



Bachelorthese:

*„Onderzoek naar het verband tussen  
patronen van woordgebruik en persoonlijkheid  
tijdens het ophalen van positieve herinneringen“*

Jasmin Plesse

s1184679

Juni 2014

Universiteit Twente

Faculteit Gedragwetenschappen

Opleiding Psychologie

Begeleiding:

1<sup>ste</sup> begeleider: Bachoe, S. D. (Sharda) MSC

2<sup>de</sup> begeleider: Lamers, DR. S.M.A. (Sanne)

**UNIVERSITEIT TWENTE.**

## Inhoudsopgave

Abstract	3
Samenvatting	4
Inleiding	5
Narratieve psychology	5
Emotionele expressie	6
Verbale expressie en woordgebruik	7
Persoonlijkheidseigenschappen en de emotionele expressie van herinneringen	8
Onderzoeksvragen	11
Methode	13
Participanten	13
Procedure	14
Meetinstrumenten	15
Statistische analyse	17
Resultaten	19
Deelvragen	20
Discussie	24
Verband tussen persoonlijkheid en het gebruik van emotie woorden	24
Verband tussen persoonlijkheid en eerste persoon enkelvoud pronomen	26
Verband tussen persoonlijkheid en complexiteit van taal	27
Vergelijk tussen positieve en neutrale herinneringen	28
Sterke punten en beperkingen	29
Aanbevelingen voor de praktijk en toekomstig onderzoek	30
Conclusie	32
Referenties	33
Bijlagen	39

## Abstract

**Introduction:** The stories people tell about their lives have an important position within the field of psychology. These stories are based on specific personal experiences from their past and make a significant contribution in the construction of someone's identity. Previous research has shown that the stories and the used vocabulary vary from one person to another and it is found that these variations are connected to the respective personality of the storyteller. Given the fact that the used words are a useful indicator for emotions this present study investigates the relations between the patterns of language use and the personality when talking about positive memories in order to investigate the extend of influence of a person's personality.

**Method:** The participants of this study are students, aged between 18 and 40 years from the University of Twente and the Saxion University of Applied Sciences Enschede. This study includes a total of 35 participants of which each talked about 8 different memories and filled in the NEO-FFI (Neuroticism Extraversion Openness Five Factor Inventory) personality questionnaire. The correlations between the patterns of language use and the two personality traits extraversion and neuroticism are investigated by the use of Spearman's rank correlation coefficient. The Wilcoxon test further examines if there are any varieties in the patterns of language use between the first and the second positive memory and if these positive memories vary from neutral memories.

**Results:** Neuroticism and extraversion are not connected with the use of positive or negative emotion words. It was found that other categories of language use were connected with personality. Frequent use of the first person singular was positively correlated with neuroticism. The complexity of language with the underlying word categories negations as well as exclusive words were also positively correlated with neuroticism. No variations in the patterns of language use were found between the two different positive memories. It was established that there was a less frequent use of positive and negative emotion words in the neutral memories, compared to the two positive memories.

**Discussion:** The personality traits neuroticism and extraversion have no influence on the use of positive and negative emotion words. Yet it is found that some of the investigated patterns of language use positively interconnected with the personality trait neuroticism. Variations between the results of this study and the results of previous studies in this field can partially be explained by differences in the research design the number of participants. This study suggest adjusting narrative treatment on a client's personality profile so that it is tailored specifically to each individual. In addition, narrative therapy should focus on the recall of intense, positive memories. Further research on the relations between personality and language use is recommended in order to gain better insights into narrative psychology and thus to achieve more effective results.

## Samenvatting

**Inleiding:** De verhalen die mensen over hun leven vertellen, hebben een belangrijke positie binnen de psychologie. Deze verhalen hebben betrekking op het vertellen van bepaalde persoonlijke ervaringen uit het verleden en leveren een belangrijke bijdrage tijdens het construeren van de realiteit. Uit eerder onderzoek blijkt dat de verhalen en het woordgebruik, dat tijdens het vertellen wordt vertoont, van persoon tot persoon verschillen en een samenhang met de persoonlijkheid blijkt te hebben. Gezien het feit dat de gebruikte woorden een werkzame indicator voor emoties zijn, wordt in de huidige studie onderzoek gedaan naar het verband tussen het woordgebruik en de persoonlijkheid tijdens het ophalen van herinneringen om te kijken hoe groot de invloed van de persoonlijkheid daadwerkelijk is.

**Methode:** De proefpersonen zijn studenten tussen 18 en 40 jaar van de UT en de Saxion University of Applied Sciences Enschede. In het geheel vertelden 35 participanten over 8 verschillende herinneringen en vulden tijdens het experiment de NEO-FFI (Neuroticism Extraversion Openness Five Factor Inventory) Persoonlijkheidsvragenlijst in. Met behulp van de Spearman rangcorrelatiecoëfficiënt is de correlatie tussen de patronen van taalgebruik en de twee persoonlijkheidstrekken extraversie en neuroticisme onderzocht. Verder werd met de Wilcoxon toets gekeken of er een verschil tussen de eerste en de tweede blij herinnering bestaat met betrekking tot het woordgebruik en of er een verschil is tussen de positieve herinneringen en de neutrale herinneringen.

**Resultaten:** Neuroticisme en Extraversie hangen niet samen met het gebruik van positieve of negatieve emotie woorden. Andere woordcategorieën vertoonden wel verbanden met de persoonlijkheid. Het gebruik van de eerste persoon enkelvoud pronomen vertoonde een positieve samenhang met neuroticisme. De complexiteit van taal en de bijhorende categorieën negatie woorden en exclusie woorden hadden eveneens een positieve samenhang met neuroticisme. Tussen de twee blij herinneringen werden geen significante verschillen met betrekking tot het woordgebruik aangetoond. Tussen de positieve herinneringen en de neutrale herinneringen was wel een verschil in het gebruik van emotie woorden.

**Discussie:** De persoonlijkheidseigenschappen neuroticisme en extraversie hebben geen invloed op het gebruik van positieve of negatieve emotie woorden. Echter zijn er ander woordcategorieën die een positieve verband met neuroticisme vertonen. Bestaande verschillen met betrekking tot de resultaten met de gevonden literatuur kunnen deels worden verklaart door verschillen in de onderzoeksopzet en het aantal proefpersonen. Het is aan te bevelen narratieve behandelingen af te stemmen op het persoonlijkheidsprofiel van het cliënt om zo goed mogelijk op elk persoon in te gaan. Verder zou de focus van therapie op het ophalen van intense, positieve herinneringen liggen. Het is wenselijk nog meer onderzoek naar het verband tussen persoonlijkheid en het woordgebruik te doen om de narratieve interventies nog beter in kaart te brengen een hun effect aan te vullen.

## Inleiding

Mensen zijn van zichzelf verhalenvertellers (Pasupathi, 2001). Iedereen die in een bepaalde situatie een emotie heeft ervaren, heeft achteraf de behoefte de herinnering aan deze emotie op te halen om ze met andere mensen te delen (Rimé, 2009). Het vertellen van ervaringen en gebeurtenissen uit het verleden heeft een doelmatig aspect, deze belevenissen in het eigen verhaal te integreren om ze te verwerken en deel van de eigen identiteit te worden (Jongedijk, 2007). Binnen de psychotherapie wordt het vertellen van herinneringen gebruikt om de cliënt te helpen zich te ontwikkelen en zich zelf uit verschillende posities te bekijken (Deley, 2004). Verder blijkt dat het ophalen van positieve herinneringen een positieve invloed op de levenstevredenheid heeft (Westerhof, Lamers, & de Vries, 2010).

Het is aangetoond dat iedereen een karakteristieke en eigen manier heeft om zich in woorden te uiten en dat deze linguïstische stijl als een stabiel individueel verschil kan worden bekeken (Pennebaker & Graybeal, 2001). Actuele studies tonen een significante samenhang tussen persoonlijkheid en spraakgebruik ofwel patronen van woordgebruik (Lee, Kim, Seo, & Chung, 2007; Yarkoni, 2010; Pennebaker & Graybeal, 2001).

In het volgend onderzoek zal er dus worden gekeken naar het verband tussen persoonlijkheid en het woordgebruik bij het ophalen van positieve herinneringen. Is er een onderscheid tussen mensen met verschillende persoonlijkheidsprofielen met betrekking tot de patronen van woordgebruik?

### **Narratieve psychologie**

Narratieve psychologie is een in de laatste decennia sterk ontwikkelde methodische benadering binnen de psychologie en richt zich op het vertellen van persoonlijke verhalen over het eigen leven (Sarbin, 1986). Deze benadering onderzoekt op welke manier mensen hun levensverhalen vertellen en zo hun eigen identiteit construeren (John et al., 2008; Zock, 2006). Een levensverhaal is een georganiseerde interpretatie van een opeenvolging van gebeurtenissen (Murray, 2003). Tijdens het ophalen van deze gebeurtenissen vindt er een cognitieve herstructurering van de beleefde gebeurtenissen plaats. Dit geeft aanleiding tot het bekijken van verschillende gebeurtenissen en daarbij opkomende emoties in een ander perspectief en het integreren van gebeurtenissen in het persoonlijke verhaal (Jongedijk, 2007). De verteller heeft de mogelijkheid de gebeurtenissen objectief te beschouwen (Bluck & Levine, 1998) en beter te begrijpen wat hem is overkomen (Jongedijk, 2007). Het doel van interventies binnen de narratieve psychologie uit zich in het betekenis geven aan gebeurtenissen en opgedane ervaringen, deze te ordenen en hierin identiteit uit te drukken (Westerhof & Bohlmeijer, 2010). Sinds de jaren negentig werd er veel onderzoek binnen deze benadering gedaan en waren er therapeuten die de narratieve therapie met in hun werk opnamen (Murray, 2000; Lucius-Hoene, 2007). Het werken met persoonlijke verhalen blijkt te functioneren en wordt als verrijking en aanvulling voor de dagelijkse praktijkvoering binnen de psychotherapie beschouwd (Havinga, Bruinsma, & Lycklama à Nijeholt, 2006; Stuit & de Raadt, 2013). Er zijn verschillende op

reminiscentie, het ophalen van persoonlijke herinneringen, gebaseerde interventies uitgevoerd die als effectief zijn gebleken. Drie voorbeelden zijn “opzoek naar zin, “dierbare herinneringen” en “de verhalen die we leven” van Bohlmeijer et al. (2011). Desondanks is nog niet duidelijk genoeg welke factor precies dit effect bewerkt en hierdoor is aanvullend onderzoek nodig (Westerhof et al., 2010). Zelfs dan is er nog geen zekerheid over, in hoeverre de werkzaamheid van de interventies verandert met betrekking tot mensen die verschillende persoonlijkheidseigenschappen vertonen (Bohlmeijer et al., 2011).

Het blijkt dat het belangrijk is om over herinneringen en de erbij opkomende emoties te schrijven of te praten in plaats van er slechts aan te denken. Dit geldt vooral voor negatieve herinneringen (Lyubomirsky, Sousa, & Dickerhoof, 2006). De eerste opties zijn namelijk meer georganiseerd en gecontroleerd en leiden tot begrip en betekenis (Westerhof et al., 2010). Over het ophalen van positieve herinneringen is er nog weinig in de literatuur te vinden. Er is meer wetenschappelijke aandacht voor negatieve emoties besteden dan aan positieve emoties en aan “positive emotional processing” (Rusting, 1998; Ekman, 2003; Fredrickson, 2000). Het is dus belangrijk positieve herinneringen en de erbij opkomende emotie nader te onderzoeken omdat het ophalen van positieve ervaringen bijdraagt aan de verbetering van de kwaliteit van leven kan leveren. Binnen de positieve psychologie en therapie, nog een relatief nieuwe stroming in de psychologie, staan deze positieve ervaringen onder andere centraal. Het blijkt dat het ophalen effectief is en de mensen helpt te groeien en tot meer levenstevredenheid te komen (Seligman & Csikszentmihaly, 2000).

### **Emotionele expressie**

Emotionele expressie verwijst naar hoe emotionele ervaringen door middel van taal en gedrag kan worden overbracht. Emotionele expressie moet worden onderscheiden van emotionele ervaring, aangezien het mogelijk is om emoties te ervaren zonder deze tot uiting te brengen (Gross, 1999). De emotionele expressie verwijst ernaar zich emotioneel te openen en zijn diepste gedachten en gevoelens en de hieraan gekoppelde emoties uit te drukken (Vopel, 2006). Een emotie begint typisch met een individuele beoordeling van de persoonlijke betekenis van een voorafgaande gebeurtenis. Kenmerkend voor emoties is dat ze kort zijn en betrekking hebben tot persoonlijk belangrijke omstandigheden (Fredrickson, 2001). Er zijn zes basisemoties die, onafhankelijk van culturele achtergrond, door alle mensen worden gevoeld en uitgedrukt. Deze emoties zijn: vreugde, verdriet, woede, angst, verbazing en afschuw. Soms wordt ook verachting tot de basisemoties gerekend (Ekman, 1992). Of een emotie als positief of als negatief wordt ervaren, hangt af van de individuele cognitieve beoordeling. Op basis van de mate van overeenkomst van een situatie met het eigen doel, ontstaat er een positieve of negatieve emoties (Roseman & Evdokas, 2004). Elke specifieke weergegeven emotie is binnen een cognitieve netwerk van emoties gerelateerd aan herinneringen die dezelfde emotie oproepen (Rusting, 1998). Mensen die dus veel gebeurtenissen hebben ervaren die sterk waren gekenmerkt van een

bepaalde emotie, schieten taalrijke, ermee samenhangende herinneringen binnen als deze bepaalde emotie opnieuw van hun wordt beleefd. In de huidige studie wordt het woordgebruik tijdens het vertellen van blije dus positieve herinneringen onderzocht waaraan tevoren nog weinig aandacht is besteed (Rusting, 1998; Ekman, 2003; Fredrickson, 2000). Met positieve herinneringen worden bepaalde gebeurtenissen uit het verleden bedoeld waarbij de persoon positieve emoties heeft ervaren zoals vreugde, interesse, tevredenheid of liefde en niet gestoord wordt door negatieve emoties zoals angst, verdriet, woede en wanhoop (Fredrickson, 2001). Volgens Fredrickson (2001) hebben positieve emoties op de psychologische ontwikkeling en de fysieke gezondheidstoestand op lange termijn een positieve invloed. Positieve emoties zijn motiverend en gekoppeld aan een uitgebreide omvang van aandacht, cognitie en acties. Verder verbeteren deze emoties het oplossen van problemen en bevorderen deze het flexibel denken (Parker, 2006). De bedoeling is om te weten te komen hoe deze emoties in het spraakgebruik ofwel patronen van woordgebruik worden gereflecteerd omdat het woordgebruik psychologische informatie kan vertonen die niet direct te herkennen is. Het taalgebruik kan een aantrekkelijk en subtiele diagnostische markering zijn (Pennebaker et al., 2002). Daarnaast kunnen de herinneringen aan positieve gebeurtenissen makkelijker worden opgehaald en met meer intensiteit in vergelijking met herinneringen aan negatieve gebeurtenissen. Verder voorspelt de intensiteit met die de herinnering wordt opgehaald het langtermijn geheugen (Talarico, Labar, & Rubin, 2004).

### **Verbale expressie en woordgebruik**

Communicatie betekent zich tegenover een persoon verbaal uit te spreken en tegelijk verbale mededelingen van een gesprekspartner op te nemen. Onder verbale communicatie of verbale expressie verstaan we alles wat door middel van woorden kan worden uitgedrukt. De woorden die mensen in het dagelijks leven gebruiken weerspiegelen wie ze zijn en de sociale relaties die ze met anderen hebben. Taal is de meest voorkomende en betrouwbare manier voor mensen om hun interne gedachten en emoties in een vorm te vertalen die andere kunnen begrijpen. De woorden die in het dagelijks leven worden gebruikt, weerspiegelen waaraan we aandacht besteden, waarover we denken, wat we proberen te vermijden, hoe we ons voelen en hoe we onze wereld organiseren en analyseren (Tausczik & Pennebaker, 2010). Woordgebruik blijkt een belangrijke indicator van emoties te zijn en zou dus een alternatief voor een zelfrapportage kunnen zijn (Kahn, Tobin, Massey, & Anderson, 2007). De kenmerken van taal deden in de afgelopen halve eeuw toenemende populariteit op maar de taal werd al veel vroeger binnen de psychoanalyse onder Freud onderzocht. Jacques Lacan suggereerde al 1968 dat het onbewuste zich doet gelden door middel van taal (Pennebaker, Mehl, & Niederhoffer, 2002). Vooral de sociaal psycholoog James Pennebaker hield zich bezig met de effecten van het ophalen en vertellen van levensgebeurtenissen op het psychisch welbevinden en het lichamenlijk welbevinden (Pennebaker & Keough, 1999; Pennebaker, Mayne, & Francis, 1997). Pennebaker wierf een aantal studenten, welke over stressvolle of negatieve persoonlijke ervaringen moesten vertellen, en kwam tot

de conclusie dat het verwoorden van persoonlijke herinneringen op lange termijn voordelen voor de gezondheid met zich mee brengt (Pennebaker, 1989, Pennebaker & Beall, 1986). Analyses van tekstvoorbeelden toonden aan dat bepaalde patronen van woordgebruik gezondheid kan voorspellen (Pennebaker & Graybeal, 2001). Zo toonde een studie van Kahn et al. (2007) aan dat iemands momentele emotionele ervaring van vermaak en verdriet gerelateerd zijn aan de verbale spreekvaardigheden. De woorden die gebruikt worden om positieve emoties, positieve gevoelens, negatieve emoties en verdriet te uiten verschillen significant tussen momentele ervaringen van verdriet en vermaak. Onderzoek toont aan dat tijdens het vertellen van positieve emoties “positive feeling words” zoals liefde, aardig en schattig, worden gebruikt en tijdens het vertellen van negatieve emoties “negative feeling words” zoals lelijk, pijn worden gebruikt (Kahn et al., 2007). Bovendien zijn er nog verdere woordcategorieën die gebruikt worden tijdens het vertellen van opgedane persoonlijke ervaringen en de erbij opkomende emoties (Tausczik & Pennebaker, 2010). In de huidige studie wordt onderzoek gedaan naar het gebruik van positieve emotie woorden, negatieve emotie woorden, het eerste persoon enkelvoud pronomen en de complexiteit van de taal die uit negatie woorden (bv. geen, niet), causale woorden (bv. omdat, daarom), exclusie woorden (bv. Behalve, zonder) en lidwoorden bestaat.

Het belevend ophalen en praten over positieve herinneringen blijkt een positieve invloed op de levensstevredenheid en het welzijn te hebben (Westerhof et al., 2010). Verder blijkt dat het gebruik van positieve emotie woorden invloed op de gezondheid heeft. Hoe meer positieve emotie woorden gebruikt worden hoe beter is de daaropvolgende gezondheid (Pennebaker, 1997). Ook binnen de psychotherapie is de effectiviteit van deze woorden te zien omdat ze positieve therapeutische resultaten voorspellen. Naast de relatie tussen positieve emotie woorden en gezondheid lijken er ook nog andere relaties te bestaan. Een studie van Sketcher en Pennebaker (2006) toonde de samenhang tussen positieve emotie woorden en de stabiliteit van een liefdesrelatie. Verder werden verwijzingen naar het zelf zoals een vaak gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen “Ik” ook met een verbetering met betrekking tot de gezondheid geassocieerd (Campbell & Pennebaker, 2003). Ondanks deze resultaten is er nog te weinig zekerheid over, hoe herinneringen het best en welke herinneringen precies kunnen worden opgehaald om op deze manier een emotionele toestand en het emotionele functioneren te bevorderen (Westerhof et al., 2010).

### **Persoonlijkheidseigenschappen en de emotionele expressie van herinneringen**

Er is aangetoond dat levensverhalen een rol spelen in de ontwikkeling van de persoonlijkheid en andersom dat de persoonlijkheid een rol speelt bij het construeren van het levensverhaal (McAdams & Pals, 2006). Verder is bewezen dat persoonlijkheidstrekken in verband staan met belangrijke herinneringen uit deze verhalen (Hirsh & Peterson, 2009). Of mensen meer positieve emotionele of meer negatieve gebeurtenissen ervaren hangt met hun persoonlijkheid samen (McAdams, 2009). Twee verschillende mensen zouden hetzelfde verhaal op een compleet andere manier vertellen doordat ze



verschillende woorden en woordvolgorden zouden gebruiken. Deze verschillen in woordgebruik wijzen niet alleen op verschillen in opgedane ervaringen en hun geslacht maar vooral op verschillen in de persoonlijkheid (Pennebaker & Stone, 2003). Persoonlijkheid beschrijft de individualiteit van een persoon, aangezien deze zich door unieke psychische kenmerken onderscheidt van anderen. Deze verschillen zijn interne disposities, zijn stabiel over tijd en situaties en kunnen het gedrag voorspellen (McAdams, 2009). Volgens McCrae en Costa (1995) hebben persoonlijkheidseigenschappen betrekking op individuele verschillen tussen mensen op het gebied van gedachten, gevoelens en gedragingen. Deze twee wetenschappers ontwikkelden een persoonlijkheidsmodel dat een onderverdeling maakt in vijf persoonlijkheidseigenschappen, genaamd the Big Five. Deze vijf eigenschappen zijn: Extraversie (met als tegenovergestelde de eigenschap introversie); neuroticisme; openheid voor ervaringen; nauwgezetheid en vriendelijkheid (McCrae & Costa, 1997). In dit onderzoek ligt de focus op de eigenschappen neuroticisme en extraversie omdat deze twee eigenschappen een sterk verband met verschillende patronen van woordgebruik laten zien. Onderzoek heeft belangrijke relaties tussen de manieren aangetoond waarop persoonlijkheidseigenschappen en motieven gerelateerd zijn aan de manier waarop mensen regelmatig gebeurtenissen uit hun verleden vertellen die ze hebben beleefd (McAdams, 1985; McAdams et al., 2004). Door het vertellen van gebeurtenissen uit het verleden kunnen deze worden verwerkt en beter worden begrepen waarbij stabiele individuele persoonlijkheidseigenschappen een belangrijke rol spelen (Jongedijk, 2007; Rusting, 1998). Stabiele persoonlijkheidseigenschappen predisponeren ertoe informatie te verwerken die congruent is met deze eigenschappen. Mensen die hoog op positieve persoonlijkheidseigenschappen scoren zijn geneigd positieve of aangename gebeurtenissen te herinneren terwijl mensen die hoog scoren op negatieve persoonlijkheidseigenschappen geneigd zijn negatieve of onaangename gebeurtenissen te herinneren (Rusting, 1998).

Er bestaat niet alleen een samenhang tussen persoonlijkheid en de aard van herinnering die wordt opgehaald maar ook een samenhang tussen persoonlijkheid en spraakgebruik ofwel patronen van woordgebruik die al eerder zijn beschreven. Dat betekent dat mensen met verschillende persoonlijkheidseigenschappen verschillende patronen van woordgebruik laten zien. Bijvoorbeeld blijkt dat tijdens het vertellen van opgedane ervaringen, extraverte mensen meer positieve emotie woorden gebruiken en neurotische mensen meer negatieve emotie woorden gebruiken (McAdams, 2009). Verder toonde onderzoek aan dat de psychologische interpretatie van een aantal bepaalde woordcategorie overeenkomt met de definitie van persoonlijkheid. Het aantal spiegelt het maat weer in hoeverre dit categorie is belangrijk voor de spreker (Fast & Funder, 2008). Daarnaast toonden een aantal studies belangrijke relaties tussen woord gebruikspatronen ofwel woordsoorten en de Big Five eigenschappen neuroticisme en extraversie aan (Yarkoni, 2010; Pennebaker & Graybeal, 2001). Verder bestaat er een samenhang tussen de complexiteit van de taal en persoonlijkheidseigenschappen. Complexiteit van de taal wordt hier gedefinieerd door het vaak gebruiken van lidwoorden, causale woorden (bv. omdat, daarom), negaties (geen, niet) en exclusie woorden (bv. behalve, zonder). Vooral

negaties wijzen op de complexiteit van de taal (Oevermann, 1973). Het is aangetoond dat bij iedereen de complexiteit van de taal varieert en dat deze verbale complexiteit met toenemende leeftijd niet verandert (Tausczik & Pennebaker, 2010). Mensen die hoog scoren op extraversie zijn volgens onderzoek tijdens het spreken meer vloeiend dan introverte mensen en spreken duidelijk meer (Dewaele & Furnham, 1999; Gill & Oberlander, 2002).

*Extraversie:* Mensen die hoog scoren op Extraversie zijn open, sociaal, energiek en vinden het leuk om tijd met andere mensen door te brengen. Extraverte mensen ervaren meer positieve emotionele gebeurtenissen en vermelden een hoger niveau van geluk en tevredenheid en dus van positieve herinneringen (McAdams, 2009). Extraversie correleert positief met het gebruik van positieve emotie woorden en negatief met het gebruik van negatieve emotie woorden (Pennebaker & King, 1999). Verder werd door onderzoek vastgesteld dat extraverte mensen in tegenstelling tot meer introverte mensen geen voorkeur voor verwijzingen naar henzelf hebben dus geen vaal gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen vertonen. Ook gebruikt een extraverte persoon eerder woorden die naar andere personen verwijzen (Gill & Oberlander, 2002). Verder zijn mensen die hoog scoren op extraversie volgens onderzoek tijdens het spreken meer vloeiend dan introverte mensen en spreken duidelijk meer (Dewaele & Furnham, 1999; Gill & Oberlander, 2002). De wetenschapper Pennebaker en King (1999) toonden aan dat extraverte mensen een minder complexe taal gebruiken. De studie van Nguyen, Phung, Adams en Venkatesh (2011) toonde tegenstrijdige resultaten met betrekking tot de complexiteit van de taal. Ze veronderstelden dat mensen die hoog scoren op extraversie een meer complexe taal gebruiken. Om duidelijkheid over extraversie en het maat van complexiteit van de taal te krijgen wordt in dit studie gekeken hoe complex de taal van extraverte mensen daadwerkelijk is. Daarnaast wordt exploratief gekeken of er een verband tussen neuroticisme en de complexiteit van de taal bestaat.

*Neuroticisme:* Neurotische mensen tonen een emotionele instabiliteit, ervaren meer negatieve emotionele gebeurtenissen en meer stress. Ze zijn geneigd tot vermijding en tonen slechte copingstrategieën en vermelden dus meer negatieve herinneringen en expressies van droefheid en verdriet dan mensen die hoog op extraversie scoren (McAdams, 2009; McAdams et al, 2004). Neuroticisme correleert positief met het gebruik van negatief emotie woorden en negatief met het gebruik van positief emotie woorden. Verder wordt een neurotisch persoon gekenmerkt door een frequent gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen ("Ik") wat is consistent met de idee dat een overmatig gebruik van dit voornaamwoord een hoge mate van zelfbetrokkenheid representeert (Pennebaker & King, 1999). Mensen die vaak gebruik maken van verwijzingen naar het zelf zoals het eerste persoon enkelvoud pronomen ("Ik") zijn steeds op zich zelf gefixeerd en vertonen dus een hoog maat van zelf focus en aandacht voor zichzelf en zijn ongebonden (Fast & Funder, 2008; Davis & Brock, 1975; Sketcher & Pennebaker, 2006; Schubert, 2008). Volgens Fast en Funder (2008) is het zelf erg belangrijk voor individuen die meer gebruik maken van verwijzingen naar het zelf ("Ik").

Het blijkt dat verschillende persoonlijkheidstypen verschillende patronen van woordgebruik tijdens het ophalen en verwoorden van hun eigen herinneringen gebruiken. Zoals eerder aangetoond was het ophalen van herinneringen met betrekking tot psychotherapie al een effectieve methode gebleken. Wat tot nu toe nog onbekend is gebleven is het antwoord op de vraag in hoeverre het effectief is voor de verschillende persoonlijkheidseigenschappen ofwel in hoeverre de effectiviteit varieert (Bohlmeijer et al., 2011). Het is dus belangrijk in deze studie te onderzoeken of mensen met verschillende persoonlijkheidstrekken daadwerkelijk de bepaalde patronen van woordgebruik gebruiken die hierboven zijn beschreven om zeker te kunnen zijn dat binnen de psychotherapie een therapeutische effect wordt behaald. Door de gebruikte woordcategorieën te vergelijken met de daadwerkelijke actuele patronen van woordgebruik die extraverte en neurotische mensen tijdens het vertellen van de herinneringen gebruiken, kan worden achterhaald of er een overlap is met de woorden die moeten vertoond worden om een therapeutische effect te behalen. Er is dus een positief effect waardoor een overlap ontbreekt. Op deze manier kan worden ontdekt in hoeverre mensen met verschillende persoonlijkheidseigenschappen verschillende woorden laten zien die een therapeutische effect vertonen en in hoeverre dit niet het geval is. Zo kan worden ontdekt in hoeverre mensen met verschillende persoonlijkheidseigenschappen op grond van hun verschillend woordgebruik verschillende soorten van therapie nodig hebben en hoe ze het best kunnen worden gesteund. Dit kan een belangrijke aanvulling voor de narratieve therapie of een therapie met narratieve onderwerpen zijn waar het ophalen van persoonlijke herinneringen centraal staat.

### **Onderzoeksvragen**

Op dit moment is het nog onduidelijk wat precies de factor binnen de narratieve interventies is die een positieve effect veroorzaken en in hoeverre persoonlijkheid hiermee samenhangt en de handswijzen beïnvloedt. Dit zal in deze studie nader in kaart worden gebracht wat niet alleen toevoegende waarde aan het onderzoeksthema heeft maar ook voor de praktijk omdat het een bijdrage voor behandelmethoden binnen de psychotherapie kan op leveren.

Daarom worden studenten aan de Universiteit Twente geworven, om aan een experiment deel te nemen waarna ze voor een camera over verschillende emotionele herinneringen vertelden. Hiervoor krijgen ze cue-woorden te zien waarbij ze specifieke herinneringen moeten ophalen en vertellen die ten minste een jaar geleden waren. De proefpersonen moesten twee blij herinneringen ophalen en drie neutrale herinneringen. Deze neutrale herinneringen fungeerden hier als controle groep. Zo kan een verschil worden getrokken tussen de blij en de neutrale herinneringen om meer betrouwbare uitspraken over het woordgebruik te kunnen maken. Aan het eind van het experiment moeten de proefpersonen de NEO-FFI (Neuroticism Extraversion Openness Five Factor Inventory) persoonlijkheidsvragenlijst invullen. In deze studie wordt, zowel het woordgebruik tijdens het

vertellen van de herinneringen en de erbij opkomende emoties onderzocht als het verband tussen dit woordgebruik met betrekking tot verschillende woordcategorieën en het verband met persoonlijkheid.

Voor dit onderzoek is de volgende hoofdonderzoeksvraag opgesteld:

*“Wat is de samenhang tussen persoonlijkheidseigenschappen en de verbale expressie van emoties tijdens het ophalen van blije herinneringen en in hoeverre speelt de complexiteit van de taal een rol?”*

Gebaseerd op de eerder beschreven wetenschappelijk informatie kan er worden geconcludeerd dat het ophalen van persoonlijke herinneringen over de eigen identiteit samenhangt met persoonlijkheid en dat er een relatie bestaat tussen persoonlijkheidseigenschappen en verbale emotionele expressie. Door het vinden van een antwoord op de onderzoeksvraag zal deze relatie nader verklaart en toegelicht kunnen worden.

Om de hoofdvraag zo nauwkeurig mogelijk te beantwoorden, zijn er 4 deelvragen opgesteld:

1) *“In hoeverre is er een verband tussen persoonlijkheidseigenschappen en het gebruik van positieve en negatieve emotiewoorden tijdens het ophalen van blije herinneringen?”*

Op basis van bovenstaande literatuur kunnen de volgende hypothesen worden geformuleerd:

- Mensen die hoog op neuroticisme scoren gebruiken meer negatieve emotie woorden dan mensen die minder hoog op neuroticisme scoren.
- Mensen die hoog op extraversie scoren gebruiken meer positieve emotie woorden dan mensen die minder hoog op extraversie scoren.

2) *“In hoeverre is er een verband tussen persoonlijkheidseigenschappen en het gebruik van pronomen tijdens het ophalen van blije herinneringen?”*

Op basis van bovenstaande literatuur en volgens de onderzoeker kunnen de volgende hypothesen worden geformuleerd:

- Mensen die hoog op neuroticisme scoren, maken frequenter gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen tijdens het ophalen van blije herinneringen dan mensen die minder hoog op neuroticisme scoren.
- Mensen die hoog op extraversie scoren, maken minder frequent gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen tijdens het ophalen van blije herinneringen dan mensen die minder hoog op extraversie scoren.

3) *“In hoeverre hangt de persoonlijkheid samen met de complexiteit van de taal tijdens het ophalen van blije herinneringen?”*

Zoals in de inleiding vermeldt bestaat de complexiteit van de taal uit vier verschillende woordcategorieën: negatie woorden, causale woorden, exclusie woorden en lidwoorden. Een hoog aantal van deze woorden tijdens het spreken toont een complexe taal aan. Voor de analyse wordt door de opsomming van de vier categorieën de variabele “complexiteit van taal” gemaakt.

Op basis van bovenstaande literatuur en volgens de onderzoeker kunnen de volgende hypothesen worden geformuleerd:

- Mensen die hoog op extravertie scoren vertonen een minder complex taalgebruik tijdens het ophalen van blije herinneringen dan mensen die minder hoog op extravertie scoren.
- Mensen die hoog op neuroticisme scoren vertonen een meer complex taalgebruik tijdens het ophalen van blije herinneringen dan mensen die minder hoog op neuroticisme scoren.

4) *“Is er een verschil tussen het ophalen positieve en neutrale herinneringen met betrekking tot het gebruik van positieve en negatieve emotie woorden?”*

De neutrale herinneringen zijn in deze studie de controle groep. Zo wordt gekeken of tussen de experimentele groep (de blije herinneringen) en de controle groep een significant verschil bestaat. De volgende opgestelde exploratieve hypothesen luiden:

- Er is een verschil tussen het ophalen van positieve en neutrale herinneringen met betrekking tot het gebruik van positieve en negatieve emotie woorden.
- Er is geen verschil tussen het ophalen van positieve en neutrale herinneringen met betrekking tot het gebruik van positieve en negatieve emotie woorden.

## **Methode**

### **Participanten**

In totaal deden er 35 proefpersonen aan het onderzoek mee diens demografische gegevens in Tabel 1 zijn weergegeven (leeftijd  $M = 23,14$ ;  $SD = 3,05$ ; geslacht: 42,9 % vrouwen). De proefpersonen werden in april en mei 2014 via persoonlijk contact en Sona Systems van de UT geworven. Dit is een website waar verschillende onderzoeken en experimenten worden gerepresenteerd en personen inclusie studenten zich vrijwillig als proefpersoon voor een onderzoek kunnen aanmelden. Een eis voor het meedoen aan het onderzoek was Nederlands als moedertaal, dit om er zeker van te zijn dat bij het woordengebruik van de proefpersonen geen bias inzit. Personen die het Nederlands niet voldoende beheersen hebben een beperkte woordenschat en gebruiken dus minder woorden. Bij het onderzoek is het echter van groot belang dat de proefpersonen geen moeite bij het spreken hebben en genoeg woorden hebben om dingen gedetailleerd te kunnen beschrijven. Een

tweede eis was een minimumleeftijd van 18. Naast het proefpersonenpoel Sona Systems voor de Universiteit Twente werden de participanten uit persoonlijke kringen benaderd. Uiteindelijk waren het studenten van de Universiteit Twente en de Saxion University of Applied Sciences Enschede. Dus wordt hierbij gebruik gemaakt van de convenience sample, een aselechte steekproef techniek waarbij respondenten worden geselecteerd op hun makkelijke bereikbaarheid en nabijheid. Hiervoor wordt gekozen vanwege het korte tijdsbestek en het gemak van de uitvoering.

Tabel 1. *Demografische Gegevens van de Participanten*

<b>Demografische variabelen</b>	N	%
<b>Aantal proefpersonen</b>	35	-
<b>Gemiddelde leeftijd</b>	23,14 (SD = 3,05)	-
<b>Geslacht</b>		
Man	20	57,1
Vrouw	15	42,9
<b>Studie</b>		
GW	16	53,3
Techniek	11	36,6
MB	3	09,9

**Procedure**

De geworven proefpersonen kwamen voor het experiment in het onderzoekslab. Voordat het onderzoek begon, werden de proefpersonen begroot en hebben ze de geïnformeerde toestemming ondertekend. In dit document werd de proefpersoon geïnformeerd over de deelname en het doel van dit onderzoek. Hierbij werd duidelijk gemaakt dat de data anoniem verwerkt zou worden, niet aan andere mensen gegeven zou worden en het onderzoek afhankelijk van de proefpersoon een tot anderhalf uur duurde. Daarnaast kreeg de proefpersoon een algemene uitleg en instructies wat het onderzoek inhield. Vervolgens werd de camera en de videorecorder aangezet.

Het onderzoek bestaat uit twee delen. In het eerste deel van het onderzoek begint de proefpersoon met de qualtrics vragenlijst die leiding geeft voor het huidige onderzoek. De proefpersoon kreeg door qualtrics verschillende cue-woorden te zien. Bij elke cue-woord werd een specifieke herinnering opgehaald en beschreven. Er waren in het totaal acht herinneringen (heel kalm 2x, heel verdrietig 2x, heel boos 2x, heel blij 2x). Verder waren er nog drie tussenoefeningen, zoals de beschrijving van de weg van het huis van de proefpersoon tot het onderzoekslab, de beschrijving van de keuken en de woonkamer van de proefpersoon. De neutrale beschrijvingen zijn belangrijk om het

woordgebruik in emotionele herinneringen met neutrale beschrijvingen te kunnen vergelijken. Ze zijn daarom een control conditie. Na elke herinnering werd de proefpersoon gevraagd deze te beoordelen. De proefpersoon gaf een titel voor de herinnering aan en hoe lang deze geleden was. Bovendien werd door de participant op een 6-punt-schaal beoordeeld hoe belangrijk, levendig, blij, boos, verdrietig en kalm de herinnering tegenwoordig is. Het onderzoek begon met het eerste cue-woord ‘heel kalm’. De twee herinneringen die hierbij werden opgeroepen waren een oefening voor de proefpersoon. Voordat de proefpersoon met de tweede oefening van heel kalm begon, werd de eerste herinnering beoordeeld. Na de oefening van ‘heel kalm’ en als de participant geen vragen had, verlaten de onderzoekers de ruimte. Verder werd de proefpersoon gevraagd om een beschrijving te geven hoe hij naar het onderzoeksruijme is naartoe gekomen. Vanaf dit moment is de procedure hetzelfde als eerder is beschreven. De proefpersoon kreeg het cue-woord ‘heel verdrietig’ te zien om twee specifieke herinneringen te vertellen en te beoordelen. Daarna gaf de proefpersoon een neutrale beschrijving van zijn keuken. Voor de volgende twee herinneringen werd het cue ‘heel boos’ gegeven. Na de twee herinnering van ‘heel boos’ werden de proefpersonen gevraagd een neutrale beschrijving van de woonkamer te geven. Tot slot kreeg de proefpersoon het cue woord ‘heel blij’ te zien. Na het eerste gedeelte werd de proefpersoon gevraagd zich bij de onderzoeker te melden daarmee de camera en de audio opnameapparatuur kan uitgezet worden.

In het tweede deel van het onderzoek werden de proefpersonen gevraagd om een aantal vragenlijsten te beantwoorden. De eerste vragenlijst ging over de demografische gegevens van elke proefpersoon. De tweede en derde vragenlijst waren de TAS (Toronto Alexithymia Scale-20) en de RFS (Reminiscence Functions Scale). De laatste vragenlijst die afgenomen werd was de NEO-FFI (Neuroticism Extraversion Openness Five Factor Inventory) een verkorte versie van de revisie van de Neuroticism Extraversion Openness Personality Inventory van Costa & McCrae (NEO-PI-R).

Het huidige onderzoek was een onderdeel van een grotere onderzoek. Dit onderzoek keek naar de variabelen verbale expressie van emoties en het samenhang met persoonlijkheid, lichaamsbewegingen, de mate van alexithymie (gemeten door de TAS) en het omgaan met herinneringen (gemeten door de RFS). In de huidige studie werd alleen met positieve herinneringen dus de twee blije herinneringen, de drie neutrale herinneringen als controle groep en de twee persoonlijkheideigenschappen neuroticisme en extraversie van de BIG Five gewerkt die met behulp van de NEO-FFI werden gemeten.

### **Meetinstrumenten**

De onderzoek variabelen zijn met de volgende vragenlijsten en programma’s verkregen:

*Qualtrics vragenlijst:* Qualtrics software is een website die gebruikers in staat stelt om verschillende soorten van online dataverzameling te doen. Met behulp van de functies van dit website

werd zelf een survey geconstrueerd die leiding geeft voor het huidig onderzoek en de proefpersonen door het heel experiment voerde.

*Stem:* De stem van de proefpersonen werd met behulp van een voicerecorder van de merk Philips opgenomen. De voicerecorder lag op een tafel naast de proefpersoon zodat de recorder de stem hardop en duidelijk kon opnemen.

*Persoonlijkheidseigenschappen:* De persoonlijkheidseigenschappen van de verschillende participanten zijn onderzocht met de NEO-FFI (Neuroticism Extraversion Openess Five Factor Inventory) Persoonlijkheidsvragenlijst (zie Bijlage 1). Deze Nederlandstalige vragenlijst van Hoekstra, Ormel & de Fruyt is een verkorte versie van de revisie van de Neuroticism Extraversion Openess Personality Inventory van Costa & McCrae (NEO-PI-R). De NEO-FFI meet de persoonlijkheidseigenschappen aan de hand van de BIG Five: Neuroticisme, Extraversie, Openheid voor ervaringen, Vriendelijkheid, Nauwgezetheid. Met behulp van 60 verschillende items is een goede beoordeling van de 5 domeinen van de persoonlijkheid mogelijk. Deze 60 items zijn in gelijk aantal de vijf schalen toegewezen. Elk schaal ofwel elk domein houdt 12 items in. Bij elk item wordt via een vijfpuntenschaal gevraagd in hoeverre de testpersoon eens met de stelling is. Voor elke persoonlijkheidsdomein wordt de ruwe score berekend doordat de score van elk item bij elkaar wordt opgeteld om achteraf de berekende scores in genormeerde score te kunnen omzetten. Hoe hoger de score hoe hoger de indicatie voor het persoonlijkheidseigenschap (Goldberg et al., 2006). In het huidig onderzoek werd alleen met de neuroticisme schaal en met de extraversie schaal gewerkt. De NEO-FFI bleek betrouwbaar, valide en bruikbaar in een groot aantal van contexten en culturen (McCrae & Costa, 2003). De betrouwbaarheid van de Nederlandse versie van de vragenlijst is volgens COTAN voldoende. Dit was voor de neuroticisme schaal .84 ( $\alpha$ ) en voor de extraversie schaal .81 ( $\alpha$ ). De begripsvaliditeit is volgens COTAN voldoende en de criteriumvaliditeit is onvoldoende. De betrouwbaarheid voor de huidige studie is voor de neuroticisme schaal .86 ( $\alpha$ ) en voor de extraversie schaal .79 ( $\alpha$ ). De negatief geformuleerde items zijn hiervoor omgeschaald.

*Woordgebruik:* Het woordgebruik van de proefpersonen word met behulp van het Nederlandse Linguistic Inquiry and Word Count (LIWC) 2007 geanalyseerd. De LIWC is een computerprogramma om teksten te analyseren welk oorspronkelijk wordt ontwikkeld binnen de context van de werk van Pennebaker met betrekking tot emotioneel schrijven (Pennebaker & Francis, 1996, Pennebaker et al. 1997). Het programma berekent de mate waarin mensen gebruik maken van verschillende categorieën van woorden. Nadat de verhalen van de proefpersonen zo nauwkeurig mogelijk worden getranscribeerd, kan worden bepaald in hoeverre in de tekst gebruik wordt gemaakt van positieve of negatieve emoties, verwijzingen naar het zelf, causale woorden en 70 andere taal dimensies. Voor dit studie werden alleen de woordcategorieën: positieve emoties, negatieve emoties, eerste persoon



enkelvoud pronomen, negatie woorden, causale woorden, exclusie woorden en lidwoorden gebruikt. In Tabel 3 zijn de gemiddelde waarden weergegeven als percentages en als aantal. Alle statistische analyses werden met het aantal uitgevoerd. Het Nederlandse LIWC – woordenboek is een valide instrument dat goed kan worden gebruikt voor de Nederlandse taal in onderzoek met betrekking tot de expressie van emoties en andere verbale expressie (Zijlstra, van Middendorp, Meerveld, & Geenen, 2005). De betrouwbaarheid voor de huidige studie is voor de woordcategorieën positieve emotie woorden .78 ( $\alpha$ ), voor negatieve emotie woorden 0.32 ( $\alpha$ ), voor het eerste persoon enkelvoud pronomen .83 ( $\alpha$ ), voor negatie woorden 0.83 ( $\alpha$ ), voor causale woorden .45 ( $\alpha$ ), voor exclusie woorden .58 ( $\alpha$ ) en voor lidwoorden .69 ( $\alpha$ ).

### **Statistische analyse**

Voor de verdere analyse van de verkregen linguïstische gegevens met behulp van het LIWC programma werden deze overdragen naar het programma Statistical Program for Social Sciences (SPSS) versie 20.0. Ten behoeve van deze studie zijn alleen de woordcategorieën betrokken die relevant zijn voor de opgestelde hypothesen. Er waren vijf proefpersonen die meer dan twee standaarddeviaties van de relevante variabelen vandaan lagen en dus uitschieters waren. Deze vijf uitschieters werden echter niet verwijderd omdat het goed mogelijk is extreem te scoren met betrekking tot neuroticisme, extraversie en het woordgebruik. Verder waren er “missing values” die zijn ontstaan omdat enige proefpersonen sommige herinneringen niet hebben verteld. Aan de hand van de Kurtosis en Skewness toets is nagekeken of de onderzoeksvariabelen normaal verdeeld zijn. Hieruit blijkt dat alle onderzoeksvariabelen behalve de variabele van het gebruik van negatieve emotie woorden normaal zijn verdeeld. Gezien het feit is aan de hand van de Spearman rangcorrelatiecoëfficiënt onderzocht of er correlaties tussen de patronen van taalgebruik en de twee persoonlijkheidstrekken extraversie en neuroticisme van de Big Five bestaan. Hiermee werd de eerste, de tweede en de derde deelvraag beantwoord die telkens betrekking hebben op het verband tussen de twee persoonlijkheidseigenschappen en het gebruik van positieve en negatieve emotie woorden, pronomen en de complexiteit van de taal. De sterkte van de correlaties werd met behulp van de schaal van Cohen beoordeeld. Om in deelvraag drie met de complexiteit van de taal te werken, werden de woordcategorieën negatie woorden, causale woorden, exclusie woorden en lidwoorden opgesomd en werd er een variabele van gemaakt. Van deze variabele werd de gemiddelde score berekend.

Gezien het feit dat in de eerste drie deelvragen alleen met positieve dus met blijde herinneringen werd gewerkt, werden allen de gegevens van deze twee herinneringen verdeeld in een variabele voor de eerste en in een variabele voor de tweede blijde herinnering. Dit had betrekking op alle variabelen van de verschillende woordcategorieën. Daarnaast werd de totaal waarde van de twee herinneringen voor elke variabele van de verschillende woordcategorieën berekend. Om de gegevens adequaat te analyseren werd de eerste blijde herinnering met behulp van de eenzijdige Wilcoxon toets met de tweede blijde herinnering vergeleken om te kijken of er significante verschillen bestaan. Deze

toets werd gebruikt omdat niet alle variabelen normaal verdeeld zijn wat was onderzocht met de Kurtosis en Skewness toets. Verder werd het gemiddelde van de intensiteit van de twee blijde herinneringen berekend om meer erover te kunnen zeggen hoe blij de herinneringen tegenwoordig voor de proefpersonen nog zijn. Bovendien werd het gemiddelde van de betekenis van de twee blijde herinneringen berekend.

Om de vierde deelvraag te beantwoorden werd telkens de totaal waarde van de drie neutrale herinneringen en de twee blijde herinneringen met betrekking tot positieve en negatieve emotie woorden berekend. Daarnaast werden deze twee totaal waarden met elkaar vergeleken om te kijken of er een significante verschil bestaat. Gezien dat niet alle variabelen normaal verdeeld zijn wat was eveneens onderzocht met de Kurtosis en Skewness toets, werd hier opnieuw de eenzijdige Wilcoxon toets gebruikt. De neutrale herinneringen fungeerden hier als een controle conditie.

## Resultaten

In de onderstaande Tabel 2 zijn de gemiddelden en de standaarddeviaties van de verschillende relevante LIWC categorieën en de twee persoonlijkheidseigenschappen van de Big Five extraversie en neuroticisme berekend. De gemiddelde waarden van de LIWC woordcategorieën zijn als aantal en percentages weergegeven. Tijdens het ophalen van de blijde herinneringen waren gemiddeld 6.56% van de gebruikte woorden positieve emotie woorden en 3.12% negatieve emotie woorden. Verder waren gemiddeld 13.05% van de woorden pronomen van het eerste persoon enkelvoud, 10.59% nam de complexiteit van de taal in, 13.05% van de woorden waren negaties, 2.41% waren causale woorden, 11.89% waren exclusie woorden en 14.99% waren lidwoorden. Verder bleek dat met betrekking tot de blijheid en de betekenis van de herinneringen tussen de eerste herinnering met een gemiddelde van  $M = 5.14$  ( $SD = 5.88$ ) en  $M = 5.03$  ( $SD = 5.99$ ) en de tweede herinnering met een gemiddelde van  $M = 4.23$  ( $SD = 1.06$ ) en  $M = 4.31$  ( $SD = 1.35$ ) nauwelijks een verschil was. De proefpersonen toonden gemiddeld een staniene van 5.37 voor neuroticisme en een staniene van 5.63 voor extraversie.

Tabel 2. *Gemiddelde, Standaarddeviatie en Aantal van de LIWC Categorieën en de Persoonlijkheidstrekken Extraversie en Neuroticisme*

	<b>M (%)</b>	<b>SD</b>	<b>Minimum</b>	<b>Maximum</b>
<b>LIWC Woordcategorieën</b>				
Positieve emotie woorden	16.34 (6.56)	7.65	1.00	33.00
Negatieve emotie woorden	6.34 (3.12)	3.75	1.01	22.01
Eerste persoon enkelvoud pronomen	36.02 (13.05)	22.98	4.01	84.00
Complexiteit van taal	118.68 (10.59)	51.68	35.01	234.97
Negatie woorden	36.02 (13.05)	22.98	4.01	84.00
Causale woorden	07.06 (2.41)	4.74	0.00	18.00
Exclusie woorden	33.91 (11.89)	15.22	9.99	68.00
Lidwoorden	41.68 (14.99)	20.83	9.01	97.03
<b>Beoordeling herinnering</b>				
Blijheid totaal	5.08	0.73	3.50	6.00
Blijheid eerste herinnering	5.14	0.88	2.00	6.00
Blijheid tweede herinnering	5.03	0.99	3.00	6.00
Betekenis totaal	4.27	0.97	2.50	6.00
Betekenis eerste herinnering	4.23	1.06	2.00	6.00
Betekenis tweede herinnering	4.31	1.35	2.00	6.00
<b>Persoonlijkheidseigenschappen</b>				
Neuroticisme	5.37	2.05	2.00	10.00
Extraversie	5.63	1.93	0.00	9.00

**Deelvragen**Tabel 3. *Verbanden tussen de Big Five Persoonlijkheidstrekkken en de LIWC Categorieën*

<b>LIWC categorie</b>	<b>Neuroticisme</b>	<b>Extraversie</b>
Positieve emotie woorden	.134	- .046
Negatieve emotie woorden	.007	- .225
Eerste persoon enkelvoud pro.	<u>.473**</u>	- .331
Complexiteit van taal	<u>.422*</u>	- .223
Negatie woorden	<u>.473**</u>	- .158
Causale woorden	.237	- .168
Exclusie woorden	<u>.406*</u>	- .16
Lidwoorden	.136	- .07

\*\* = correlatie is significant op het 0.01 level (2-tailed), \* = correlatie is significant op het 0.05 level (2-tailed)

**Deelvraag 1:** “*In hoeverre hangt persoonlijkheid samen met het gebruik van positieve en negatieve emotie woorden bij het ophalen van blijde herinneringen?*”

Met behulp van een correlatieanalyse met de Spearman rangcorrelatiecoëfficiënt is gekeken of er positieve ofwel negatieve samenhangen tussen extraversie en neuroticisme en positieve ofwel negatieve emotie woorden bestaan. De correlaties zijn opgenomen in Tabel 3. Het blijkt dat het persoonlijkheidstrek neuroticisme niet significant met het gebruik van negatieve emotie woorden samenhangt ( $.01; p = .97$ ) en verder ook niet significant met het gebruik van positieve emotie woorden samenhangt ( $.13; p = .48$ ). Verder is er geen significante samenhang tussen extraversie en het gebruik van positieve emotie woorden ( $-.05; p = .81$ ) en extraversie en het gebruik van negatieve emotie woorden ( $-.23; p = .23$ ) gevonden. Verder bleek met behulp van de eenzijdige Wilcoxon toets dat tussen de eerste blij herinnering en de tweede blijde herinnering geen significante verschil met betrekking tot het gebruik van positieve emotie woorden ( $Z = -.52; p = .6$ ) en negatieve emotie woorden ( $Z = -1.15; p = .25$ ) was.

Op basis van de verzamelde literatuur is de hypothese geformuleerd dat neuroticisme positief samenhangt met het gebruik van woorden die negatieve emoties uitdrukken. Verder is de hypothese opgesteld dat extraversie positief met het gebruik van woorden die positieve emoties uitdrukken samenhangt. Beide hypothesen moeten in dit onderzoek worden verworpen.

**Deelvraag 2:** *“In hoeverre is er een verband tussen persoonlijkheidseigenschappen en het gebruik van pronomen tijdens het ophalen van blij herinneringen?”*

Door een correlatieanalyse met de Spearman rangcorrelatiecoëfficiënt is onderzocht of er positieve ofwel negatieve samenhangen tussen extraversie en neuroticisme en het eerste persoon enkelvoud pronomen bestaan. De correlaties zijn opgenomen in Tabel 3. Het is aangetoond dat neuroticisme een significante positieve samenhang met het gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen heeft (.47;  $p < .01$ ). Verder is aangetoond dat extraversie geen significante samenhang met het gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen heeft (-.33;  $p = .07$ ). Met behulp van de Wilcoxon toets bleek dat tussen de eerste blij herinnering en de tweede blij herinnering geen significante verschil met betrekking tot het gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen was ( $Z = -.82$ ;  $p = .41$ )

Op basis van eerder uitgevoerd onderzoek werd de hypothese opgesteld dat mensen die neurotisch zijn frequenter gebruik maken van het eerste persoon enkelvoud pronomen tijdens het ophalen van blij herinneringen dan mensen die minder neurotisch zijn. Deze hypothese is aangenomen. De tweede hypothese met betrekking tot de tweede deelvraag stelde dat mensen die extravert zijn minder frequent gebruik maken van het eerste persoon enkelvoud pronomen tijdens het ophalen van blij herinneringen dan mensen die minder extravert zijn. Deze hypothese is in dit onderzoek niet bevestigd.

**Deelvraag 3:** *“In hoeverre hangt de persoonlijkheid samen met de complexiteit van de taal tijdens het ophalen van blij herinneringen?”*

Aan de hand van een correlatieanalyse met de Spearman rangcorrelatiecoëfficiënt is gekeken of er positieve ofwel negatieve verbanden tussen extraversie en neuroticisme en de complexiteit van de taal bestaan. Deze complexiteit bestaat uit het vaak gebruik van negatie woorden, causale woorden, exclusie woorden en lidwoorden. De correlaties zijn opgenomen in Tabel 3. Het blijkt dat het persoonlijkheidstrekk neuroticisme positief samenhangt met de variabel complexiteit van de taal (.42;  $p < .05$ ). Binnen deze variabel zijn er een verdere significante samenhangen tussen neuroticsime en het gebruik van exclusie woorden (.41;  $p < .05$ ) en het gebruik van negatie woorden (.47;  $p < .01$ ) gevonden. Er bestaan geen significante verbanden tussen neuroticisme en het gebruik van causale woorden (.24;  $p = .21$ ) en het gebruik van lidwoorden (.14;  $p = .47$ ). Tussen het persoonlijkheidstrekk extraversie en de complexiteit van de taal is geen significante samenhang aangetoond (-.22;  $p = .24$ ). Binnen de deze variabel bestaat er geen significante samenhang tussen extraversie en negatie woorden (-.16;  $p = .07$ ), causale woorden (-.17;  $p = .4$ ), exclusie woorden (-.16;  $p = .4$ ) en lidwoorden (-.07;  $p = .71$ ). Verder bleek met behulp van de eenzijdige Wilcoxon toets dat tussen de eerste blij herinnering en de tweede blij herinnering geen significante verschil met betrekking tot het gebruik van negatie

woorden ( $Z = -.82; p = .41$ ), causale woorden ( $Z = -1.34; p = .18$ ), exclusie woorden ( $Z = -1.85; p = .06$ ) en lidwoorden ( $Z < 0; p = 1.0$ ) was.

Op basis van literatuur en volgens de onderzoeker werd de hypothese opgesteld dat extraverte mensen een minder complex taalgebruik vertonen dan minder extraverte mensen tijdens het ophalen van blij herinneringen. Deze eerste hypothese is niet bevestigd. De tweede hypothese die werd geformuleerd stelt dat neurotische mensen een meer complex taalgebruik vertonen dan minder neurotische mensen tijdens het ophalen van blij herinneringen kan worden aangenomen.

**Deelvraag 4:** *“Is er een verschil tussen het ophalen positieve en neutrale herinneringen met betrekking op het gebruik van positieve en negatieve emotie woorden”?*

Met behulp van de eenzijdige Wilcoxon toets is gekeken of er een verschil tussen de neutrale dus de blij herinneringen als experimentele groep en de neutrale herinneringen als controle groep bestaat. De resultaten zijn opgenomen in Tabel 4. Het is aangetoond dat er een significant verschil tussen de experimentele groep en de controle groep was met betrekking tot het gebruik van negatieve emotie woorden ( $Z = -4.49; p < .00$ ). Daarnaast bleek dat er significant verschil tussen de experimentele groep en de controle groep was met betrekking tot het gebruik van positieve emotie woorden ( $Z = -5.08; p < .00$ ). Het gebruik van woorden die negatieve emoties uitdrukken is significant hoger bij blij herinneringen ( $M = 6.34$ ) dan bij neutrale herinneringen ( $M = 2.06$ ). Wat woorden betreft die positieve emotie uitdrukken, is het gebruik bij blij herinneringen ( $M = 16.34$ ) hoger dan bij neutrale herinneringen ( $M = 3.63$ ).

Het is exploratief de hypothese opgesteld dat er geen verschil tussen de blij (experimentele groep) en de neutralen herinneringen (controle groep) bestaat wat het gebruik van emotie woorden betreft. Deze hypothese is bevestigd. Verder is de hypothese geformuleerd dat er wel een verschil bestaat tussen de blij (experimentele groep) en de neutrale herinneringen (controle groep) bestaat. Deze hypothese is niet aangenomen.

Tabel 4. *Uitkomsten Wilcoxon toets. Vergelijk tussen Blijde en Neutrale Herinneringen*

	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>Range</b>	<b>Z</b>	<b>p</b>
<b>Neg. emotie woorden</b>					
Totaal blijde herinneringen	6.34	3.75	21.00	-4.49	<u>.00**</u>
Totaal neutrale herinneringen	2.06	2.91	13.98		
<b>Pos. emotie woorden</b>					
Totaal blijde herinneringen	16.34	7.65	32.00	-5.08	<u>.00**</u>
Totaal neutrale herinneringen	3.63	4.15	17.03		

\*\* = significant op het < 0.01 level

## Discussie

Mensen vertellen voortdurend verhalen over zichzelf en hun sociale omgeving. Er worden gebeurtenissen, ervaringen en emoties uit het verleden met medemensen gedeeld en op deze manier in het persoonlijk verhaal geïntegreerd en worden dus een deel van de eigen identiteit. Het blijkt dat het vertellen van de eigen verhalen positieve effecten op de gezondheid heeft en dus ook binnen de psychotherapie wordt gebruikt. Uit eerder onderzoek blijkt dat de linguïstische stijl of de patronen van woordgebruik tijdens het vertellen van persoonlijke herinneringen en emoties de persoonlijkheid reflecteren. In dit onderzoek was het onder ander doel deze samenhang tussen persoonlijkheid en de verschillende patronen van woordgebruik te onderzoeken.

In eerder onderzoek is er al deze samenhang tussen woordgebruik en persoonlijkheid onderzocht. Echter is er weinig literatuur met betrekking tot het woordgebruik tijdens het ophalen van positieve herinneringen en de erbij opkomende emoties te vinden. Er is meer onderzoek naar negatieve emoties gedaan. Daarom blijkt het van belang te zijn om het ophalen van deze positieve herinneringen en de erbij opkomende emoties te onderzoeken.

De opgestelde onderzoeksvraag in dit onderzoek was:

*“Wat is de samenhang tussen persoonlijkheid en de verbale expressie van emoties tijdens het ophalen van blije herinneringen en in hoeverre speelt de complexiteit van de taal een rol?”*

Om deze vraag zo precies en uitgebreid mogelijk te beantwoorden, zijn er vier deelvragen geformuleerd. De resultaten die tijdens de statistische analyse zijn opgekomen, laten zien dat sommige categorieën van woordgebruik gerelateerd zijn aan persoonlijkheid en sommige hiervan in voorafgaand onderzoek zijn overzien. Deze bevindingen en mogelijke verklaringen worden in het volgende deel besproken en toegelicht. Hierbij wordt niet alleen op het verwerpen ofwel het bevestigen van enkele hypothesen van de drie deelvragen gereflecteerd maar ook op niet verwachte en duidelijk opvallende inzichten.

### **Verband tussen persoonlijkheid en het gebruik van emotie woorden**

De resultaten die zijn gevonden met betrekking tot de verbanden tussen persoonlijkheid en het gebruik van positieve en negatieve emotie woorden waren anders dan verwacht en komen niet overeen met de aangetoonde literatuur.

In de huidige studie is aangetoond dat het gebruik van negatieve emotie woorden niet positief samenhangt met neuroticisme en het gebruik van positieve emotie woorden niet samenhangt met extravertie wat contrasteert met de uitkomsten van de studie van Pennebaker en King (1999) en Cohen et al. (2008). Hier was aangetoond dat neurotische mensen vaak gebruik maken van woorden die negatieve emoties uitdrukken en extraverte mensen vaak woorden laten zien die positieve emoties



uitdrukken. De resultaten van het huidig onderzoek kunnen dit woordgebruik tijdens het ophalen van blije herinneringen niet bevestigen wat heel opvallend blijkt. Deze bevindingen komen helemaal niet overeen met de literatuur en de uitspraken die over extraverte en neurotische mensen kunnen worden gemaakt. Over extraverte mensen is aangetoond dat ze meer positieve emotionele gebeurtenissen ervaren en een hoger niveau van geluk en tevredenheid en van positieve herinneringen vermelden (McAdams, 2009). Over neurotische mensen is aangetoond dat ze meer negatieve emotionele gebeurtenissen en meer stress ervaren en meer negatieve herinneringen en expressies van droefheid en verdriet vermelden. Dit leidt ertoe dat zich deze emotionele ervaringen en gevoelens ook in de taal ofwel in het woordgebruik weerspiegelen. Anders dan verwacht is dit effect van de persoonlijkheid op het woordgebruik niet in het huidig onderzoek te vinden. De persoonlijkheidseigenschappen neuroticisme en extraversie blijken geen verband met het gebruik van emotie woorden te hebben. Een mogelijke verklaring voor de opvallende niet met de literatuur en de uitspraken over neurotische en extraverte mensen overeenkomende bevindingen is dat de proefpersonen bij eerder onderzoek over gebeurtenissen en herinneringen konden spreken over welke ze wilden spreken. Het maakt niet uit of deze gebeurtenissen met blije, verdrietige, boze of kalme emoties verbonden waren. Dit was het geval in de studie van Cohen et al. (2008). In tegenstelling waren de gegevens van de huidige studie allen op het ophalen van positieve (blije) herinneringen en de erbij opkomende emoties gericht. Ook in de studie van Pennebaker & King waren de proefpersonen vrij met betrekking tot de soort herinneringen die ze ophaalden. Deze herinneringen hadden deels betrekking op ervaringen die nauwelijks met emoties waren verbonden.

Om een indruk te krijgen, in welke mate de proefpersonen van de positieve en negatieve emotie woorden überhaupt gebruik hebben gemaakt, werden de aantalen van de woorden met resultaten ten opzichte van het woordgebruik bij het emotioneel schrijven uit eerdere studies vergeleken (deze resultaten zijn te vinden op de website van het LIWC programma). Ten opzichte van deze eerdere studies werden zowel de positieve emotie woorden als de negatieve emotie woorden in de huidige studie vaak gebruikt. Het aantal negatieve emotie woorden blijkt gelijksoortig te zijn. Het aantal van de positieve emotie woorden blijkt echter twee keer zo groot te zijn in vergelijking met eerdere studies. Dit betekent dat het ophalen van blije herinneringen een positief invloed op de gezondheid kan hebben omdat positieve emotie woorden precies dit effect bewerkstelligen (Pennebaker, 1997). Verder is gevonden dat de blije herinneringen gemiddeld nog steeds relatief belangrijk voor de proefpersonen zijn. Daarnaast blijkt de blijheid ofwel de intensiteit van de herinneringen heel hoog te zijn en niet tussen de twee herinneringen te verschillen. Dit komt overeen met de resultaten van Talarico et al. (2004) die aantonen dat de intensiteit van herinneringen aan gebeurtenissen waar de proefpersoon zich blij heeft gevoeld langzamer daalt en dat deze herinneringen beter kunnen worden opgehaald omdat de intensiteit het langtermijn geheugen voorspelt.

De vergelijking tussen de eerste blije en de tweede blije herinnering toonde geen verschil met betrekking tot het gebruik van de positieve en negatieve emotie woorden aan. Zo kan worden uitgesloten dat het bedoeld woordgebruik in de eerste herinnering niet anders was dan in de tweede herinnering en andersom. Tijdens het experiment van de huidige studie viel op dat veel proefpersonen moeilijkheden hadden met het ophalen van specifieke herinneringen. De mogelijkheid bestaat dat de tweede herinnering met betrekking tot de desbetreffende cue-woorden mogelijk intenser, belangrijker of anders in het woordgebruik is ten opzichte van de tweede herinnering. Dit was hier niet het geval dus kunnen beide herinneringen als gelijkwaardig worden beschouwd.

### **Verband tussen persoonlijkheid en eerste persoon enkelvoud pronomen**

De verbanden die tussen de persoonlijkheid en het gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen zijn verondersteld, komen niet overeen met de literatuur. In de huidige studie is gevonden dat het gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen ("Ik") positief samenhangt met neuroticisme wat overeenkomt met de bevindingen van Pennebaker et al. (2003). In hun onderzoek is aangetoond dat neurotische mensen gekenmerkt worden door een overmatig gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen wat bekrachtigt kan worden door de uitkomsten in de huidige studie. Het kan worden geconcludeerd dat neuroticisme een significante relatie met het gebruik van het pronomen "Ik" heeft. Dit is te verklaren doordat neurotische mensen ongebonden en eerder op zich zelf zijn gericht dan hun aandacht aan andere te besteden (McAdams, 2009). Dit komt overeen met de bevindingen van de onderzoeken van Fast en Funder (2008) en Davis en Brock (1975) die vonden dat de mate waarin een persoon gefocusseerd is op zichzelf of betrokken is van zichzelf gerelateerd is aan de waarschijnlijkheid de eerste persoon enkelvoud pronomen te gebruiken dat naar het zelf verwijst. Verder geeft het gebruik van deze pronomen een inzicht ten opzichte van het maat van sociale integratie van een proefpersoon. In een studie van Campbell en Pennebaker (2003) was gevonden dat een vaak gebruik van verwijzingen naar het zelf tijdens het ophalen van herinneringen een positief effect op de gezondheid van de desbetreffende persoon heeft. Toch kan een frequent gebruik een teken van emotionele afstandelijkheid zijn (Pennebaker et al., 2003). In vergelijking met eerdere studies die het woordgebruik met behulp van het LIWC programma hebben geanalyseerd, valt op dat tijdens het ophalen van de blije herinneringen in deze studie het eerste persoon enkelvoud pronomen iets meer wordt gebruikt. Zo kan in dit onderzoek uitgegaan worden van een sterk gebruik van dit pronomen.

Met betrekking tot het ophalen van het eerste persoon enkelvoud pronomen was ook hier geen verschil tussen de eerste en de tweede blije herinnering te zien. Wat deze pronomen betreft was het woordgebruik in de eerste herinnering niet anders dan in de tweede wat ertoe leidt de twee opgehaalde herinneringen als gelijkwaardig te beschouwen zijn.

### **Verband tussen persoonlijkheid en complexiteit van taal**

De verbanden tussen persoonlijkheid en de complexiteit van de taal die aangetoond zijn, komen niet met de literatuur overeen. In dit onderzoek is gebleken dat extravertie noch negatief noch positief met de complexiteit van de taal samenhangt wat in tegenstelling staat met de bevindingen van Pennebaker en King (1999) en Nguyen et al. (2011). De studie van Pennebaker en King (1999) toonde aan dat extraverte mensen een minder complexe taal gebruiken en de studie van Nguyen et al. (2011) toonden de tegenstrijdige resultaten aan dat mensen die hoog op extravertie scoren een meer complexe taal gebruiken. De resultaten van de huidige studie kunnen geen van de uitkomsten van de twee studies bevestigen omdat er helemaal geen samenhang tussen extravertie en de complexiteit van de taal is gevonden. Echter is er een, niet verwachte samenhang tussen de persoonlijkheidseigenschap neuroticisme en de complexiteit van de taal aangetoond. Een mogelijke verklaring hiervoor is dat in het onderzoek van Nguyen et al. (2011) met gegevens die betrekking hebben tot het taalgebruik op een weblog is gewerkt. Het geanalyseerd woordgebruik van de proefpersonen die hier de gebruikers van het weblog waren, bestond uit een beschrijving van hun actuele stemming. In tegenstelling tot het huidige onderzoek waar de proefpersonen allen positieve dingen vertelden, bestaat de mogelijkheid dat de proefpersonen in de studie van Nguyen et al. (2011) ook iets negatief rapporteerden. Verder is het aantal woorden dat mensen gebruiken als ze zich op een weblog willen uitdrukken beperkt en valt dus eerder kort uit. Daarnaast wordt de inhoud van iets dat gebruikers op een weblog willen uitdrukken vaak beïnvloedt door dingen zoals het aantal online vrienden, zogenoemde “followers” en het lidmaatschap in online communities. Het is mogelijk dat de proefpersonen, in het onderzoek van Nguyen et al. (2011) de dingen die ze willen schrijven en dus ook het woordgebruik zo aanpassen dat ze van hun online vrienden aardig gevonden worden. Daarentegen is in de huidige studie met een spontane taal gewerkt omdat blije herinneringen zijn verteld die spontaan bij de proefpersoon zijn opgekomen. De proefpersonen waren ervan bewust dat niemand behalve de onderzoekers iets van hun herinneringen te horen gaat krijgen. Met betrekking tot het ophalen van herinneringen binnen de psychotherapie zou het werkzaam zijn specifieke gebeurtenissen op te halen zonder een beperking van het aantal woorden.

Exploratief werd de hypothese opgesteld dat neurotische mensen een meer complex taalgebruik vertonen. De gegevens van de huidige studie kunnen deze hypothese bevestigen. Het kan worden geconcludeerd dat neuroticisme een samenhang met de complexiteit van de taal vertoont. Verder zijn er verbanden gevonden tussen enkele woordcategorieën die bij de complexiteit van de taal behoren en de persoonlijkheidseigenschap neuroticisme. Er is een positieve samenhang tussen het gebruik van negatieve woorden zoals “niet” en “geen” en neuroticisme gevonden. Dit betekent dat neuroticisme invloed op het gebruik van negatieve woorden heeft. Dit kan daardoor worden verklaard dat neurotische mensen geneigd zijn meer negatieve emotionele gebeurtenissen en meer stress te ervaren wat ertoe leidt dat deze mensen minder positieve ervaringen melden en mogelijk positieve gebeurtenissen, gevoelens en emoties negeren (McAdams, 2009). Daarnaast is er een negatieve

samenhang tussen neuroticisme en het gebruik van exclusie woorden gevonden. Dit betekent dat neurotische mensen minder vaak gebruik van exclusie woorden maken. Ten opzichte van eerdere studies werden lidwoorden, exclusie woorden in deze studie veel vaker gebruikt. Causale woorden vertoonden een soortelijk gebruik. Wat het gebruiken van negatie woorden betreft is het aantal in het huidige onderzoek zes keer zo hoog. Volgens Oevermann (1973) betekenen negatie woorden een hogere complexiteit van de verbale planning en dragen bij aan een gedifferentieerdere uitdrukkingmogelijkheid. Omdat het gebruik in deze studie zo hoog uitviel en een verband met neuroticisme vertoonde, kan worden geconcludeerd dat neurotische mensen niet alleen een meer complexe maar ook een gedifferentieerdere taal lieten zien.

Tussen de eerste en tweede blijde herinnering met betrekking tot de complexiteit van de taal en het gebruik van de verschillende woordcategorieën die erop betrekking hebben, was geen verschil. Het woordgebruik die hier van belang was, bleek gelijk te zijn en zo kunnen beide herinneringen als gelijkwaardig worden beschouwd.

### **Vergelijk tussen positieve en neutrale herinneringen**

Exploratief is onderzocht of er een verschil bestaat tussen het ophalen van de positieve dus blijde herinneringen en de neutrale herinneringen als een controle groep met betrekking tot het gebruik van negatieve en positieve emotie woorden. Het bleek dat de hypothese kon worden bevestigd dat het woordgebruik tijdens het ophalen van de twee verschillende soorten van herinneringen van elkaar verschilde. Het gebruik van emotie woorden was duidelijk hoger bij het ophalen van de blijde herinneringen. Zo kan ervan worden uitgegaan dat de proefpersonen daadwerkelijk emotie woorden gebruiken als ze van persoonlijke herinneringen vertellen die verbonden zijn met sterke emoties. De blijde herinneringen gingen over dingen zoals de eerste liefde, een succesvolle schooldiploma of heel leuke vakantie terwijl de neutrale herinneringen beschrijvingen van de woonkamer en de keuken van de proefpersoon waren. Om de reden dat hier een duidelijk verschil bestaat, is er een goede basis gelegd voor het onderzoek van het woordgebruik en de complexiteit van de taal tijdens het ophalen van blijde herinneringen.

### **Sterke punten & beperkingen**

De huidige studie vertoont sommige sterke punten. Het eerste sterke punt is dat voordat het daadwerkelijke experiment begon de proefpersonen een soort training moesten doorlopen. Daardoor kunnen mogelijke onduidelijkheden over de instructie of het afloop van het experiment worden verwijderd, vragen van de proefpersonen worden beantwoord en de proefpersonen krijgen een indruk over hoe lang en hoe duidelijk ze moeten praten. Door vooraf te oefenen wordt voorkomen dat de participanten fouten tijdens het daadwerkelijke experiment maken. Mogelijke fouten kunnen zijn dat de herinneringen niet specifiek genoeg waren, ze niet lang genoeg duurden of dat de participanten niet goed genoeg in de camera keken. Verder zou het kunnen zijn dat ze te onduidelijk spraken waardoor

hun stem niet goed kon worden opgenomen. Als zulke dingen tijdens het training worden ontdekt, kan de onderzoeker de proefpersonen op deze dingen opmerkzaam maken en ze vragen het op een ander manier te doen. Het tweede sterke punt is dat de steekproef een redelijk goede variatie vertoont. De proefpersonen laten ongeveer een gelijk aantal vrouwen en mannen zien. Daarnaast deden niet allen psychologie studenten mee zoals verwacht maar ook studenten uit het bereik techniek en het bereik management en bestuur. Het derde sterke punt is dat de proefpersonen hun herinneringen verbaliseert hebben en deze niet moesten opschrijven. Tijdens het spreken zijn de proefpersonen vrijer en spontaner in hun associatie. Het vierde sterke punt is dat de proefpersonen hierbij met een camera zijn gefilmd en met een audio opnameapparatuur zijn opgenomen. De gegevens die hierdoor zijn verzameld kunnen worden gebruikt voor bredere onderzoek bijvoorbeeld met betrekking tot het non-verbaal gedrag tijdens het ophalen van positieve herinneringen. Een vijfde sterke punt is hier dat er sprake is van een exploratieve studie. Er zijn dingen en combinaties onderzocht die zo nog niet in eerder studie zijn onderzocht.

Naast sterke punten zijn er ook sommige zwakke punten ofwel beperkingen aan dit onderzoek. Dit kunnen redenen zijn waarom er geen significante resultaten zijn gevonden. De eerste beperking is het laag aantal proefpersonen van 35 personen. Om resultaten te krijgen waarmee goed gewerkt kan worden zijn meer proefpersonen nodig. Voor toekomstig onderzoek is het daarom aan te bevelen meer proefpersonen te verzamelen om te voorkomen dat niet significante resultaten niet met een klein aantal personen verklaart kunnen worden. Door een grotere steekproef zijn de verzamelde resultaten bruikbaar en de waarschijnlijkheid van significantie groter bij correct uitgevoerd onderzoek. Verder is een grotere steekproef geschikter om de resultaten te generaliseren. Ook is aan te bevelen en meer veelvoudig steekproef te werven. De huidige steekproef bestond alleen uit studenten uit Enschede. Het zou interessant zijn proefpersonen te werven die al in het beroepsleven staan en uit verschillende regio's van Nederland komen om de onderzoeksuitkomsten op het heel land te kunnen generaliseren. De tweede beperking heeft betrekking op de aanwezigheid van de camera en de audio opnameapparatuur die zich in dit geval negatief kan uiten. De participanten zijn bewust van het feit dat hun stem en hun beweging worden opgenomen en door onbekende mensen (waaronder onderzoekers zijn) worden beschouwd. Dit kan ongemak oproepen en hun emotionele expressie beperken of zelf vervalsen. Bijvoorbeeld zijn personen die geneigd zijn in hun woordgebruik vaak verwijzingen naar het zelf te maken ("ik") in stresssituaties ertoe tenderen het eerste persoon enkelvoud pronomen nog vaker te gebruiken (Schubert, 2008). De derde beperking heeft betrekking op het transcriberen van de audio opnamen. Hierin zit een bias omdat de onderzoeker die Nederlands niet als moedertaal heeft de opnamen hebben getranscribeerd. Het is mogelijk dat woorden fout zijn begrepen en belangrijke woorden zijn weggelaten wat de verhalen van de proefpersonen vervalst. Hier is aan de onderzoeker aan te bevelen dat hij beter kan kiezen uit mensen met een gelijke taal als moedertaal. Op deze manier kan een mogelijke bias die ontstaat door het onvoldoende beheersen van de taal worden voorkomen. De vierde beperking betreft het aantal psychologie studenten die

deelgenomen hebben aan het experiment. Ze maakten met 40% het grootste deel uit. Er moet rekening worden gehouden met het feit dat deze studenten met de NEO FFI vragenlijst bekend zijn wat het resultaat kan vervalsen. Hierbij speelt ook de sociale wenselijkheid een rol. Het is mogelijk dat de proefpersonen weten dat ze hoog op een bepaalde persoonlijkheidseigenschap scoren en dit willen voorkomen doordat ze bij bepaalde vragen bewust een foute antwoord proberen te geven ofwel het kruisje aan een ander plaats zetten omdat ze weten welk item bij welk persoonlijkheidstrekk hoort. De laatste beperking heeft betrekking op een motivatievragenlijst aan het eind van het onderzoek die niet is afgenomen. Om deze reden kan niet zeker worden vastgesteld of de participanten de vragenlijst waarheidsgetrouw hebben ingevuld. Voor toekomstig onderzoek van dit soort zou zo een vragenlijst heel nuttig zijn.

### **Aanbevelingen voor de praktijk en toekomstig onderzoeken**

Voor de praktijk is aan te bevelen meer aandacht met betrekking tot de positie van persoonlijkheidseigenschappen te besteden. Het bleek dat neuroticisme van belang is als uitspraken over het gebruik van verwijzingen naar het zelf, dus het gebruiken van het eerste persoon enkelvoud pronomen en de complexiteit van de taal willen gedaan worden. Neurotische mensen vertonen een meer complexe taal en maken vaak gebruik van het woord “ik” wat op een brede focus voor het zelf en weinig aandacht voor andere personen laat duiden. Voor mensen die van dit pronomen alleen een matig gebruik vertonen kunnen deze verwijzingen naar het zelf een positief invloed op de gezondheid hebben terwijl de zelf verwijzingen voor personen die ervan een vaak gebruik laten zien een teken van emotionele afstandelijkheid kunnen zijn. Voor interventies binnen de narratieve psychotherapie betekent dit dat het mogelijk effectief is om de interventies en behandelmethoden op het desbetreffende persoonlijkheidsprofiel van het cliënt af te stemmen omdat neurotische mensen anders moeten worden behandeld dan extraverte mensen. Tussen het gebruik van emotie woorden en de persoonlijkheid is er geen samenhang gevonden toch viel op dat de proefpersonen ten opzichte van eerder onderzoek een bovengemiddelde gebruik van woorden laten zien die positieve emoties vertonen. Verder is aangetoond dat het aantal van deze soort woorden duidelijk hoger was tijdens het vertellen van persoonlijke herinneringen aan gebeurtenissen waar gevoelens van sterk blijheid werden gevoeld dan tijdens het vertellen van neutrale herinneringen. Met betrekking tot narratieve interventies zouden deze interventies aandacht voor het ophalen van positieve herinneringen hebben wat al effectief is gebleken bij uitgevoerde narratieve interventies (Bohlmeijer et al., 2011). Daarnaast is bewezen dat positieve herinneringen beter kunnen worden opgehaald en langzamer in hun intensiteit dalen. In de huidige studie is gevonden dat de blijde herinneringen heel intensief voor de proefpersonen waren. Dit is van belang omdat intensieve herinneringen specifiek zijn dan minder intensieve herinneringen en het ophalen van een specifieke herinnering effectiever blijkt te zijn dan minder specifieke herinneringen.

Met betrekking tot de effectiviteit van narratieve behandelingsmethoden is voor de praktijk aan te bevelen om vooral het gebruik van de woorden of woordcategorieën te stimuleren die een positieve invloed op de gezondheid en de levensvreugden hebben. Dit zijn vooral positieve emotie woorden. In het huidige onderzoek was er geen samenhang tussen de persoonlijkheid en dit woordgebruik gevonden. Toch was er een frequent gebruik van positieve emotie woorden tijdens het ophalen van blije herinneringen. Het aandacht besteden aan de taal en het woordgebruik kan tot inzichten leiden ten opzichte van belangrijke dingen zoals de sociale integratie en de focus op het zelf wat door het gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen wordt aangetoond.

Het zou nuttig zijn om nog meer onderzoek naar de samenhang tussen de persoonlijkheid en het woordgebruik te doen. Het is nog meer zekere kennis nodig over de rol van persoonlijkheid met betrekking tot het woordgebruik om de behandelmethoden binnen de psychotherapie zo geschikt mogelijk voor verschillende profielen van persoonlijkheid te maken. In de toekomst zou het nuttig zijn onderzoek te doen waarbij de focus onder andere op de drie verdere persoonlijkheidseigenschappen van de Big Five ligt. Dit zijn openheid voor ervaringen, nauwgezetheid en vriendelijkheid. Het moet worden onderzocht hoe bijvoorbeeld het woordgebruik van een persoon eruit ziet die heel hoog op nauwgezetheid scoort en hoe de therapeutische behandeling voor deze persoon moet aflopen. Verder is het belangrijk een soortgelijk onderzoek met andere steekproeven te herhalen om de resultaten te kunnen generaliseren. Een uitdaging voor de toekomst is het betrekken van proefpersonen die daadwerkelijke last van psychische aandoeningen hebben. Hier moet worden gekeken hoe bij dit soort personen het woordgebruik eruit ziet en in hoeverre het gebruiken van bepaalde woordcategorieën een positief effect op de gezondheid oplevert. Het moet worden gekeken of het ophalen van slechts positieve herinneringen voldoende is, of het ophalen van negatieve herinneringen moet worden erbij gehaald. Daarnaast is er nog meer onderzoek naar andere categorieën van woordgebruik nodig zoals andere pronomen of adjectieven. Hier moeten onderzoekers erachter komen in hoeverre deze woordcategorieën een therapeutische effect hebben en een bijdrage leveren aan het verbeteren van de gezondheid of de kwaliteit van leven. Dit kan verdere bruikbare resultaten opleveren om de interventies binnen de narratieve therapie aan te vullen doordat ernaar wordt gekeken welke woordcategorieën de lichamelijke en psychische gezondheid positief beïnvloeden en bevorderen. Een verdere belangrijke uitdaging voor de toekomst zou het erbij trekken van het onderzoek naar het non-verbaal gedrag tijdens het ophalen van positieve herinneringen zijn. Door het kijken naar handbewegingen, hoofdbewegingen of het kijkgedrag kan psychologische informatie over een persoon die al door het onderzoeken van het woordgebruik goed kan worden bepaald, verder worden aangevuld. Vaak is het moeilijk emotionele toestanden te verwoorden en non-verbale expressie dus erbij helpt te weten te komen wat een persoon denkt en voelt. Het verbaal gedrag en het non-verbaal gedrag in combinatie kunnen de effectiviteit binnen de narratieve therapie verder aanvullen.

## **Conclusie**

Sinds decennia is er onderzoek gedaan naar het verband tussen het woordgebruik en de persoonlijkheid en vooral in de laatste 10 tot 15 jaren naar narratieve onderwerpen en interventies. In deze studie zijn er deels verwachte uitkomsten en deels onverwachte uitkomsten gevonden met betrekking tot het verband tussen de persoonlijkheid en het woordgebruik.

Met behulp van correlaties kon antwoord worden gegeven op de vraag in hoeverre er een verband bestaat tussen de persoonlijkheid en de verbale expressie van emoties tijdens het ophalen van blije herinneringen. Tussen het gebruik van emotie woorden en de persoonlijkheidseigenschappen neuroticisme en extraversie is geen samenhang aangetond. Wel is er een verband tussen het gebruik van het eerste persoon enkelvoud pronomen en neuroticisme gevonden, net als een samenhang tussen neuroticisme en de complexiteit van de taal. Daarnaast is een duidelijk verschil tussen het ophalen van positieve herinneringen en neutrale herinneringen gevonden. Het wordt aanbevolen om de behandeling binnen de psychotherapie op het persoonlijkheidsprofiel van het cliënt af te stemmen om zo best mogelijk op verschillende cliënten in te kunnen gaan.

Het zou wenselijk zijn nog meer onderzoek te doen naar het verband tussen persoonlijkheid en het woordgebruik. Verder zou het nuttig zijn naar andere, aanvullende woordcategorieën te kijken die een positief effect op de gezondheid hebben om met de resultaten van deze studies narratieve behandelmethoden nog beter in kaart te brengen een hun effect aan te vullen.



## Referenties

- Berkowitz, L. (1989). *Advances in experimental social psychology* (22). New York, NY: Academic Press.
- Bluck, S., & Levine, L. J. (1998). Reminiscence as autobiographical memory: a catalyst for reminiscence theory development. *Aging & Society*, *18*, 185-208.
- Bohlmeijer, E. T., Steunenberg, B., & Westerhof, G. J. (2011). Reminiscentie en geestelijke gezondheid: empirische onderbouwing van interventies. *Tijdschrift Voor Gerontologie En Geriatrie*, *42*(1), 7-16.
- Campbell, R. S., & Pennebaker, J. W. (2003). The Secret Life of Pronouns: Flexibility in Writing Style and Physical Health. *Psychological Science*, *14*(1), 60-65. doi:10.1111/1467-9280.01419
- Cohen, A. S., Minor, K. S., Baillie, L. E., & Dahir, A. M. (2008). Clarifying the Linguistic Signature: Measuring Personality From Natural Speech. *Journal of Personality Assessment*, *90*(6), 559-563. doi:10.1080/00223890802388459
- Contrada, R. J., & Ashmore, R. D. (1999). *Self, social identity, and physical health: Interdisciplinary explorations*. New York, NY: Oxford University Press.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1995). Domains and Facets: Hierarchical Personality Assessment Using the Revised NEO Personality Inventory. *Journal of Personality Assessment*, *64*(1), 21-50. doi:10.1207/s15327752jpa6401\_2
- Davis, D., & Brock, T. (1975). Use of first person pronouns as a function of increased objective self-awareness and performance feedback. *Journal of Experimental Social Psychology*, *11*(4), 381-388. doi:10.1016/0022-1031(75)90017-7
- Deley, T. (2004). *Denken, voelen, doen. Tien verhalen van leerkrachten over kinderen in sociaal-emotionele kwesties in het basisonderwijs*. Antwerpen - Apeldoorn, NL: Garant.
- Dewaele, J., & Furnham, A. (1999). Extraversion: The Unloved Variable in Applied Linguistic Research. *Language Learning*, *49*(3), 509-544. doi:10.1111/0023-8333.00098

- Ekman, P. (2003). *Emotions revealed: Recognizing faces and feelings to improve communication and emotional life*. New York, NY: Henry Holt and Company.
- Ekman, P. (1992). Are There Basic Emotions? *Psychological Review*, 99(3), 550-553.  
doi:10.1037/0033-295X.99.3.550
- Fast, L. A., & Funder, D. C. (2008). Personality as Manifest in Word Use: Correlations With Self-Report, Acquaintance Report, and Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(2), 334-346. doi:10.1037/0022-3514.94.2.334
- Fredrickson, B. L. (2000). Cultivating Positive Emotions to Optimize Health and Well-Being. *Prevention & Treatment*, 3(1). doi:10.1037/1522-3736.3.1.31a
- Gill, A. J., & Oberlander, J. (2002). Taking care of the linguistic features of extraversion. *Proceedings of the Annual Conference of the Cognitive Science Society, GB, 24*, 363-368.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. doi:10.1037/1089-2680.2.3.271
- Hancock, J.T., Landrigan, C., & Silver, C. (2007). Expressing emotion in text-based communication. *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems, USA*, 929-932. doi: 10.1145/1240624.1240764
- Havinga, B., Bruinsma, T., & Lycklama, C. (2006, April). *Verpleegkundigen & Verzorgenden Nederland*. Verkregen door <http://www.venvn.nl>
- Heeswijk, V. A., Linden, N. T., Uden, M. H., & Zock, T. H. (2007). Op verhaal komen: religieuze biografie en geestelijke gezondheid. *Tijdschrift voor Psychiatrie*, 49(7), 507.
- Hirsh, J. B., & Peterson, J. B. (2009). Personality and language use in self-narratives. *Journal of Research in Personality*, 43(3), 524-527. doi:10.1016/j.jrp.2009.01.006
- John, O., Robins, R., & Pervin, L. A. (2008). Personal narratives and the life story. In *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 241-261). NY, US: Guilford Press.
- Jongedijk, R. A. (2014). *Levensverhalen en psychotrauma: Narratieve exposure therapie in theorie en praktijk*. Amsterdam, NL: Boom.

- Kahn, J., Tobin, R., Massey, A., & Anderson, J. (2007). Measuring emotional expression with the Linguistic Inquiry and Word Count. *The American Journal of Psychology*, *120*(2), 263-286.
- Lee, C. H., Kim, K., Seo, Y. S., & Chung, C. K. (2007). The Relations Between Personality and Language Use. *Journal of General Psychology*, *134*(4), 405-413.  
doi:10.3200/GENP.134.4.405-414
- Lyubomirsky, S., Sousa, L., & Dickerhoof, R. (2006). The Costs and Benefits of Writing, Talking, and Thinking About Life's Triumphs and Defeats. *Journal of Personality and Social Psychology*, *90*(4), 692-708. doi:10.1037/0022-3514.90.4.692
- McAdams, D. P., & Pals, J. L. (2006). A New Big Five: Fundamental Principles for an Integrative Science of Personality. *American Psychologist*, *61*(3), 204-217. doi:10.1037/0003-066X.61.3.204
- McAdams, D. P., Anyidoho, N. A., Brown, C., Huang, Y. T., Kaplan, B., & Machado, M. A. (2004). Traits and Stories: Links Between Dispositional and Narrative Features of Personality. *Journal of Personality*, *72*(4), 761-784. doi:10.1111/j.0022-3506.2004.00279.x
- McAdams, D. P. (1985). *Power, intimacy, and the life story: Personological inquiries into identity*. New York, NY: Guilford Press.
- McAdams, D. P. (2009). *The person: An introduction to the science of personality psychology* (5th ed.). Hoboken, N.J: Wiley.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2004). A contemplated revision of the NEO Five-Factor Inventory. *Personality and Individual Differences*, *36*(3), 587-596. doi:10.1016/S0191-8869(03)00118-1
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1997). Personality Trait Structure as a Human Universal. *American Psychologist*, *52*(5), 509-516. doi:10.1037/0003-066X.52.5.509
- Murray, M. (2000). Levels of Narrative Analysis in Health Psychology. *Journal of Health Psychology*, *5*(3), 337-347.

- Nguyen, N., Phung, D., Adams, B., & Venkatesh, S. (2011). *Towards Discovery of Influence and Personality Traits through Social Link Prediction*. Bentley, AUS: Curtin University of Technology.
- Oevermann, U. (1970). *Sprache und soziale Herkunft. Ein Beitrag zur Analyse schichtenspezifischer Sozialisationsprozesse und ihre Bedeutung für den Schulerfolg*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Parker, A. E. (2006). *Parental socialization of positive and negative emotions: Associations with children's everyday coping and display rule knowledge*. Michigan, MI: University Microfilms International.
- Pasupathi, M. (2001). The Social Construction of the Personal Past and Its Implications for Adult Development. *Psychological Bulletin*, 127(5), 651-672. doi:10.1037/0033-2909.127.5.651
- Pennebaker, J. W., & Beall, S. K. (1986). Confronting a Traumatic Event: Toward an Understanding of Inhibition and Disease. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(3), 274-281.
- Pennebaker, J. W., & Graybeal, A. (2001). Patterns of Natural Language Use: Disclosure, Personality, and Social Integration. *Current Directions in Psychological Science*, 10(3), 90-93. doi:10.1111/1467-8721.00123
- Pennebaker, J. W., & King, L. A. (1999). Linguistic Styles: Language Use as an Individual Difference. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1296-1312. doi:10.1037/0022-3514.77.6.1296
- Pennebaker, J. W., & Stone, L. D. (2003). Words of wisdom: language use over the life span. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 291-301. doi:10.1037/0022-3514.85.2.291
- Pennebaker, J. W., Mayne, T. J., & Francis, M. E. (1997). Linguistic Predictors of Adaptive Bereavement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(4), 863-871.
- Pennebaker, J. W., Mehl, M. R., & Niederhoffer, K. G. (2003). Psychological Aspects of Natural Language Use: Our Words, Our Selves. *Annual Review of Psychology*, 54, 547-577. doi:10.1146/annurev.psych.54.101601.145041
- Pennebaker, J. W. (1997). Writing About Emotional Experiences as a Therapeutic Process. *Psychological Science*, 8(3), 162-166. doi:10.1111/j.1467-9280.1997.tb00403.x

- RimÉ, B. (2009). Emotion Elicits the Social Sharing of Emotion: Theory and Empirical Review. *Emotion Review*, 1(1), 60-85. doi:10.1177/1754073908097189
- Roseman, I., & Evdokas, A. (2004). Appraisals cause experienced emotions: Experimental evidence. *Cognition & Emotion*, 18(1), 1-28. doi:10.1080/02699930244000390
- Rusting, C. L. (1998). Personality, Mood, and Cognitive Processing of Emotional Information: Three Conceptual Frameworks. *Psychological Bulletin*, 124(2), 165-196. doi:10.1037/0033-2909.124.2.165
- Sarbin, T. R. (1986). *Narrative psychology: The storied nature of human conduct*. Westport, CT: Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.
- Schubert, F. (2008). Sprache und Persönlichkeit: Differentielles Ausdrucksverhalten unter Berücksichtigung der Sprachsituation (Doctoral dissertation, Technische Universität Dresden). Verkregen door <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:bsz:14-ds-1226847141612-52421>
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. doi:10.1037/0003-066X.55.1.5
- Slatcher, R. B., & Pennebaker, J. W. (2006). How Do I Love Thee? Let Me Count the Words: The Social Effects of Expressive Writing. *Psychological Science*, 17(8), 660-664. doi:10.1111/j.1467-9280.2006.01762.x
- Stuit, D. H., & De Raadt, B. (2013). Het verhaal achter het verhaal. *Maatwerk*, 14(5), 2-4.
- Talarico, J. M., LaBar, K. S., & Rubin, D. C. (2004). Emotional intensity predicts autobiographical memory experience. *Memory & Cognition*, 32(7), 1118-1132. doi:10.3758/BF03196886
- Tausczik, Y. R., & Pennebaker, J. W. (2010). The Psychological Meaning of Words: LIWC and Computerized Text Analysis Methods. *Journal of Language and Social Psychology*, 29(1), 24-54. doi:10.1177/0261927X09351676
- Vopel, K. W. (2006). *Expressives Schreiben: Ein Programm zur seelischen Immunisierung* (1st ed.). Salzhhausen, D: iskopress.
- Westerhof, G., & Bohlmeijer, E. (2010). *Psychologie van de levenskunst*. Amsterdam, NL: Boom.

Westerhof, G., Lamers, S., & De Vries, D. (2010). Effecten van het ophalen van autobiografische herinneringen op emotioneel welbevinden bij ouderen. *Tijdschrift Voor Gerontologie En Geriatrie*, 41(1), 5-12. doi:10.1007/s12439-010-0002-1

Yarkoni, T. (2010). Personality in 100,000 Words: A large-scale analysis of personality and word use among bloggers. *Journal of Research in Personality*, 44(3), 363-373.  
doi:10.1016/j.jrp.2010.04.001

Yarkoni, T. (2010). Personality in 100,000 Words: A large-scale analysis of personality and word use among bloggers. *Journal of Research in Personality*, 44(3), 363-373.  
doi:10.1016/j.jrp.2010.04.001

## Bijlagen

<b>GEÏNFORMEERDE TOESTEMMING</b>
----------------------------------

### Het ophalen van herinneringen

Ik, ..... (naam proefpersoon)

Stem toe mee te doen aan een onderzoek dat uitgevoerd wordt door

Jasmin Plesse, Nikka Golena, Ylva Gerke, Lisa Stahlkopf, Sarah Kettendörfer en Sarah Kurney

Ik ben me ervan bewust dat deelname aan dit onderzoek geheel vrijwillig is. Ik kan mijn medewerking op elk tijdstip stopzetten en de gegevens verkregen uit dit onderzoek terugkrijgen, laten verwijderen uit de database, of laten vernietigen.

*De volgende punten zijn aan mij uitgelegd:*

1. Het doel van dit onderzoek is inzicht te verkrijgen in hoeverre herinneringen opgehaald worden.
2. Het onderzoek duurt ongeveer 60 minuten.
3. Aan het begin wordt een vragenlijst over de demografische gegevens afgenomen. Daarna zal aan mij gevraagd worden een blijde, een verdrietige/boos en een neutrale herinneringen op te halen en te vertellen. Daarnaast worden drie vragenlijsten afgenomen die telkens persoonlijkheid (NEO-FFI), alexithymie (TAS) en het omgaan met herinneringen (RFS) meten.
4. Je mag altijd stoppen als je niet op je gemak voelt of een vraag niet wilt beantwoorden.
5. Er behoort geen stress of ongemak voort te vloeien uit deelname aan dit onderzoek.
6. De gegevens verkregen uit dit onderzoek zullen anoniem verwerkt worden en kunnen daarom niet bekend gemaakt worden op een individueel identificeerbare manier.
7. De onderzoeker zal alle verdere vragen over dit onderzoek beantwoorden, nu of gedurende het verdere verloop van het onderzoek.

Handtekening onderzoeker: ..... Datum: .....

Handtekening proefpersoon: ..... Datum: .....