolgonderzoek deze non-respons items als missing values te coderen en uit te sluiten van de analyses. Mogelijk dat ook het codeerschema van Blagov en Singer (2004), door de categorie niet van toepassing te specificeren, hierop kan inspelen.

Het is in twijfel te trekken of de gebruikte instrumenten gedurende dit onderzoek voldoende valide en betrouwbaar zijn. De HADS is als screeningsinstrument gebruikt om angst- en depressieklachten te inventariseren. Dit onderzoek wijkt van eerdere onderzoeksmethoden af aangezien eerdere onderzoeken ervoor hebben gekozen om door middel van diagnostische instrumenten angst- en depressie te meten. Het dient de aanbeveling voor vervolgonderzoek om naast de HADS mogelijk een ander instrument te gebruiken die zowel de positieve als negatieve kenmerken van angst en depressie meet.

Dit onderzoek heeft zich daarnaast gericht op de eerste meting, terwijl het onderzoeksdesign een longitudinaal onderzoeksdesign betreft. De resultaten van dit deelonderzoek zouden mogelijk van het gehele longitudinale onderzoek kunnen afwijken, aangezien deze onderzoeksresultaten op basis van een eerste meting zijn geïnterpreteerd.

Daarnaast zijn er twijfels of er genoeg identiteitsherinneringen van een individu bekend zijn. Mogelijk zijn drie identiteitsherinneringen van een individu niet veelzeggend genoeg en kan dit de afwijkende onderzoeksresultaten verklaren. Dit is af te leiden op basis van de beschrijvingen van de identiteitsherinneringen. Het is opvallend dat jongvolwassenen gedurende de eerst genoemde herinnering meer generieke herinneringen omschrijven dan ten opzichte van de derde genoemde herinneringen, die al meer specifiek zijn. Toekomstig onderzoek zou meerdere identiteitsherinneringen kunnen laten omschrijven om te komen tot veelzeggende beschrijvingen en resultaten.

Daarnaast is er in eerder onderzoek veelal gesproken van autobiografische herinneringen in tegenstelling tot dit deelonderzoek dat zich richt op het niveau van de identiteitsherinneringen van een individu. Dit kan mogelijk tot andere onderzoeksresultaten leiden ten opzichte van eerder onderzoek.

Tot slot is er gedurende dit deelonderzoek sprake van een totale steekproef van N= 170 respondenten. Op basis van de gehele steekproef van het longitudinale onderzoek (N = 2327) is de steekproef van dit deelonderzoek relatief klein. Mogelijk dat hierdoor de onderzoeksresultaten niet voldoende betrouwbaar zijn en een grotere steekproef tot andere onderzoeksresultaten kan leiden.

5. Aanbevelingen

Gezien de beperkingen van dit onderzoek worden aanbevelingen gedaan voor vervolg onderzoek, bij voorkeur met een grotere onderzoekspopulatie, om de hieruit voortvloeiende theorievorming in de toekomst verder te kunnen valideren. Daarnaast worden aanknopingspunten gegeven voor praktische implicaties.

5.1. Aanbevelingen voor verder onderzoek

Allereerst wordt aanbevolen het onderzoek opnieuw toe te passen bij een grotere steekproef. Een relatief kleine steekproef van 170 respondenten levert mogelijk minder betrouwbare resultaten op dan wanneer er gebruik wordt gemaakt van een grotere steekproefgrootte. Ook dient de aanbeveling meer identiteitsherinneringen te laten omschrijven door de jongvolwassenen. Hierdoor is de kans op het verkrijgen van veelzeggende resultaten en statistisch significante resultaten groter.

De focus gedurende dit onderzoek ligt met name op het onderzoek naar de samenhang tussen de verschillende dimensies van identiteitsherinneringen en mogelijke angst- en depressieklachten. Voor vervolgonderzoek zou het interessant zijn de richting van het verband tussen identiteitsherinneringen en angst en depressie te bepalen. Op basis van de literatuurstudie en de onderzoeksresultaten voortkomend uit dit deelonderzoek wordt echter wel de verwachting uitgesproken dat de mate van angst- of depressieklachten van invloed lijken te zijn op het terughalen van herinneringen.

Er wordt aanbevolen meer wetenschappelijk onderzoek te doen om het maken van vergelijkingen mogelijk te maken. De onderzoeksresultaten van deze studie zijn gebaseerd op de eerste meting van een longitudinaal onderzoek. Het dient in dit geval de aanbeveling om op basis van de gehele longitudinale studie te onderzoeken of er mogelijk andere onderzoeksresultaten tot stand komen in vergelijking tot dit deelonderzoek.

De reikwijdte van dit voorgestelde onderzoek is bij uitstek geschikt voor verdere methodologische innovaties in de analyse van kwalitatieve gegevens in onderzoek designs. Inhoudelijk zou vervolgonderzoek zich kunnen richten op een specifieke groep van jongvolwassenen, zoals jongvolwassenen met angst of depressie. Aangezien de prevalentie van jongvolwassenen met psychische klachten in het dagelijks leven aanzienlijk is, zou een vervolgonderzoeksvraag kunnen zijn: ‘In hoeverre is er sprake van samenhang tussen de verschillende dimensies van identiteitsherinneringen en angst en/of depressie bij Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijd van 16 tot en met 30 jaar met aantoonbare angst en/of depressieklachten?’.

5.2. Aanbevelingen praktische implicaties

Naast aanbevelingen voor wetenschappelijk onderzoek dient ook de aanbeveling voor het toepassen van praktische en relevante interventies. Op basis van de theorievorming en het statistisch onderzoek is duidelijk geworden dat er een samenhang bestaat tussen de verschillende dimensies van identiteitsherinneringen en angst of depressieklachten bij Nederlandse jongvolwassenen.

Aangezien de jongvolwassenheid een cruciale levensfase is waarin de eigen identiteit, persoonlijke continuïteit, coherentie en identiteitsherinneringen een rol in spelen, dient het

aandragen van praktische implicaties in dit geval de aanbeveling. Zodoende zou een praktische aanbeveling voortkomend uit deze studie kunnen zijn, dat het baat kan hebben om het terughalen van identiteitsherinneringen maximaal te stimuleren. Uit onderzoek blijkt dat jongvolwassenen zin geven aan het verleden wat van invloed is op de ontwikkeling van het (positieve) zelfbeeld, eigen identiteitsontwikkeling en het welzijn. Zo blijkt dat, op basis van deze betekenisconstructie, levensdoelen worden opgesteld. Indien er sprake is van herinneringen met een negatieve betekenisverlening dient het de aanbeveling deze om te zetten in een positieve betekenisverlening. Het toeschrijven van een positieve betekenisverlening geeft zowel een cognitieve, affectieve en motivationele waarde aan het geheugen en versterkt hiermee de relevante doelen van een individu (Singer & Blagov, 2000)

Wellicht is er een rol weggelegd voor hulpverleners in de zorg voor het ontwikkelen van interventies die de jongvolwassenen kunnen stimuleren tot een optimale zelfontwikkeling. Er zou overwogen kunnen worden om gedurende het toepassen van interventies tevens een rol weg te leggen voor de vier dimensies *betekenisconstructie*, *inhoud* en *valentie* en *specificiteit*. Jongvolwassenen dienen in dit geval gericht te zijn op het toeschrijven van positieve betekenisverlening aan identiteitsherinneringen. Het leidende principe van de interventie en de identiteitsherinneringen in dit geval zou dan zijn dat de herinneringen ertoe dienen om betekenis te geven aan het verleden, het heden en de toekomst van een individu ter vermindering van de psychische klachten.

6. Referenties

- Alea, N. & Bluck, S. (2007). I'll keep you in mind: The intimacy function of autobiographical memory. *Applied cognitive psychology*, 21, 1091-1111.
- Bauer, J. J. & Bonanno, G. A. (2001). I can, I do, I am: The narrative differentiation of self-efficacy and other self-evaluations while adapting to bereavement. *Journal of Research in Personality*, 35, 424-448.
- Berntsen, D. (2010). The unbidden past. Involuntary autobiographical memories as a basic mode of remembering. *Current directions in Psychological Science*, 19, 138-142.
- Bijl, R. V., Ravelli, A. & Zessen, van, G. (1998). Prevalence of Psychiatric disorder in the general population: results of the Netherlands mental health survey and incident study (nemesis). *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 33, 587-595.

- Blagov, P. S. & Singer, J. A. (2004). Four dimensions of Self-defining memories (specificity, meaning, content, and affect) and their relationships to self-restraint, distress, and repressive defensiveness. *Journal of Personality* 72, 481 – 512.
- Bluck, S. (2003). Autobiographical memory: Exploring its functions in everyday life. *Memory*, 11, 113-123.
- Bluck, S. & Alea, N. (2009). Thinking and talking about the past: Why remember? *Applied cognitive psychology*, 23, 1089 – 1104.
- Bluck, S. & Habermas, T. (2000). The life story schema. *Motivation and emotion*, 24, 121-147.
- Bögels, S. M. & van Oppen, P. (2011). Cognitieve Therapie: *Theorie en Praktijk*. Bohn Stafleu van Loghum, 15-17, 231-234.
- Clark, D. M. & Teasdale, J. D. (1982). Diurnal variations in clinical depression and accessibility of memories of positive and negative experiences. *Journal of Abnormal Psychology*, 91, 87- 95.
- Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53, 594-628.
- Conway, M. A. & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107, 261-288.
- Conway, M. A., Singer, J. A. & Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: correspondence and coherence. *Social cognition*, 22, 491-529.
- Debats, D. L., Drost, J. & Hansen, J. (1995). Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach. *British Journal of Psychology*, 86, 359–375.
- Eisenberg, D., Gollust, S. E., Golberstein E. & Hefner, J. L. (2007). Prevalence and correlates of depression, anxiety, and suicidality among university students. *The American Journal of Orthopsychiatry*, 77 (4), 534-542.
- Engbers, E. (2013). *Identiteitsherinneringen van ouderen en hun geestelijke gezondheid: Een*

onderzoek naar de relatie tussen identiteitsherinneringen van Nederlandse ouderen in de leeftijd van 75 jaar en ouder en de mate van angst en/of depressieve klachten die zij ervaren (Niet gepubliceerde masterthesis). Universiteit Twente, Enschede.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: Norton.

Glück, J. & Bluck, S. (2007). Looking back across the life span: A life story account of the reminiscence bump. *Memory and cognition*, 35, 1928-1939.

Horowitz, M. J. (1971). Cognitive response to stressful stimuli. *General Archives of Psychiatry*, 25, 419-428.

Fivush, R., Habermas, T., Waters, T. E. A. & Zaman, W. (2011). The making of autobiographical memory: intersections of culture, narratives and identity. *International journal of psychology*, 46, 321-345.

Lardi, C., D'Argembeau, A., Chanal, J., Ghisletta, P. & Van der Linden, M. (2010). Further characterisation of self-defining memories in young adults; A study of a Swiss sample. *Psychology Press* 18, 293 – 309.

McAdams, D. P. (2009). *The person. An introduction to the science of personality psychology. Fifth Edition*. Northwestern University. A John Wiley & Sons, Inc.

McAdams, D. P., Reynolds, J., Lewis, M., Patten, A. H. & Bowman, P. J. (2001). When bad things turn good and good things turn bad: Sequences of redemption and contamination in life narrative and their relation to psychosocial adaption in midlife adults and students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 474-485.

McLean, K. C. (2008). Stories of the Young and the Old: Personal continuity and narrative identity. *Developmental psychology*, 44, 254- 264.

McLean, K. C., Breen, A. V. & Fournier, M. A. (2010). Constructing the self in early, middle, and late adolescent boys: narrative identity, individuation, and well-being. *Journal research on adolescence*, 20, 166-187.

McLean, K. C. & Fournier, M. A. (2007). The content and processes of autobiographical reasoning in narrative identity. *Journal of research in personality*, 42, 527-545.

- McLean, K. C. & Lilgendahl, J. P. (2008). Why recall our highs and lows: relations between memory functions, age and well being. *Memory*, 16, 751-762.
- McLean, K. C. & Pasupathi, M. (2006). Collaborative narration of the past and extraversion. *Journal of Research in personality*, 40, 1219 – 1231.
- Moffit, K. H., Singer, J. A., Nelligan, D. W., Carlson, M. A. & Vyse, S. A. (1994). Depression and memory narrative type. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 581 – 583.
- Pasupathi, M., Mansour, E. & Brubaker, J. R. (2007). Developing a Life story: Constructing relations between Self and experience in autobiographical narratives. *Human Development*, 50, 85-110.
- Poortinga, M. (2013). *Ontdek wie je bent: Onderzoek naar de zelffunctie binnen identiteitsherinneringen en de samenhang met depressie- en angstklachten bij Nederlandse jongvolwassenen in de leeftijd van 45 tot en met 55 jaar* (Niet gepubliceerde masterthesis). Universiteit Twente, Enschede.
- Rubin, D. C. (1982). On the retention function for autobiographical memory. *J Verb Learn Verb Behav*, 21, 21-38.
- Scherpenzeel, A. (2009). Start of the Liss panel: Sample and recruitment of a probability-based internet panel. Tilburg: Centerdata.
- Singer, J. A. (2002). Applying a systems framework to self-defining memories. *Department of psychology*. Connecticut college, 161- 163.
- Singer, J. A. & Blagov, P. S. (2000). Classification system and scoring manual for self-defining autobiographical memories. Connecticut college, 2000-2001.
- Singer, J. A. & Moffitt, K. H. (1991). An experimental investigation of specificity and generality in memory narratives. *Imagination, cognition & Personality*, 11, 233-257.
- Singer, J. A., Rexhaj, B. & Baddeley, J. (2007). Older, wiser and happier? Comparing older

adult's and college students' self- defining memories. *Memory*, 15, 886-898. Psychology Press.

Spinhoven, P. H., Ormel, J., Sloekers, P. P. A., Kempen, G. I. J. M., Speckens, A. E. M. & Van Hemerta, A. M. (1997). A validation study of the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) in different groups of Dutch subjects. *Psychological Medicine*, 27, 363- 370.

Tomkins, S. S. (1979). Script theory. *Differential magnification of affects*. In: Howe H. E. Jr. & and Dienstbier R. A. Nebraska symposium on motivation, 26, 201-236. Lincoln: University of Nebraska press.

Vanheusden, K., Ende, van der, J., Mulder, C. L., Lenthe, van, F. J., Verhulst, F. C. & Mackenbach, J. P. (2009). Beliefs about mental health problems and help-seeking behavior in Dutch young adults. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 44, 239-246.

Vanheusden, K., Ende, van der, J., Mulder, C. L., Lenthe, van F. J., Verhulst, F. C. & Mackenbach, J. P. (2008). The use of mental health services among young adults with emotional and behavioral problems: equal use for equal needs? *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43, 808-815.

Watt, L. M. & Cappeliez, P. (2000). Integrative and instrumental reminiscence therapies for depression in older adults: Interventions strategies and treatment effectiveness. *Aging & Mental Health*, 4 , 166–177.

Walker, W. R., Skowronski, J. J. & Thompson, C. P. (2003). Life is pleasant – and memory helps keep it that way! *Review of General Psychology*, 7, 203-210.

Watson, L. A., Berntsen, D., Kuyken, W. & Watkins, E. R. (2012). The characteristics of involuntary and voluntary autobiographical memories in depressed and never depressed individuals. *Consciousness and cognition*, 21, 1382-1392.

Weber, Z., Rowling, L. & Scanlon, L. (2007). “It’s like... a confronting issue”: Life-changing narratives of young people. *Qualitative Health research*, 7, 945-953.

Webster, J. D. (2003). The reminiscence circumplex and autobiographical memory functions.

Memory, 11, 203-215.

Westerhof, G. J. & Bohlmeijer, E. T. (2010). *Psychologie van de levenskunst*. Amsterdam: Uitgeverij Boom.

Williams, J. M. G. (2006). Capture and rumination, functional avoidance, and executive control (CaRFAX): Three processes that underlie overgeneral memory. *Cognition and Emotion*, 20, 548-568.

7. Bijlagen

Codeerschema

Gerben Westerhof, Universiteit Twente, oktober 2012

I. Inhoud van de herinnering

NB. Hier wordt de inhoud van de gebeurtenis of de herinnering gecodeerd, dus niet de evaluatie of les die eruit getrokken wordt, bijvoorbeeld: De dood van mijn broer, daardoor ben ik beter keuzes gaan maken wat ik echt belangrijk vind in mijn werk dan wordt dood van de broer gecodeerd en niet werk.

NB. Als er sprake is van een middel en een doel dan wordt het doel gecodeerd, bijvoorbeeld: Ik ben voor mijn werk verhuisd dan wordt werk gecodeerd en niet verhuizing.

1. Sociale relaties

BV. ontmoeten partner, huwelijk of bruiloft, geboorte kinderen, scheiding, afscheid nemen, activiteiten samen met anderen, leven van kinderen en kleinkinderen, ziekte dierbaren, overlijden dierbaren

NB. Het gaat hier meer om de belangrijke levensgebeurtenissen. Als het gaat om activiteiten met anderen, zoals samen met anderen op vakantie gaan of kerst vieren dan activiteiten in de vrije tijd coderen.

2. School, opleiding, studie, werk en loopbaan

BV. schoolervaringen, studie, examen, eerste baan, werkervaringen, ontslag, pensioen

3. Activiteiten in de vrije tijd

BV. hobby's, sport, vrije tijd, verjaardag, feestje, kerstmis

4. Gezondheid

BV. eigen ziekte, ongeval

NB. als het gaat om ziekte of ongeval van iemand anders, zoals de partner dan sociale relaties coderen

5. Materiele en historische omstandigheden

BV. geld verdienen, iets kopen of krijgen, huis kopen, verhuizing, armoede, oorlog, Pim Fortuyn

6. Bepaalde periode uit het eigen leven

BV. kindertijd, jeugd, volwassenwording

NB. deze code alleen geven als het niet duidelijk is wat de inhoud is. Dus mijn middelbare schooltijd wordt als school gecodeerd.

7. Overig

9. Niet van toepassing

Deze code wordt gebruikt indien er niets is ingevuld of als het niet om een herinnering gaat.

II. Valentie van de herinnering

NB. Het gaat hier om de gebeurtenis die beschreven wordt, niet om de evaluatie die de deelnemer er achteraf aan geeft. Volg hierin het algemene spraakgebruik. Als het duidelijk is wat de deelnemer ervan vindt dan kan de mening van de deelnemer gevolgd worden. Maar let wel op: als het gaat om een expliciete evaluatie of betekenis dan wordt die gecodeerd bij dimensie IV.

1. Positieve gebeurtenis of periode

Bv. huwelijk, bruiloft, examen, kinderen krijgen, opa of oma worden, activiteiten als vakantie

2. Neutrale gebeurtenis of periode

Bv. pensioen, verhuizing

3. Negatieve gebeurtenis of periode

Bv. ziekte, ongeluk, overlijden, scheiding, afscheid

9. Niet van toepassing

III. Specificiteit

1. Specifieke herinnering

Het gaat hier om een herinnering aan een gebeurtenis die op één dag heeft plaatsgevonden. Ook als er meer omheen verteld wordt, maar er duidelijk een herinnering aan een gebeurtenis op één dag onderdeel van is, dan wordt de herinnering als een specifieke herinnering gecodeerd.

Bv. bruiloft wordt als specifiek gecodeerd, maar huwelijk niet, omdat de bruiloft op één dag plaatsvond en het huwelijk als een langere periode wordt gezien. Als bruiloft wordt genoemd, maar daarna beschreven wordt dat men ook een goed huwelijk had, dan wordt toch de code voor specifieke herinnering gegeven.

2. Generieke herinnering

Bij generieke herinneringen gaat het om herinneringen aan langere periodes, zoals mijn studietijd, mijn huwelijk, mijn jeugd. Het kan ook gaan om zich herhalende activiteiten, zoals onze vakanties in Frankrijk. Ook als het niet helemaal duidelijk is wat bedoeld wordt, zoals bij mijn rijbewijs halen, dit als een generieke herinnering coderen.

9. Niet van toepassing

IV. Betekenisconstructie

NB. Hier wordt vastgehouden hoe een bepaalde herinnering beschreven wordt. Vooral is van belang of er een evaluatie gegeven wordt of dat er een bredere betekenis wordt toegekend. Als er sprake is van een evaluatie van de beschreven gebeurtenis of periode dan wordt dit als

evaluatie gecodeerd (code 2 of 3). Als er sprake is van een betekenis voor de eigen persoon of het eigen leven dan wordt dit als betekenis gecodeerd (code 4 of 5).

1. Beschrijving

Deze code wordt gegeven als er alleen een feitelijke beschrijving van een herinnering gegeven wordt

2. Positieve evaluatie van de gebeurtenis of periode

Deze code wordt gegeven als er naast een beschrijving ook een positieve evaluatie aan de herinnering gegeven wordt. Mensen geven dan bijvoorbeeld aan dat ze iets leuk vonden of dat het de beste tijd van hun leven was.

3. Negatieve evaluatie van de gebeurtenis of periode

Deze code wordt gegeven als er naast een beschrijving ook een negatieve evaluatie aan de herinnering gegeven wordt. Mensen geven dan bijvoorbeeld aan dat ze iets niet leuk vonden of dat het een van de slechtste tijden van hun leven was.

4. Positieve betekenis voor de eigen persoon of het eigen leven

Deze code wordt gegeven als mensen aangeven dat de herinnering iets over hun eigen persoon zegt en wel op een positieve manier. Het kan daarbij zowel gaan om een positieve of negatieve gebeurtenis, als mensen maar aangeven dat ze nu een positief beeld van zichzelf hebben. Het kan dus zijn dat mensen een negatieve gebeurtenis beschrijven, maar daar een positieve les uit trekken: bv. in de tijd dat ik ziek was heb ik geleerd wat echt belangrijk voor me was of door de scheiding heb ik pas geleerd om voor mezelf op te komen.

5. Negatieve betekenis voor de eigen persoon of het eigen leven

Deze code wordt gegeven als mensen aangeven dat de herinnering iets over hun eigen persoon zegt en wel op een negatieve manier. Mensen geven dus aan dat ze nu een negatief beeld van zichzelf hebben. Het zal niet vaak voorkomen, maar ook als het gaat om een positieve gebeurtenis dan kan het zijn dat mensen er een negatieve les uit trekken: bv. door mijn eerste huwelijk ben ik erachter gekomen dat ik veel te goed gelovig ben. Ook als mensen beschrijven dat een gebeurtenis een flinke impact op hun leven gehad heeft zonder dat dit verder gespecificeerd wordt, dan wordt het bij deze code ingedeeld.

9. Niet van toepassing

SDMT Vragenlijst

Persoonlijke Herinneringen

Bij de volgende vragen gaat het om persoonlijke herinneringen. Het gaat om herinneringen aan gebeurtenissen die voor je eigen persoon het meest belangrijk zijn. We vragen je straks drie herinneringen uit je eigen leven te beschrijven.

Vooraf hebben we een paar belangrijke opmerkingen.

1. Het is belangrijk dat zoveel mogelijk mensen van alle leeftijden en uit alle lagen van de bevolking meedoen. We willen namelijk een zo goed mogelijk beeld krijgen van de herinneringen die in het leven van Nederlanders een rol spelen.
2. Er zijn geen speciale schrijftalenten nodig: het gaat er niet om een “mooi” verhaal te schrijven.
3. Herinneringen ophalen kan heel persoonlijk zijn. Je persoonlijke herinneringen worden daarom **anoniem** en **vertrouwelijk** verwerkt. Verwijzingen naar personen en plaatsen worden eruit gehaald, zodat de herinneringen nooit naar jou persoonlijk herleid kunnen worden.

Om je privacy nog beter te waarborgen kun je hier aangeven hoe we je herinneringen mogen gebruiken:

☐ Mijn herinneringen mogen alleen door onderzoekers gelezen en gebruikt worden in het kader van het onderzoeksproject.

☐ Nadat mijn herinneringen anoniem gemaakt zijn, mogen ze gebruikt worden als voorbeelden in wetenschappelijke publicaties en voordrachten en in onderwijs voor studenten.

In de volgende vragen gaat het om je persoonlijke herinneringen. Wil je de volgende uitleg goed doorlezen voordat je de vragen beantwoordt?

Als we aan andere mensen moeten uitleggen wie we zijn, vertellen we vaak iets uit ons verleden. We willen je vragen om enkele persoonlijke herinneringen te beschrijven die laten zien wie je bent. Het gaat dus om herinneringen die heel *kenmerkend* zijn voor jouw persoon.

Hoe kun je deze herinneringen herkennen? Het zijn persoonlijke herinneringen die belangrijk voor je zijn. Ze staan je helder voor de geest. Ook roepen ze sterke positieve en/of negatieve gevoelens op. Je zult er ook al vaak over nagedacht hebben.

We willen je vragen drie herinneringen te beschrijven die ten minste één jaar oud zijn.

Herinnering 1 (idem voor herinnering 2 en 3):

1. Wil je kort benoemen waar de eerste herinnering over gaat?

.....

2. Wil je deze herinnering zo gedetailleerd mogelijk beschrijven? Wil je daarbij ook uitleggen waarom deze kenmerkend is voor jouw persoon?

.....

.....

.....

.....

3a. Hoe lang geleden vond deze herinnering plaats?

... jaar geleden

3b. Hoe levendig is deze herinnering *tegenwoordig* voor je?

1=helemaal niet t/m 6=helemaal wel

3c. Hoe positief voel je je *tegenwoordig* over deze herinnering?

1=helemaal niet t/m 6=helemaal wel

3d. Hoe negatief voel je je *tegenwoordig* over deze herinnering?

1=helemaal niet t/m 6=helemaal wel

3e. In hoeverre denkt je aan deze herinnering als je je afvraagt wie je bent?

1=helemaal niet t/m 6=helemaal wel

3f. In hoeverre denk je aan deze herinnering als je een probleem hebt en daarvoor een oplossing zoekt?

1=helemaal niet t/m 6=helemaal wel

3g. In hoeverre deel je deze herinnering met andere mensen?

1=helemaal niet t/m 6=helemaal wel

HADS Vragenlijst**Stemming**

Deze vragenlijst dient als hulpmiddel om te weten te komen hoe u zich voelt. Lees iedere vraag en kruis het antwoord aan dat het beste weergeeft hoe u zich gedurende de laatste week gevoeld heeft. Denk niet te lang na over uw antwoord.

Uw eerste reactie op elke vraag is waarschijnlijk betrouwbaarder dan een lang doordacht antwoord.

1. Ik voel me gespannen:	☐ Meestal ☐ Vaak ☐ Af en toe, soms ☐ Helemaal niet
2. Ik geniet nog steeds van de dingen waar ik vroeger van genoot:	☐ Zeker zo veel ☐ Niet zo veel als vroeger ☐ Weinig ☐ Haast helemaal niet
3. Ik krijg een soort angstgevoel alsof er elk moment iets vreselijks zal gebeuren:	☐ Heel zeker en vrij erg ☐ Ja, maar niet zo erg ☐ Een beetje, maar ik maak me er geen zorgen over ☐ Helemaal niet
4. Ik kan lachen en de dingen van de vrolijke kant zien:	☐ Net zoveel als vroeger ☐ Niet zo goed als vroeger ☐ Beslist niet zoveel als vroeger

	0 Helemaal niet
--	-----------------

5. Ik maak me vaak ongerust:	0 Heel erg vaak
	0 Vaak
	0 Af en toe maar niet te vaak
	0 Alleen soms

6. Ik voel me opgewekt:	0 Helemaal niet
	0 Niet vaak
	0 Soms
	0 Meestal

7. Ik kan rustig zitten en me ontspannen:	0 Zeker
	0 Meestal
	0 Niet vaak
	0 Helemaal niet

8. Ik voel me alsof alles moeizamer gaat:	0 Bijna altijd
	0 Heel vaak
	0 Soms
	0 Helemaal niet

9. Ik krijg een soort benauwd, gespannen gevoel in mijn maag:	0 Helemaal niet
	0 Soms
	0 Vrij vaak
	0 Heel vaak

10. Ik heb geen interesse meer in mijn uiterlijk:	0 Zeker
	0 Niet meer zoveel als ik zou moeten
	0 Waarschijnlijk niet zoveel
	0 Evenveel interesse als vroeger

11. Ik voel me rusteloos en voel dat ik iets te doen moet hebben:	0 Heel erg
	0 Tamelijk veel
	0 Niet erg veel
	0 Helemaal niet

12. Ik verheug me van tevoren al op dingen:	0 Net zoveel als vroeger
	0 Een beetje minder dan vroeger
	0 Zeker minder dan vroeger
	0 Bijna nooit

13. Ik krijg plotseling gevoelens van panische angst:	0 Zeer vaak
	0 Tamelijk vaak
	0 Niet erg vaak
	0 Helemaal niet

14. Ik kan van een goed boek genieten, of van een radio- of televisieprogramma:	0 Vaak
	0 Soms
	0 Niet vaak
	0 Heel zelden
