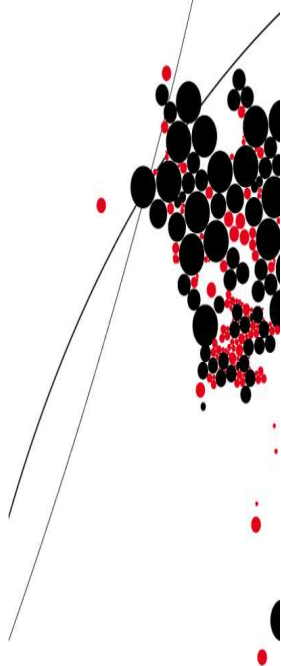


Waarden & Welbevinden

Een studie naar de samenhang
tussen waardeoriëntaties en
positieve geestelijke
gezondheid

Liselot Oonk
Enschede, 2009

Faculteit Gedragswetenschappen
Vakgroep PCGR



UNIVERSITEIT TWENTE.

Waarden & Welbevinden

Een studie naar de samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid

Values & Well-being

A study of the relation between value orientations and positive mental health

Masterthese

Liselot Oonk – s0132128

Begeleiders

Dr. G.J. Westerhof

S.M.A. Lamers, MSc

Psychologie – Faculteit Gedragwetenschappen

Universiteit Twente, Enschede

November, 2009

Samenvatting

De laatste jaren is onderzoek gedaan naar de relatie tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid. Zo zou er sprake kunnen zijn van een direct effect van waarden op welbevinden. Daarnaast zou een fit tussen de waarden die een persoon heeft en de waarden zoals die voorkomen in de omgeving van die persoon (omgevingsfit), kunnen zorgen voor hoger welbevinden. Deze studie onderzoekt de samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid, ook wel emotioneel, psychologisch en sociaal welbevinden.

De dataverzameling is afkomstig van het LISS-panel (Langlopende Internetstudie in de Sociale Wetenschappen): een representatieve steekproef onder Nederlandse huishoudens, waarvan de leden maandelijks via het internet vragenlijsten invulden. De steekproef bestond uit 1076 respondenten, in de leeftijd van 18 tot 88 jaar. Naast demografische variabelen werd positieve geestelijke gezondheid (welbevinden) gemeten aan de hand van de Nederlandse versie van de Mental Health Continuum- Short Form (MHC-SF). Voor het meten van waardeoriëntaties is de Rokeach Value Survey (RVS) gebruikt. Tevens zijn er drie stellingen voorgelegd over het ervaren van geluk en tevredenheid, het bijdragen aan en deel uitmaken van de samenleving en het ontwikkelen en ontplooiën van de eigen persoon.

Factoranalyse toonde een onderliggende waardestructuur in de RVS aan. Bij de instrumentele waarden kwamen drie factoren naar voren: sociale waarden, zorgvuldigheid en individuele vaardigheden. Bij de eindwaarden waren dit twee factoren: eudaimonische en hedonische waarden. Factoranalyse liet tevens zien dat zowel de instrumentele waarden als de eindwaarden een onderliggende tweedeling in collectivistische versus individualistische georiënteerde waarden reflecteerden. Uit de gecorrigeerde gemiddelden van de RVS kwam naar voren dat de respondenten de instrumentele waarden en de eindwaarden als even belangrijk beoordeelden. Om een beeld te krijgen van het emotionele, sociale en psychologische welbevinden, werden de mental health categorieën van de MHC-SF geanalyseerd. Het grootste gedeelte van de respondenten (63%) had een gematigde geestelijke gezondheid (moderate), 5.3% had lage niveaus van welbevinden (languishing) en 31.7% had hoge niveaus van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden (flourishing). Bivariate en partiële correlatieanalyses toonden aan dat er sprake was van een samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid. Deze samenhang werd nader bekeken in een multiële hiërarchische regressieanalyse. Hieruit kwam naar voren dat de factor sociale waarden (instrumentele waarden), de eudaimonische en hedonische waarden (eindwaarden) en de drie stellingen, significante voorspellers voor de mate van positieve geestelijke gezondheid waren. Hoewel de drie stellingen zoals verwacht correleerden en er sprake was van een samenhang, bleven de verwachte correlaties tussen de afzonderlijke waarden en emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden uit. De verwachting over de omgevingsfit kon grotendeels wel worden bevestigd.

De verwachte inhoudelijke samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid kon in deze studie niet bevestigd worden. Het gebruik van de niet gevalideerde en gedateerde RVS zou een verklaring voor deze bevinding kunnen zijn. Het wordt dan ook aanbevolen de RVS te vervangen door de recentere Schwartz Value Survey of de waarden te meten door meer concrete en directe vraagstelling. Vervolgonderzoek zou een effectstudie kunnen zijn gericht op de causaliteit. Om mensen mentaal fitter te krijgen en bewust te maken over hun waardeoriëntaties, is het van belang te investeren in het ontwikkelen van positief psychologisch interventies en de verandering van het Nederlandse beleid op dit gebied.

Abstract

In the last few years research has focused on the relation of value orientations and positive mental health. For example, there could be a direct effect of values on well-being. Also the fit between the person's values and the values prevailing in the environment (environmental fit), could be crucial to individuals' well-being. This study examines the relation between value orientations and positive mental health, or emotional, psychological and social well-being.

The data are collected by the LISS-panel (Longitudinal Internet Studies for the Social sciences): a representative sample of Dutch households that completed online questionnaires every month. The sample included 1076 respondents, in the age of 18-88. Beside demographic variables, positive mental health (well-being) was measured by the Dutch version of the Mental Health Continuum- Short Form (MHC-SF). For the assessment of value orientations, the Rokeach Value Survey (RVS) was used. There were also three statements proposed about experiencing happiness and satisfaction, contributing to and being a part of the community and personal growth.

Factor analysis showed an underlying structure in the RVS. Within the instrumental values, there were three factors: social values, conscientiousness and individual skills. Within the terminal values there were two factors: eudaimonic and hedonic values. Factor analysis also showed that the instrumental and terminal values reflected an underlying dichotomy in collectivistic versus individualistic oriented values. The value priorities of the RVS were calculated through the corrected means. This showed that the respondents valued the instrumental and terminal values equally. To identify the emotional, social and psychological well-being, the mental health categories were analysed. The largest part of the respondents (63%) had moderate mental health (moderate), 5.3% had low levels of well-being (languishing) and 31.7% had high levels of emotional, social and psychological well-being (flourishing). Bivariate and partial correlation analysis showed a degree of association between value orientations and positive mental health. This relation was examined in a multiple hierarchical regression analysis. The analysis showed that the factor social values (instrumental values), eudaimonic and hedonic values (terminal values) and the three statements were significant predictors for the degree of positive mental health. Although the three statements correlated as expected and a degree of association was found, the expected correlations between the separate values and emotional, social and psychological well-being were not found. Though the expectation concerning the fit between a person's value priorities and the values prevailing in the environment (environmental fit), could largely be confirmed.

The expectation concerning the content of the relation between value priorities and positive mental health, could not be confirmed in this study. The use of the not validated and out of date RVS could be a possible explanation for this. Replacing the RVS by the more recent Schwartz Value Survey or measuring the values in a more concrete and direct way, is recommended. Follow-up study could be an effect study aimed at causality. To get people mentally fitter and aware of their value orientations, it is important to invest in the development of positive psychological interventions and the change of the Dutch policy in this area.

Inhoudsopgave

1 Inleiding	5
1.1 Onderzoek naar waarden.....	5
1.1.1 Rokeach Value Survey.....	6
1.1.2 Schwartz Value Survey	7
1.2 Positieve psychologie.....	8
1.2.1 Emotioneel welbevinden.....	9
1.2.2 Psychologisch welbevinden	10
1.2.3 Sociaal welbevinden.....	12
1.2.4 Positieve geestelijke gezondheid.....	12
1.3 Samenhang tussen waarden en welbevinden	13
1.4 Deze studie	15
1.4.1 Hoofdvraag	15
1.4.2 Deelvragen.....	15
1.4.3 Hypotheses.....	15
2 Methoden	17
2.1 Respondenten	17
2.2 Instrumenten.....	18
2.3 Procedure.....	19
2.4 Design	19
2.5 Data-analyse	19
3 Resultaten.....	20
3.1 Rokeach Value Survey.....	20
3.1.1 Bestaat er een onderliggende structuur in de Rokeach Value Survey?	20
3.1.2 Wat is de prioriteit van de waardeoriëntaties van de respondenten?.....	22
3.2 Prevalentie positieve geestelijke gezondheid.....	24
3.2.1 In welke mate is er sprake van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden?	24
3.3 Samenhang waardeoriëntaties en welbevinden.....	25
3.3.1 Is er sprake van een samenhang tussen waardeoriëntaties en emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden?	25
3.4 Voorspellers van positieve geestelijke gezondheid	29
3.4.1 Welke waarden zijn voorspellers in de mate van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden?	29
3.5 Conclusie	33
3.5.1 Deelvragen.....	33
3.5.2 Hoofdvraag.....	34
3.5.3 Hypotheses.....	34
4 Discussie	36
4.1 Aanbevelingen vervolgonderzoek	38
4.2 Praktische implicaties	39
5 Dankwoord.....	40
6 Referenties	41

1 Inleiding

Onderzoek naar waardeoriëntaties vindt al enkele decennia plaats. De studie naar een positieve definitie van geestelijke gezondheid, of welbevinden, bestaat ook al sinds de jaren vijftig van de vorige eeuw. Onderzoek naar de relatie tussen beide is echter pas van de laatste jaren. Zeer recent stelden een aantal onderzoekers dat het streven naar sommige waarden zou kunnen bijdragen aan een beter welbevinden. Een beter welbevinden zou op haar plaats kunnen bijdragen aan minder geestelijke ziekte en een hogere arbeidsproductiviteit (Kenniscentrum Psychologie, 2009). Om deze relatie nader te onderzoeken zal dit onderzoek zich aan de ene kant richten op waardeoriëntaties en aan de andere kant op positieve geestelijke gezondheid. De samenhang tussen beide staat centraal in de hoofdvraag van deze studie.

1.1 Onderzoek naar waarden

Wanneer we denken aan waarden, dan hebben we het over wat voor ons belangrijk is in het leven. Waarden zijn termen als plezier, wijsheid en onafhankelijkheid. In de literatuur bestaan vele definities van waarden. Oppenhuisen en Sikkels (2002) beschrijven in hun artikel een onderzoek uit 1971 waarin alleen al meer dan 170 verschillende definities van waarden gevonden zijn. Consensus over de meest bruikbare manier om basis waarden te conceptualiseren, ontstond geleidelijk vanaf de jaren '50 (Hitlin & Piliavin, 2002; Schwartz, 2006). De beschrijving van Schwartz en Bilsky (1987) van een vijftal gemeenschappelijke kenmerken van waarden, heeft bijgedragen aan deze consensus. Zij beschreven deze kenmerken als volgt:

- *Waarden zijn concepten of opvattingen;*
- *Waarden gaan over een wenselijk (eind)stadium of gedrag en zijn hierbij inspirerend van aard;*
- *Waarden overtreffen specifieke acties en situaties. Het zijn abstracte doelen. Met het abstracte karakter kunnen ze onderscheiden worden van normen, trekken, attitudes en behoeften (Hitlin & Piliavin, 2004);*
- *Waarden begeleiden selectie of evaluatie van gedrag en gebeurtenissen. Waarden dienen als standaard of criteria;*
- *Waarden zijn geordend op relatieve belangrijkheid.*

Deze kenmerken zijn in de loop van de jaren door vele onderzoekers overgenomen en aangevuld. Zo vulden Oppenhuisen en Sikkels (2002) deze kenmerken aan met de opmerking dat waarden tevens cultuurafhankelijk, vroeg aangeleerd en min of meer stabiel over de tijd zijn. Naast deze algemene kenmerken van waarden, is het bekend dat waarden georganiseerd zijn in waardesystemen. Een waardesysteem is een duurzame verzameling van opvattingen. Deze opvattingen hebben betrekking op wenselijke gedragingen en levensstijlen en zijn gegroepeerd langs een continuüm van relatieve belangrijkheid (Rokeach, 1973). Er bestaan per persoon grote verschillen in deze waardesystemen: wat voor de één een waarde is, hoeft voor de ander geen waarde te zijn (Rokeach, 1976). Waarden kunnen daarnaast op verschillende manieren getypeerd worden. Zo kan er bijvoorbeeld een onderscheid gemaakt worden tussen eind- en instrumentele waarden (zie paragraaf 1.1.1). Tevens kan er bijvoorbeeld sprake zijn van een waardehiërarchie (Gorgievski, Kemp & Faber, 2006).

1.1.1 Rokeach Value Survey

In 1973 kwam het boek *The Nature of Human Values* van de Amerikaan Milton Rokeach uit. Hierin wordt zijn uitgebreide onderzoek naar waarden beschreven. Rokeach was hiermee de eerste op dit gebied. In zijn werk definieert Rokeach (1973, p.5) een waarde als volgt:

“A value is an enduring belief that a specific mode of conduct or end-state of existence is personally or socially preferable to an opposite or converse mode of conduct or end-state of existence.”

In zijn definitie komen een aantal algemene kenmerken naar voren, zoals die in de vorige sectie beschreven staan. Zo is het idee dat een waarde een aanhoudende opvatting is die over een wenselijk eindstadium gaat, terug te vinden in de vijftal gemeenschappelijke kenmerken. Rokeach voegt met zijn definitie aan deze kenmerken toe dat een waarde persoonlijk of sociaal preferabel is ten opzichte van een strijdige opvatting of andere waarde binnen het waardesysteem. Het waardeonderzoek van Rokeach leidde tot de ontwikkeling van de Rokeach Value Survey (RVS) (Rokeach, 1973). Dit is een alfabetisch geordende vragenlijst met daarin 36 items: 18 eindwaarden en 18 instrumentele waarden (Steenkamp, Verhallen, Gouda, Kamakura & Novak, 2009). Deze waarden worden hiërarchisch geordend (gerankt) naar belangrijkheid. In tabel 1 staan de waarden uit de RVS benoemd. Met eindwaarden worden eindstadia bedoeld die mensen hopen te bereiken in het leven (Vandevuur, Menefee & Sinclair, 2006). Ze verwijzen naar een einddoel in het waardepatroon. Met instrumentele waarden worden de eigenschappen bedoeld, die mensen helpen om de eindwaarden te realiseren (Gorgievski et al., 2006).

Tabel 1. 36 items van de Rokeach Value Survey

Instrumentele waarden	Eindwaarden
Hard werkend	Comfortabel leven
Open	Gelijkheid
Competent	Opwindend leven
Netjes	Het gezin
Moedig	Vrijheid
Vergevingsgezind	Geluk
Behulpzaam	Innerlijke harmonie
Eerlijk, oprecht	Liefde en seksualiteit
Creatief	Nationale veiligheid
Onafhankelijk	Plezier
Intellectueel	Verlossing
Logisch, consistent	Zelfrespect
Liefdevol	Prestatie
Vrolijk	Erkenning, status
Gehoorzaam	Ware vriendschap
Beleefd	Wijsheid
Verantwoordelijk	Wereldvrede
Gedisciplineerd	Schoonheid

De RVS is in de loop van de jaren wereldwijd een veel gebruikt instrument geworden om waardeoriëntaties te meten. Toch bestaat er ook kritiek op de vragenlijst. Volgens Braithwaite en Law (1985) is er weinig onderzoek gedaan naar de representativiteit van de 36 items op de waardedomeinen: zo zou de lijst niet de gehele range van waarden omvatten die belangrijk zijn voor mensen. De grootste zwakte ligt volgens de auteurs dan ook in de onvolledigheid

van de RVS. De vragenlijst zou onvolledig zijn door het ontbreken van waarden over fysiek welbevinden, individuele rechten, biologische driften en zorgeloosheid. Braithwaite en Law (1985) stelden een alternatieve vragenlijst voor, gebaseerd op het werk van Rokeach, maar gaven tegelijkertijd ook aan dat ze hiermee de bruikbaarheid van de RVS niet wilden ondermijnen. Een ander belangrijk kritiekpunt komt van Franzen en Bouwman (1999) en werd volgens de auteurs door Rokeach zelf onderkend: het ontbreekt de RVS namelijk aan goede empirische onderbouwing.

Onderzoek naar de onderliggende structuur van de RVS laat zien dat er (bewijs is dat er) een onderliggende subset van waarden aanwezig is in de vragenlijst. Johnston (1995) onderzocht deze structuur en vond twee onderliggende dimensies in zowel de eindwaarden als de instrumentele waarden: individualistisch-prestatie versus collectivistisch-verwantschap. De resultaten uit het onderzoek van Johnston (1995) toonden aan dat acht instrumentele waarden van de RVS (creatief, intellectueel, open, logisch, moedig, hard werkend, competent en onafhankelijk) individuele prestatiegerichte waarden representeerden. Tien andere instrumentele waarden (gedisciplineerd, verantwoordelijk, gehoorzaam, netjes, behulpzaam, beleefd, eerlijk, vrolijk, liefdevol en vergevingsgezind) reflecteerden collectivistische waarden. De indeling in individualistisch versus collectivistisch kon ook gemaakt worden wat betreft de eindwaarden. Een opwindend leven, een comfortabel leven, plezier, prestatie, erkenning, geluk en zelfrespect representeerden volgens Johnston (1995) individuele prestatiegerichte waarden. Tien andere eindwaarden (liefde en seksualiteit, ware vriendschap, het gezin, wijsheid, innerlijke harmonie, verlossing, vrijheid, gelijkheid, wereldvrede en nationale veiligheid) toonden collectivistisch verwantschap. De laatste waarde, schoonheid, werd tussen de twee dimensies gepositioneerd.

1.1.2 Schwartz Value Survey

In navolging op het waardeonderzoek van Rokeach (1973) en de theorie over universele typen van waarden als criteria (Schwartz & Bilsky, 1987), komt het (vervolg-)werk van Shalom. H. Schwartz. Volgens Schwartz (2006, p.1) zijn waarden:

“... desirable, trans-situational goals, varying in importance, that serve as guiding principles in people’s lives.”

In zijn Value Theory onderscheidt Schwartz (1992) tien gescheiden, brede basiswaarden. Deze basiswaarden zijn gebaseerd op drie universele vereisten van de menselijke conditie, namelijk de behoeften van individuen als biologische organismen, de benodigdheden van gecoördineerde sociale interactie en de overleving en het welzijn van de behoeften van groepen (Schwartz en Bilsky, 1987; Schwartz, 1992). Schwartz (1992, 2006) ontwikkelde een theoretisch model over de relaties tussen de tien basiswaarden. De structuur van het model bestaat uit twee orthogonale dimensies: self-enhancement versus self-transcendence (gericht op jezelf of op je omgeving) en openness to change versus conservation (onafhankelijkheid versus behoudendheid). Het eerste instrument dat de tien basiswaarden meet, is de Schwartz Value Survey (Schwartz, 1992). Deze vragenlijst presenteert twee lijsten met in totaal 56 subwaarden, waarop respondenten de belangrijkheid van elk item kunnen aangeven op een 9-puntsschaal. In tabel 2 staan de tien basiswaarden weergegeven.

Tabel 2. Tien basiswaarden van de Schwartz Value Survey (1992) *

1. Zelfbepaling
2. Stimulatie
3. Hedonisme
4. Prestatie
5. Macht
6. Veiligheid/zekerheid
7. Conformisme
8. Traditie
9. Hulpvaardigheid
10. Universalisme

Noot: * = Vertaling is afkomstig van Gorgievski et al. (2006)

Hoewel het onderzoek van Schwartz aanvankelijk gebaseerd was op het werk van Rokeach, ontstonden in de loop van de jaren een aantal verschillen tussen beide onderzoekers. Zo is het onderscheid tussen eindwaarden en instrumentele waarden voor Rokeach bijvoorbeeld essentieel (Hitlin & Piliavin, 2004). Aanvankelijk ging Schwartz ook van deze tweedeling uit, maar omdat hij tijdens zijn onderzoek geen empirisch bewijs vond, zette hij zijn vraagtekens bij het bestaan van het onderscheid tussen instrumentele en eindwaarden (Gorgievski et al., 2006). Een ander verschil tussen beide onderzoekers is terug te vinden in de hiërarchische indeling van de waarden (Hitlin & Piliavin 2004). Volgens Rokeach zijn waarden hiërarchisch geordend: wanneer bepaalde overeenstemmende waarden met elkaar in conflict komen, wordt de respondent gevraagd toch een keuze te maken. Schwartz stelt echter dat het in de praktijk ook voor kan komen dat mensen verschillende waarden even belangrijk vinden. Verschillende waarden hoeven volgens Schwartz dan ook niet met elkaar in conflict te komen: waarden die gelijk zijn bevinden zich dan ook doorgaans in dezelfde waardeoriëntatie. Gorgievski et al. (2006) beschrijven dit laatste verschil: Rokeach vraagt de respondenten de waarden te ranken, terwijl Schwartz de waarden scoort op relatief belang (rating).

Zowel het werk van Rokeach (1973) als van Schwartz (1992) over waardeoriëntaties, wordt tegenwoordig in verschillende onderzoeken geassocieerd en gerelateerd aan welbevinden, ook wel positieve geestelijke gezondheid. Voordat er gekeken kan worden naar een mogelijke relatie tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid, wordt eerst nader ingegaan op de positieve psychologie en de daarmee gepaard gaande positieve definitie van geestelijke gezondheid (Westerhof & Keyes, 2008).

1.2 Positieve psychologie

Traditioneel richt de geestelijke gezondheidszorg zich op de behandeling en preventie van geestelijke stoornissen. Er wordt meer aandacht besteed aan ontevredenheid en lijden, dan aan de oorzaken en consequenties van positief functioneren (Ryff, 1989). De positieve psychologie is dan ook de studie naar de condities en processen die bijdragen aan het florerende of optimale functioneren van mensen, groepen en instituties (Gable & Haidt, 2005, p.104). Marie Jahoda (1958) was in de late jaren vijftig een van de eersten die het concept geestelijke gezondheid in een positief daglicht zag, in plaats van de genezing of preventie van een mentale ziekte. Jahoda geeft in haar monografie zes criteria van het concept positieve geestelijke gezondheid. Het eerste criterium omschrijft ze als de attitude van een individu richting zichzelf. Het tweede criterium is volgens Jahoda de mate van groei, ontwikkeling of zelfactualisatie. Integratie, autonomie en perceptie van de realiteit zijn de daaropvolgende criteria. Als laatste is controle over de omgeving een criterium voor het concept positieve

geestelijke gezondheid. In de jaren tachtig verschenen er drie artikelen, die de studie van Jahoda over de positieve geestelijke gezondheid in de hoofdstroom van het sociaal psychologisch onderzoek brachten (Keyes, 2006). Allereerst was dit het artikel van Schwartz en Clore (1983). Zij onderzochten hoe meningen over de tevredenheid van iemands leven, beïnvloed worden door verkeerde toekenning van affectieve stadia. Vervolgens verscheen het artikel van Diener over emotioneel welbevinden (1984) en als derde het werk van Ryff over de zes dimensies van psychologisch welbevinden (1989). De positieve psychologie kreeg aan het eind van de vorige eeuw een sterke boost vanuit Amerika. Dit kwam door onder andere het werk van Seligman (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). In zijn werk gaf Seligman aan dat de exclusieve focus op pathologie de psychologie zo gedomineerd had, dat het model van de mens geen positieve kenmerken als hoop, moed, wijsheid bevatte, die het leven de moeite waard maken. Seligman gaf aan: "Treatment is not just fixing what is broken, it is nurturing what is best." (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Daarom vormde Seligman een model voor de wetenschap van de positieve psychologie. Hij voorspelde dat in de 21^e eeuw de psychologie van positief menselijk functioneren zou ontstaan, welke wetenschappelijk onderbouwd zou worden en effectieve interventies zou opleveren.

Binnen de positieve psychologie bestaan twee overlappende, maar gescheiden paradigma's: het hedonisme en het eudaimonisme (Ryan & Deci, 2001). Volgens de hedonische benadering bestaat positieve geestelijke gezondheid uit subjectief geluk, plezier en vermijding van pijn. Het concept van positieve geestelijke gezondheid staat gelijk aan de ervaring van positieve emoties versus negatieve emoties en tevredenheid op verschillende domeinen van het leven (Fava & Ruini, 2003). Volgens het eudaimonische perspectief bestaat positieve geestelijke gezondheid niet alleen uit het ervaren van geluk en plezier, maar ook uit het vervullen van iemands potentieel in het proces van zelfrealisatie (Joshani & Ghaedi, 2009). Concepten als zelfactualisatie en vitaliteit spelen hierin een rol. De hedonische en eudaimonische benaderingen verschillen van elkaar, maar vullen elkaar in het construct van positieve geestelijke gezondheid aan (Fava & Ruini, 2003; Keyes, 2006). Ryan en Deci (2001) sluiten hierbij aan en vinden dat positieve geestelijke gezondheid het beste gezien kan worden als een multidimensionaal fenomeen, dat zowel aspecten van het hedonische als eudaimonische paradigma omvat. De definitie van de World Health Organization (WHO) richt zich tevens op het multidimensionale karakter van positieve geestelijke gezondheid. Volgens de WHO is geestelijke gezondheid: "...not just the absence of mental disorder. It is defined as a state of well-being in which every individual realizes his or her own potential, can cope with the normal stresses of life, can work productively and fruitfully, and is able to make a contribution to her or his community" (World Health Organization, 2009). Het concept van positieve geestelijke gezondheid omvat, in het (onderzoeks-)veld van de positieve psychologie, drie brede concepten die overeenkomen met de definitie van het WHO. Namelijk het emotioneel welbevinden, psychologisch welbevinden en sociaal welbevinden. Deze drie concepten worden in de volgende paragrafen nader bekeken.

1.2.1 Emotioneel welbevinden

Emotioneel welbevinden¹ wordt als een multidimensioneel concept gezien (Keyes, 2006). Zo beschreef Diener in 1984 drie algemene componenten van emotioneel welbevinden: levenstevredenheid, positieve gevoelens en negatieve gevoelens. Emotioneel welbevinden wordt ook wel gezien als een brede categorie van fenomenen, waaronder de emotionele reactie van mensen, het domein tevredenheid en een globale beoordeling van levenstevredenheid (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999). De literatuur rondom emotioneel

¹ Emotioneel welbevinden staat in deze studie gelijk aan het hedonische en subjectieve welbevinden.

welbevinden houdt zich dus bezig met hoe en waarom mensen hun leven op positieve manieren ervaren, zowel cognitief als affectief. In 1967 schreef Wilson een artikel waarin hij een aantal gebieden onderzocht, die hij in verband bracht met geluk en blijheid, namelijk: leeftijd, gezondheid, inkomen, religie, huwelijk en geslacht. Diener et al. (1999) voegden een aantal aspecten toe die een invloed hebben op het emotioneel welbevinden: persoonlijkheid, sociale vergelijking, doelen, aanpassing en coping. Ze concludeerden echter dat het niet duidelijk is wat emotioneel welbevinden veroorzaakt, maar dat er gekeken moet worden naar de complexe interactie tussen cultuur, persoonlijkheid, cognities, doelen en de objectieve omgeving. In deze studie zal emotioneel welbevinden gemeten worden door de concepten levenstevredenheid en positieve gevoelens.

Levenstevredenheid

Levenstevredenheid betekent dat wanneer iemand een goede evaluatie over verschillende levensdomeinen heeft, deze evaluatie zal leiden tot een positieve kijk op het leven en tot hogere niveaus van emotioneel welbevinden (Kafka & Kozma, 2001).

Positieve gevoelens

Positieve gevoelens gaan over plezierige emotionele ervaringen. Dit kan betekenen dat een persoon plezierige emoties tijdens een levensperiode ervaart of dat een persoon vatbaar is voor zulke emoties, ook wanneer hij/zij deze momenteel niet ervaart (Diener, 1984).

1.2.2 Psychologisch welbevinden

Het psychologisch welbevinden is gebaseerd op het cognitieve model, ontworpen door Carol Ryff (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995; Fava & Ruini, 2003; De Vin & Pieters, 2005). Ryff ontwierp dit model omdat ze vond dat de literatuur van (psychologisch) welbevinden en de meetinstrumenten van positieve geestelijke gezondheid, theoretische onderbouwing misten. Vanuit een integratie van verschillende theoretische achtergronden, zoals de levensloopspsychologie van onder andere Erik Erikson, de literatuur gericht op het definiëren van positief psychologisch functioneren zoals Maslow's conceptie van zelfactualisatie en de persoonlijkheidspsychologie, trachtte Ryff (1989) in haar artikel de essentiële kenmerken van het psychologische welbevinden te definiëren. Ze beschrijft in haar model uiteindelijk zes factoren van psychologisch welbevinden. Deze zes factoren, respectievelijk zelfacceptatie, persoonlijke ontwikkeling, levensdoel, autonomie, controle over de omgeving en positieve relaties met anderen, worden hieronder kort toegelicht.

Zelfacceptatie

Mensen met een hoge zelfacceptatie hebben een positieve houding ten opzichte van zichzelf. Ze erkennen en accepteren meerdere persoonlijke aspecten, zowel de goede als de slechte kwaliteiten. Mensen die een lage zelfacceptatie hebben zijn ontevreden over zichzelf: een weerspiegeling van het gebrek aan zelfaanvaarding.

Persoonlijke ontwikkeling

Mensen met een grote persoonlijke ontwikkeling zien groeimogelijkheden. Ze staan open voor nieuwe ervaringen. Mensen met een lage persoonlijke ontwikkeling hebben een gevoel van persoonlijke stagnatie. Ze voelen zich niet in staat nieuw gedrag te ontwikkelen. Ze leggen de nadruk op hoe ver ze nog verwijderd zijn van hun doelen, in plaats zich te richten op de vooruitgang die al geboekt is.

Levensdoel

Mensen met een levensdoel hebben doelen en richting in het leven. Ze hebben overtuigingen die het leven zin geven. Mensen die geen levensdoel(en) hebben, hebben weinig gevoel van richting in het leven. Ze hebben geen overtuigingen of opvattingen die het leven betekenis geven.

Autonomie

Mensen met veel autonomie zijn onafhankelijk en zelfbepalend. Ze kunnen weerstand bieden aan sociale druk en kunnen zichzelf evalueren met persoonlijke standaarden. Mensen met weinig autonomie zijn bezorgd over de verwachtingen en evaluaties van andere mensen. Het maken van beslissingen laten zij afhangen van oordelen van anderen.

Controle over de omgeving

Mensen die hierop hoog scoren hebben een gevoel van controle en competentie in het omgaan met de omgeving. Ze zijn in staat een omgeving te kiezen of te creëren, aangepast aan de persoonlijke behoeftes en waarden. Mensen met weinig controle over de omgeving voelen zich niet in staat om de omgeving te veranderen of te verbeteren. Ze hebben weinig controle over de externe wereld.

Positieve relaties (met anderen)

Het hebben van positieve relaties betekent het hebben van warme, bevredigende en vertrouwelijke relaties met anderen. Mensen die dit hebben zijn bezorgd over het welzijn van anderen. Ze zijn in staat tot sterke empathie, intimiteit en affectie. Mensen die deze positieve, vertrouwelijke en intieme relaties niet hebben, voelen zich geïsoleerd en gefrustreerd in interpersoonlijke relaties. Ze vinden het moeilijk bezorgd, warm en open te zijn richting andere mensen.

Commentaar op het zes factoren model van psychologisch welbevinden, komt van Springer en Hauser in 2006 en is gericht op de invaliditeit van het model. In hun studie onderzochten Springer en Hauser (2006) of er substantiële onafhankelijke variatie tussen de zes factoren aanwezig was. Uit hun onderzoek kwamen erg hoge factor correlaties naar voren tussen de zes dimensies van het model van psychologisch welbevinden. Deze hoge correlaties werden voornamelijk gevonden tussen de dimensies persoonlijke groei, levensdoel, zelfacceptatie en controle over de omgeving. Een correlatie van 0.85 tussen zelfacceptatie en controle over de omgeving gaf aan dat 85% van de variatie in deze twee constructen overeenkwam. Springer en Hauser duiden hiermee op een invaliditeit in de factoriële structuur van het zes factoren model van Ryff.

In een commentaar op het artikel van Springer en Hauser (2006) schrijven Ryff en Singer (2006) dat de conclusies die Springer en Hauser (2006) trekken op basis van gepresenteerde studies, ongegrond zijn. Springer en Hauser zouden voor hun artikel alleen naar factoriële validiteit gekeken hebben en op basis daarvan geconcludeerd hebben dat het model geen zes gescheiden dimensies omvatte. Daarmee baseerden ze zich enkel op de correlaties tussen de latente constructen en negeerden tegenstrijdig bewijs dat naar voren komt uit vijf andere factoranalytische studies van Ryff en Singer. Daarnaast geven de auteurs aan dat de interpretaties die Springer en Hauser maken, falen te begrijpen wat de construct georiënteerde benadering van persoonlijkheidsonderzoek inhoudt. Ryff en Singer (2006) suggereren hiermee dat de opsomming van bewijs, wat betreft de dimensionaliteit van positieve geestelijke gezondheid, incompleet is en dat de analytische procedures die Springer en Hauser toepassen, op meerdere aspecten problematisch is. Ze concluderen in hun antwoord dat er wel

degelijk bewijs is voor de afzonderlijkheid van de zes dimensies in het model van psychologisch welbevinden.

Springer, Hauser en Freese (2006) komen hierop met een nieuw artikel waarin ze erbij blijven dat het psychologisch model van welbevinden van Ryff invalide is gebleken op de zes factor structuur. De onderzoekers vinden dat Ryff en Singer (2006) de sterke empirische bewijzen uit het eerste onderzoek van Springer et al. (2006) negeren en daarom raden ze dan ook uitdrukkelijk aan de meetmethodes en dimensionaliteit van het psychologisch welbevinden te heroverwegen.

1.2.3 Sociaal welbevinden

De modellen van het emotionele en het psychologische welbevinden, benadrukken individuele kenmerken van positieve geestelijke gezondheid. Keyes (1998) vond deze modellen echter te sterk gericht op het eigen individu. Hij beschreef dat individuen ingebed zijn in sociale structuren en gemeenschappen. Om optimaal functioneren en geestelijke gezondheid te kunnen begrijpen, is het volgens Keyes dan ook nodig onderzoek te doen naar sociale positieve geestelijke gezondheid. Dit wordt gezien als de beoordeling van iemands omstandigheid en functioneren in de maatschappij. Om sociaal welbevinden te beschrijven, onderzocht Keyes (2005a) vijf gemeenschappelijk dimensies: sociale integratie, sociale contributie, sociale coherentie, sociale actualisatie en sociale acceptatie.

Sociale integratie

Sociale integratie is de evaluatie van de kwaliteit van iemands relatie tot de maatschappij en de gemeenschap. De integratie is de omvang waarin iemand zich deel voelt van de maatschappij en de gemeenschap.

Sociale contributie

Sociale contributie is de evaluatie van iemands sociale waarde. Het is het gevoel dat iets waardevols gegeven kan worden aan de maatschappij.

Sociale coherentie

Sociale coherentie is de perceptie van de kwaliteit, organisatie, en operatie van de sociale wereld. Het omvat het zorgen voor en interesse in de samenleving en de omgeving. Daarnaast is het ook een gevoel om te kunnen begrijpen wat er in de wereld gebeurt.

Sociale actualisatie

Sociale actualisatie is de evaluatie van het potentieel van de maatschappij. Erin geloven dat de maatschappij mogelijkheden tot groei heeft.

Sociale acceptatie

Sociale acceptatie is het geloof en vertrouwen in het karakter en de kwaliteiten van andere mensen.

1.2.4 Positieve geestelijke gezondheid

Positieve geestelijke gezondheid kan volgens Keyes (2006) beschreven worden door de combinatie van emotioneel welbevinden (hedonisme), psychologisch en sociaal welbevinden (eudaimonisme). Een persoon met hoge niveaus van zowel emotioneel, psychologisch als sociaal welbevinden wordt door Keyes omschreven als *flourishing* (floreren). *Languishing* (wegkwijnen) wordt echter gezien als een staat van leegte waarin mensen emotioneel,

psychologisch en sociaal slecht welgesteld zijn. Gemiddeld geestelijk gezonde mensen zijn niet languishing, maar hebben ook niet de flourishing staat bereikt (Keyes, 2006). Keyes beschrijft dit ook wel als een gematigde geestelijke gezondheid (*moderate*) (Keyes, 2006). Geestelijke gezondheid is lange tijd gedefinieerd als de afwezigheid van geestelijke ziekte (Westerhof & Keyes, 2008). In het licht van de positieve psychologie onderzocht Keyes (2005a) of geestelijke gezondheid en geestelijke ziekte, bijvoorbeeld in de vorm van psychische stoornissen, twee onafhankelijke dimensies zijn. Uit zijn onderzoek kwam naar voren dat aan de ene kant geestelijke gezondheid, in de vorm van emotioneel, psychologisch en sociaal welbevinden en aan de andere kant geestelijke ziekte, gescheiden maar gecorreleerde dimensies zijn. Keyes (2007) beschrijft geestelijke gezondheid (in de vorm van flourishing) samen met de afwezigheid van geestelijke ziekte, als complete geestelijke gezondheid (Keyes, 2007). Mensen die floreren en niet geestelijk ziek zijn, functioneren in alle opzichten beter dan mensen met een mindere geestelijke gezondheid en/of geestelijke ziekte. Zij zijn lichamelijk gezonder, maken minder gebruik van de gezondheidszorg en zijn productiever in hun werk. Het niet floreren maar wegwijnen, in combinatie met een depressie, wordt gezien als disfunctioneel in termen van ervaren emotionele gezondheid, beperkingen in dagelijkse activiteiten en afname in werkdagen (Keyes, 2002; Keyes, 2005a; Westerhof & Keyes, 2008).

Optimale positieve geestelijke gezondheid wordt verbonden aan de persoonlijkheidsdimensies extravertie en consciëntieusheid. De persoonlijkheidsdimensie neuroticisme gaat echter eerder gepaard met minder emotioneel en psychologisch welbevinden. Naast persoonlijkheidsdimensies bestaan er ook andere factoren die in verband worden gebracht met optimale positieve geestelijke gezondheid. Factoren zoals een hogere leeftijd en educatie in de vorm van hoger onderwijs, worden in sommige onderzoeken verbonden met beter welbevinden (Keyes et al., 2002). De laatste jaren worden bepaalde waarden door verscheidene onderzoekers tevens geassocieerd met optimale positieve geestelijke gezondheid. Zeer recent vindt er dan ook onderzoek plaats naar een mogelijke samenhang tussen deze waardeoriëntaties en (de optimalisering van) positieve geestelijke gezondheid.

1.3 Samenhang tussen waarden en welbevinden

In verschillende onderzoeken is er gezocht naar een mogelijke relatie tussen waarden aan de ene kant en welbevinden of positieve geestelijke gezondheid aan de andere kant. Savig en Schwartz (2000) stelden twee verschillende hypothesen op die betrekking hadden op een mogelijke relatie tussen waarden en de cognitieve en affectieve aspecten van emotioneel welbevinden. Allereerst werd geopperd dat het emotionele welbevinden van een persoon af zou kunnen hangen van het profiel van waardeoriëntaties van die persoon. De eerste hypothese van Savig en Schwartz (2000) stelde dan ook dat er een direct effect zou kunnen zijn van waardeoriëntaties op welbevinden. Dit suggereerde dat het succesvol realiseren van iemands eigen waarden, het welbevinden van die persoon zou kunnen vergroten. De onderzoekers van de studie sloten echter ook niet uit dat een tegengestelde richting, namelijk een causale invloed van welbevinden op waardeoriëntaties, ook mogelijk zou kunnen zijn. De studieresultaten gaven ondersteuning voor directe, maar zwakke associaties tussen de basiswaarden en de affectieve component van welbevinden. De waarden prestatie, zelfbepaling en stimulatie correleerden positief en traditie negatief met affectief welbevinden. De tweede hypothese die Savig en Schwartz (2000) onderzochten, had betrekking op de fit tussen de waarden die een persoon heeft en de waarden zoals die voorkomen in de omgeving van die persoon. Deze fit zou van cruciaal belang zijn voor het welbevinden. De resultaten van de studie verschaften ook aan deze hypothese ondersteuning.

Een derde hypothese die betrekking heeft op de relatie tussen waarden en welbevinden, werd getest door Kasser en Ahuvia (2002). Zij onderzochten in hun studie intrinsieke en extrinsieke waarden bij studenten in Singapore. Intrinsieke waarden, zoals zelf acceptatie, zouden ervoor kunnen zorgen dat mensen gaan deelnemen aan ervaringen waardoor ze hun psychologische behoeften vervullen en daarmee hun welbevinden verbeteren. Extrinsieke waarden, zoals materiële successen, zouden de kwaliteit van leven juist kunnen verminderen. Kasser en Ahuvia (2002) onderzochten of de extrinsieke waarden zoals geld en populariteit geassocieerd waren met lager welbevinden, zelfs wanneer de omgevingsomstandigheden ondersteunend waren in deze waarden. Zoals de onderzoekers al verwacht hadden, rapporteerden de studenten die sterk geïnternaliseerde, materialistische waarden hadden, lagere zelf actualisatie, vitaliteit en geluk. Daarnaast rapporteerde deze groep respondenten verhoogde angst, fysieke symptomen en ontevredenheid. In de studie van Schmuck, Kasser en Ryan (1999) werd tevens onderzoek gedaan naar intrinsieke doelen (zelfacceptatie en maatschappelijk gevoel) en extrinsieke doelen (financieel succes en sociale erkenning) en hun relatie met welbevinden. Deze relatie werd onderzocht in een steekproef onder Duitse en Amerikaanse studenten. Uit hun bevindingen bleek dat Duitse studenten zich vooral richtten op intrinsieke doelen en tevens beter psychologisch welbevinden rapporteerden. Een focus op extrinsieke doelen bleek geassocieerd met lager psychologisch welbevinden.

In het onderzoek van Vansteenkiste, Duriez, Simons en Soenens (2006) werden twee groepen studenten onderzocht. De ene groep bestond uit business studenten en de andere groep uit leraren in opleiding. Zoals eerder beschreven stelden Savig en Schwartz (2000) de hypothese dat een fit tussen de waarden die een persoon heeft en de waarden zoals die voorkomen in de omgeving van die persoon, kan zorgen voor welbevinden. In navolging van deze hypothese verwachtten Vansteenkiste et al. (2006) dat de extrinsiek georiënteerde business studenten en de intrinsiek georiënteerde leraren in opleiding het meest optimale patroon van functioneren zouden vertonen, omdat het effect van de inhoud van de waarden af zou hangen van de match tussen de waarden van de studenten en de waarden zoals die voorkwamen in de omgeving. In contrast daarmee stond de hypothese zoals die uit het onderzoek van Kasser en Ahuvia (2002) voortkwam. Deze onderzoekers stelden de hypothese dat extrinsieke waarden in ieder geval negatief gerelateerd waren aan welbevinden, los van het type waarden die in de omgeving gepromoot werd. Hierbij werd ervan uitgegaan dat extrinsieke waardeoriëntaties negatief geassocieerd zouden zijn met welbevinden en fysieke gezondheid. In het onderzoek van Vansteenkiste et al. (2006) was dit laatste het geval bij de business studenten, aangezien zij in een extrinsiek georiënteerde omgeving leefden. Vansteenkiste et al. (2006) bekeken in hun studie welke van de twee hypothesen bevestigd kon worden. De resultaten van hun onderzoek verschaften bewijs voor de hypothese van Kasser en Ahuvia (2002), omdat naar voren kwam dat het negatieve effect van extrinsieke waarden zelfs naar voren kwam in een omgeving waar de extrinsieke waarden ondersteund werden. De studie van Vansteenkiste et al. (2006) sluit hiermee aan bij de resultaten van het onderzoek van Kasser en Ahuvia (2002).

De vierde hypothese die betrekking heeft op de samenhang tussen waarden en welbevinden, werd getest door Joshanloo en Ghaedi (2009). Zeer recent onderzochten zij de relatie tussen de basiswaarden uit de Value Theory van Schwartz (1992) en zowel hedonische als eudaimonische aspecten van welbevinden in een steekproef onder Iranische studenten. De waarden prestatie en traditie bleken significant gecorreleerd met zowel hedonische als eudaimonische aspecten van welbevinden. De waarden macht, zelfbepaling, universalisme, hulpvaardigheid en conformisme waren tevens gerelateerd aan eudaimonische aspecten van welbevinden. Het onderzoek van Joshanloo en Ghaedi (2009) laat zien dat er bepaalde waardeoriëntaties gecorreleerd zijn met welbevinden, oftewel positieve geestelijke gezondheid.

1.4 Deze studie

Zoals beschreven in de vorige paragraaf bestaat er verscheidene literatuur over de samenhang tussen waarden en welbevinden. Deze studie sluit hierbij aan. De hoofdvraag van deze studie richt zich op een mogelijke samenhang tussen deze waardeoriëntaties en zowel hedonische (emotioneel welbevinden) als eudaimonische aspecten (psychologisch en sociaal welbevinden) van (positieve) geestelijke gezondheid. Om deze samenhang te kunnen onderzoeken zal er allereerst gekeken worden naar een mogelijke onderliggende structuur in de RVS. Ten tweede zullen de waardeprioriteiten van de respondenten op de RVS onderzocht worden. Vervolgens zal gekeken worden naar het percentage van de respondenten waarbij er sprake is van geestelijke gezondheid. De mate van samenhang tussen waardeoriëntaties en welbevinden zal daarna onderzocht worden. Als laatste zal gekeken worden naar voorspellers van positieve geestelijke gezondheid, in termen van de waardeoriëntaties voortkomend uit de RVS.

1.4.1 Hoofdvraag

Passend bij bovenstaande onderzoeksopzet is de volgende hoofdvraag opgesteld.

“Wat is de samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid?”

Deze hoofdvraag is gebaseerd op de literatuur die bestaat over de mogelijke relatie tussen waardeoriëntaties en emotioneel, psychologisch en sociaal welbevinden. Om de hoofdvraag te kunnen beantwoorden zijn er een vijftal deelvragen opgesteld.

1.4.2 Deelvragen

De eerste twee deelvragen hebben betrekking op de waarden uit RVS en de derde deelvraag gaat over emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden. De laatste twee deelvragen hebben betrekking op de mogelijke samenhang tussen waarden en welbevinden.

1. *Bestaat er een onderliggende waardestructuur in de Rokeach Value Survey?*
2. *Wat is de prioriteit van de waardeoriëntaties van de respondenten?*
3. *In welke mate is er sprake van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden?*
4. *Is er sprake van een samenhang tussen waardeoriëntaties en emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden?*
5. *Welke waarden zijn voorspellers in de mate van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden?*

Uit de literatuur die gebruikt is om de deelvragen en de hoofdvraag te kunnen beantwoorden, komen ook een aantal hypothesen naar voren. Deze hypothesen worden in dit onderzoek nader bekeken en staan beschreven in de volgende paragraaf.

1.4.3 Hypothesen

Inhoudelijke samenhang waarden en welbevinden

De eerste hypothese van dit onderzoek stelt, net zoals Joshanloo en Ghaedi (2009), dat er een samenhang bestaat tussen de waarden van de RVS en de scores op emotioneel, psychologisch en sociaal welbevinden. Het idee achter deze samenhang is dat er een algemene match bestaat tussen waarden en welbevinden. Aan de ene kant zou het kunnen dat wanneer iemand een hoge niveaus van welbevinden heeft en emotioneel, sociaal en psychologisch goed in zijn vel

zit, diegene bepaalde waarden belangrijk(er) gaat vinden. Het omgekeerde kan ook het geval zijn: wanneer iemand bepaalde waarden belangrijk vindt en nastreeft, het welbevinden van die persoon verbetert. Omdat deze studie een cross-sectionele onderzoeksopzet heeft, is het niet mogelijk de exacte richting van deze samenhang te onderzoeken. Toch zijn er een aantal specifieke verwachtingen. Zo wordt verwacht dat de eindwaarden plezier, een comfortabel leven en een opwindend leven en de instrumentele waarde vrolijk, correleren met emotioneel (hedonisch) welbevinden, wat gemeten wordt door levenstevredenheid en positieve gevoelens.

Psychologisch (eudaimonisch) welbevinden wordt gemeten door zelfacceptatie, persoonlijke ontwikkeling, levensdoel, autonomie, controle over de omgeving en positieve relaties met anderen. De verwachting is dat psychologisch welbevinden samen zal hangen met de eindwaarden zelfrespect, ware vriendschap en prestatie en de instrumentele waarde onafhankelijk.

Als derde wordt verwacht dat sociaal (eudaimonisch) welbevinden, gemeten door de dimensies sociale integratie, sociale contributie, sociale coherentie, sociale actualisatie en sociale acceptatie, correleert met de eindwaarden gelijkheid en nationale veiligheid en de instrumentele waarde behulpzaam.

De hypothese dat er een algemene samenhang tussen waarden en welbevinden bestaat, wordt in deze studie tevens getoetst door een drietal stellingen. Door middel van deze drie stellingen kan aangegeven worden hoe belangrijk het ervaren van geluk en tevredenheid, het deel uitmaken van de samenleving en het ontwikkelen en ontplooien van de eigen persoon wordt gevonden. Het idee achter de samenhang is dat wanneer iemand (een van) de stellingen belangrijk vindt, diegene een hogere niveaus van welbevinden heeft. Er wordt dan ook een samenhang verwacht tussen de drie stellingen en emotioneel, psychologisch en sociaal welbevinden. Van de stelling over het ervaren van geluk en tevredenheid wordt verwacht dat deze een samenhang heeft met emotioneel welbevinden. Daarnaast wordt verwacht dat de stelling over het deel uit maken van en bijdragen aan de samenleving correleert met de subschaal sociaal welbevinden Als laatste wordt verwacht dat het ontwikkelen en ontplooien van de eigen persoon samenhangt met psychologisch welbevinden..

Omgevingsfit

De tweede hypothese heeft betrekking op de omgevingsfit. Deze fit tussen de waarden die een persoon heeft en de waarden zoals die voorkomen in de omgeving van die persoon, zou kunnen zorgen voor hoger welbevinden (Savig & Schwartz, 2000). Het gaat dus om een samenhang tussen de omgevingsfit van de waarden en het welbevinden. Aangezien Nederland een individualistisch georiënteerd land is, wordt verwacht dat de respondenten individualistische waarden zoals open, zelfrespect, prestatie, onafhankelijk en creatief als belangrijker beoordelen. De omgevingsfit heeft in dit geval betrekking op de individualistische waarden. Omdat deze waarden in de omgeving voorkomen, wordt verwacht dat wanneer de respondenten de individualistische waarden als belangrijk waarderen (en er dus sprake is van een fit met de omgeving), zij hoger scoren op emotioneel, psychologisch en sociaal welbevinden.

2 Methoden

2.1 Respondenten

De steekproef bestond uit 1076 respondenten afkomstig van Nederlandse huishoudens uit het Langlopende Internet Studies voor de Sociale wetenschappen panel (LISS-panel). De respondenten waren volwassenen in de leeftijd van 18 - 88 jaar ($N=1076$). De verdeling van sekse in de steekproef was nagenoeg gelijk, respectievelijk 49.4% was man ($n=532$) en 50.6% was vrouw ($n=544$). De gemiddelde leeftijd van de mannen ($M=50.28$, $SD=17.78$) lag iets hoger dan die van de vrouwen ($M=48.02$, $SD=18.02$). In de steekproef was 16.9% van de respondenten van allochtone afkomst en 52.6% van de respondenten was gehuwd. Tabel 3 toont deze en enkele andere beschrijvende statistieken van de respondenten.

Tabel 3. Beschrijvende statistieken van de respondenten ($N= 1076$)

	<i>n</i>	%
Sekse (vrouwelijk)	544	50.6
Leeftijd		
- 18 - 24	104	9.7
- 25 - 34	195	18.1
- 35 - 44	148	13.8
- 45 - 54	161	15.0
- 55 - 64	199	18.5
- > 65	269	25.0
Burgerlijke staat		
- Gehuwd	566	52.6
- Gescheiden van tafel en bed	4	.4
- Gescheiden	114	10.6
- Weduwe of weduwnaar	74	6.9
- Nooit getrouwd	318	29.6
Opleiding		
- Basis	109	10.1
- VMBO	280	26.0
- HAVO/VWO	134	12.5
- MBO	226	21.0
- HBO/WO	327	30.4
Allochtoon		
- Niet	886	82.3
- Wel	182	16.9
- Weet niet	8	.7
Uren betaald werk per week		
- 4 uur of minder	3	.3
- >4 en <12	18	1.7
- >11 en <30	128	11.9
- 30 uur of meer	407	37.8
- Weet niet	4	.4
- Niet ingevuld	516	48.0

2.2 Instrumenten

De vragenlijsten die gebruikt werden in deze studie bevatten items over positieve geestelijke gezondheid en waardeoriëntaties. Daarnaast werden ook de demografische variabelen van de respondenten bevraagd.

Demografische variabelen van de respondenten werden gevraagd, zoals het geslacht, de leeftijd, burgerlijke staat, genoten opleiding, allochtone afkomst en het aantal uren betaald werk per week.

Positieve geestelijke gezondheid werd gemeten door middel van de Mental Health Continuum – Short Form (MHC-SF) (Keyes, 2005b). Deze vragenlijst is een verkorte versie van de Mental Health Continuum- Long Form (Keyes, 2009). De Nederlandse vertaling van de MHC-SF is afkomstig van Westerhof en Keyes (2008) en wordt gezien als het meest complete instrument om geestelijke gezondheid te meten. De vragenlijst bestaat uit 14 items: 3 items representeren emotioneel welbevinden, 5 items representeren sociaal welbevinden en 6 items gaan over psychologisch welbevinden. Factoranalyse laat zien dat de MHC-SF de driefactor structuur van welbevinden goed repliceert (Keyes, 2002; Keyes et al., 2008). De items in de vragenlijst gaan over de aanwezigheid van uiteenlopende gevoelens gedurende de afgelopen maand. Een voorbeeld item is “Hoe vaak had u het gevoel dat u gelukkig was?”. De antwoordschalen lopen van 1 (nooit) tot 6 (elke dag). Door middel van een berekening kunnen er drie mental health categorieën onderscheiden worden: flourishing, moderate en languishing. Om als flourishing uit de vragenlijst naar voren te komen moet een persoon op 1 van de 3 items van emotioneel welbevinden antwoordoptie 5 of 6 (elke dag of bijna elke dag) invullen. Daarnaast moet de persoon 6 van de 11 positief functionerende items (sociaal en psychologisch welbevinden) beantwoorden met antwoordoptie 5 of 6 (elke dag of bijna elke dag). Languishing wordt bereikt wanneer iemand 1 van de 3 emotioneel welbevinden items nooit of een of twee keer heeft gevoeld. Tevens moet de persoon dan 6 van de 11 positief functionerende items ook nooit of maar een of twee keer hebben ervaren in de afgelopen maand. Personen die niet languishing of flourishing zijn, worden betiteld als moderate (Keyes, 2009). De totale MHC-SF heeft een hoge betrouwbaarheid ($\alpha=.89$) (Lamers, Westerhof, Bohlmeijer, Ten Klooster & Keyes, 2009; Westerhof & Keyes, 2008) en een goede criterium validiteit (Keyes et al., 2008). De betrouwbaarheid van de volledige schaal bleek in deze studie eveneens zeer goed ($\alpha=.91$), net als de betrouwbaarheid op de afzonderlijke subschalen (emotioneel $\alpha=.89$, $n=3$, sociaal $\alpha=.78$, $n=5$ en psychologisch $\alpha=.85$, $n=6$).

Waardeoriëntaties werden gemeten aan de hand van de Rokeach Value Survey (RVS) (Rokeach, 1973). Deze vragenlijst bestaat uit 36 items op alfabetische volgorde die opgesplitst is in twee lijsten met ieder 18 waarden. De eerste lijst beslaat eindwaarden (terminal values) zoals een comfortabel leven, wijsheid, verlossing en zelfrespect. De tweede lijst omvat instrumentele waarden (instrumental values) zoals hard werkend, behulpzaam, moedig en eerlijk. In de oorspronkelijke versie wordt aan de respondenten gevraagd de waarden hiërarchisch te rangschikken op wat het meest belangrijk voor ze is. Zo ontstaat een overzicht welke waarden de respondenten echt belangrijk vinden in het leven. Test-hertest gegevens van de RVS zijn redelijk met een ligging in de range van 0.70 en hoger (Rokeach, 1973). In deze studie is de (nog) niet gevalideerde Nederlandse versie van de Rokeach Value Scale gebruikt. In plaats van een hiërarchische waarde indeling is gekozen de respondent elke waarde afzonderlijk te laten scoren op een 7-puntsschaal, in overeenstemming met de aanbevelingen uit het onderzoek van Braithwaite en Law (1985). Hierbij geeft een score van 7

aan dat de respondent deze waarde zeer belangrijk vindt en een score van 1 betekent zeer onbelangrijk.

Naast de MHC-SF en de RVS kregen de respondenten een drietal losse stellingen met de vraag hoe belangrijk ze deze vonden. De eerste stelling was: “Het ervaren van geluk en tevredenheid in het leven”. De tweede stelling luidde: “Deel uitmaken van en bijdragen aan de samenleving” en de derde stelling was: “Het ontwikkelen en ontplooien van mijn eigen persoon”. De respondenten konden op deze stellingen antwoorden op een 6-puntsschaal, lopend van (1) niet belangrijk, tot (6) zeer belangrijk. De drie stellingen samen hadden een goede betrouwbaarheid ($\alpha=.76$).

2.3 Procedure

De dataverzameling is afkomstig van het LISS-panel (Langlopende Internetstudie in de Sociale Wetenschappen) (Scherpenzeel, 2009) en wordt beheerd door CentERdata. CentERdata is een instituut in Tilburg, dat gespecialiseerd is in dataverzameling en (online vragenlijsten) onderzoek. Hiervoor heeft CentERdata een geavanceerde data verzameling opgezet die snel, kosteneffectief en makkelijk te gebruiken is door de wetenschappelijke gemeenschap. Door de multidisciplinaire en longitudinale natuur van de dataverzameling is het mogelijk onderzoek te doen naar vele sociale fenomenen (Das, Kapteyn & Van Soest, 2006). Voor deze studie is het LISS-panel gebruikt dat een representatief panel vormt van 5000 Nederlandse privé huishoudens (ongeveer 7500 individuen), die maandelijks via het internet, tegen een vergoeding, vragenlijsten invulden. Wanneer een huishouden geselecteerd was voor het panel maar geen toegang tot het internet had, werd een internetverbinding ter beschikking gesteld om zo deze huishoudens toe te voegen en de representativiteit van het panel te kunnen behouden (Scherpenzeel, 2009). In mei 2008 zijn persoonlijkheidsdata met daarin de RVS afgenomen en in juni 2008 de positieve geestelijke gezondheidsdata met daarin de MHC-SF.

2.4 Design

Uit de longitudinale dataverzameling van het LISS-panel is één meetmoment gekozen waarvan de gegevens gebruikt zijn om in deze studie te analyseren. Er is sprake van een cross-sectionele onderzoeksopzet waardoor er gekeken zal worden naar voorkomen en samenhang en niet naar causale verbanden.

2.5 Data-analyse

De data van de vragenlijsten zijn geanalyseerd door middel van het statistische computerprogramma SPSS (16.0) (Huizinga, 2004). Allereerst werden de beschrijvende statistieken van de respondenten uiteengezet. De (onderliggende structuur van de) RVS werd geanalyseerd door middel van een factoranalyse. De prioriteit van de waardeoriëntaties op de RVS werden door middel van gecorrigeerde gemiddelden berekend. Vervolgens werd het percentage van de respondenten waarbij er sprake was van een goede geestelijke gezondheid, geanalyseerd aan de hand van de beschrijvende statistieken van de respondenten en de score op de MHC-SF. De vraag of er sprake was van een samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid, werd beantwoord door bivariate en partiële correlatieanalyses. Als laatste werden voor het voorspellen van de mate van positieve geestelijke gezondheid multiële hiërarchische regressieanalyses uitgevoerd, met de drie subschalen en de totale score op de MHC-SF als afhankelijke variabelen.

3 Resultaten

De eerste twee onderzoeksvragen, betreffende een eventuele onderliggende structuur en waardeprioriteiten van de RVS, worden in paragraaf 3.1 besproken. De derde onderzoeksvraag die betrekking heeft op de MHC-SF en de daarbij behorende mental health categorieën, wordt behandeld in paragraaf 3.2. De vierde onderzoeksvraag die over een mogelijke samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid gaat, wordt beantwoord in paragraaf 3.3. De laatste deelvraag betreft mogelijke voorspellers voor de mate van positieve geestelijke gezondheid en wordt in paragraaf 3.4 behandeld. Deze resultaten sectie zal afgesloten worden met een beantwoording van de hoofdvraag van deze studie over de inhoud van de samenhang tussen waarden en welbevinden.

3.1 Rokeach Value Survey

3.1.1 Bestaat er een onderliggende structuur in de Rokeach Value Survey?

Om de eventuele onderliggende structuur van de RVS te onderzoeken, is ervoor gekozen een Exploratory Factor Analysis (EFA) uit te voeren op de data. Met een EFA is het mogelijk een grote reeks variabelen tot een paar onderliggende factoren te reduceren. De 18 instrumentele waarden en de 18 eindwaarden zijn apart van elkaar gebruikt in de analyse. Bij de beoordeling van de waarden (collectivistisch versus individualistisch), is de indeling aangehouden zoals die naar voren kwam uit het onderzoek van Johnston (1995). De factoranalyse met de 18 instrumentele waarden gaf drie factoren aan met een eigenwaarde boven de 1 (zie tabel 4). Deze drie factoren verklaarden samen 60.28% van de variantie. De factoren werden geroteerd door middel van de varimax procedure, waardoor de indeling ontstond zoals weergegeven in tabel 4.

Tabel 4. Geroteerde factoranalyse met 18 ongecorrigeerde instrumentele waarden

	Factor		
	1	2	3
Liefdevol	.818		
Eerlijk	.789		
Behulpzaam	.763		
Verantwoordelijk	.712		
Open	.680		
Vergevingsgezind	.675		
Beleefd	.570	.493	
Vrolijk	.540		.458
Moedig	.462	.361	.397
Netjes		.805	
Gedisciplineerd		.799	
Gehoorzaam		.739	
Hard werkend	.430	.538	
Intellectueel			.763
Creatief			.753
Logisch		.446	.620
Onafhankelijk	.367		.590
Competent	.342	.365	.506
% verklaarde variantie	44.71	8.66	6.91
Eigenwaarde	8.05	1.56	1.24

Noot: Factorladingen lager dan 0.3 zijn weggelaten

De waarden liefdevol, eerlijk, behulpzaam, verantwoordelijk, open, vergevingsgezind, beleefd, vrolijk en moedig laadden op de eerste factor. Deze eerste factor verklaarde 44.71% van de variantie en bleek zeer betrouwbaar ($\alpha=.90$). Zeven van de negen waarden hadden een collectivistische inslag, wanneer de indeling aangehouden wordt zoals Johnston (1995) die in zijn onderzoek maakte. Doordat de meeste van deze waarden sociaal georiënteerd zijn, is ervoor gekozen de eerste factor te betitelen als “sociale waarden”.

De tweede factor bestond uit de waarden netjes, gedisciplineerd, gehoorzaam en hard werkend en verklaarde 8.66% van de variantie. De betrouwbaarheid van deze factor was ook goed ($\alpha=.82$). Drie van de vier waarden betroffen een collectivistische oriëntatie. Alle vier waarden hadden betrekking op bepaalde trekken, zoals zelfdiscipline en hard werkend, behorend bij de persoonlijkheidsdimensie zorgvuldigheid. Deze tweede factor representeerde dan ook “zorgvuldigheid”, beter bekend als conscientiousness.

De derde en tevens laatste factor bestaat uit de waarden intellectueel, creatief, logisch, onafhankelijk en competent en had een goede betrouwbaarheid ($\alpha=.78$). De waarden verklaarden 6.91% van de variantie. Alle vijf waarden van deze factor waren individualistisch georiënteerd. Een mogelijke naam voor deze factor zou dan ook “individualisme” kunnen zijn, maar omdat deze waarden allen ook bepaalde vaardigheden betroffen, werd deze derde factor betiteld als “individuele vaardigheden”.

Zoals te zien is in tabel 5, bleek in de eindwaarden een onderliggende subset van drie factoren aanwezig te zijn, allen met een eigenwaarde groter dan 1. Samen verklaarden deze factoren 59.39% van de variantie. De drie factoren werden geroteerd middels de varimax procedure.

Tabel 5. Geroteerde factoranalyse met 18 ongecorrigeerde eindwaarden

	Factor		
	1	2	3
Vrijheid	.815		
Zelfrespect	.804		
Gelijkheid	.760		
Geluk	.724	.393	
Wereldvrede	.650		.438
Ware vriendschap	.648		
Innerlijke harmonie	.622		
Nationale veiligheid	.608		.505
Het gezin	.602		.305
Wijsheid	.507	.415	
Opwindend leven		.763	
Schoonheid		.659	
Erkenning		.649	.358
Comfortabel leven	.355	.630	
Prestatie		.590	.499
Plezier	.527	.583	
Liefde en seksualiteit	.501	.556	
Verlossing			.769
% verklaarde variantie	43.05	9.79	6.55
Eigenwaarde	7.75	1.76	1.18

Noot: Factorladingen lager dan 0.3 zijn weggelaten

In tabel 5 is te zien dat de tien eindwaarden vrijheid, zelfrespect, gelijkheid, geluk, wereldvrede, ware vriendschap, innerlijke harmonie, nationale veiligheid, het gezin en wijsheid sterk laadden op de eerste factor. Deze factor verklaarde 43% van de variantie en had een goede betrouwbaarheid ($\alpha=.91$). Wanneer de indeling van Johnston (1995) gehanteerd

wordt, waren acht van deze tien waarden collectivistisch georiënteerd. Deze eerste factor omvatte psychologische waarden, zoals zelfrespect en innerlijke harmonie en sociale waarden, zoals gelijkheid en nationale veiligheid. De combinatie van psychologische waarden en sociale waarden maakt dat deze factor gelabeld wordt als “eudaimonische waarden”.

De zeven eindwaarden opwindend leven, schoonheid, erkenning, comfortabel leven, prestatie, plezier en liefde en seksualiteit laadden op de tweede onderliggende factor. Deze factor verklaarde 9.79% van de variantie, zoals te zien is in tabel 5, en had ook een goede betrouwbaarheid ($\alpha=.83$). Vijf van de zeven waarden waren individualistisch georiënteerd. Drie van de zeven waarden (comfortabel leven, opwindend leven en plezier) duiden op emotioneel welbevinden, of hedonisch welbevinden. Hedonische waarden is dan ook de benaming voor de tweede factor. De derde en laatste factor bestond maar uit één waarde, namelijk de waarde verlossing en verklaarde 6.55% van de variantie. Omdat aan deze factor maar een waarde ten grondslag ligt, wordt deze factor in de verdere analyse buiten beschouwing gelaten. De gevonden onderliggende factoriële structuur zal gebruikt worden bij de verdere beantwoording van de deelvragen en de hoofdvraag van deze studie.

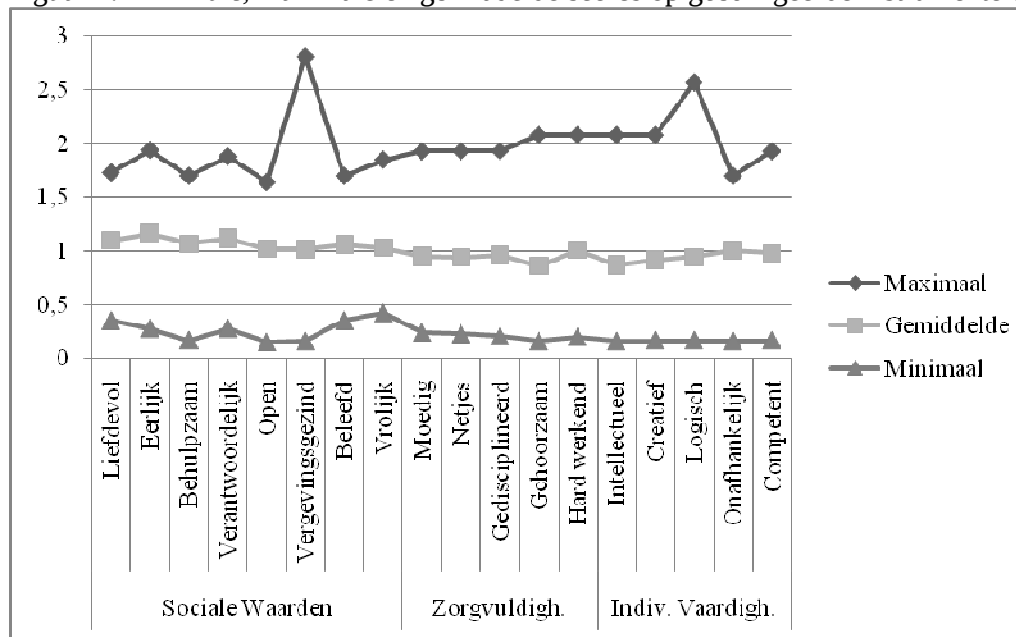
3.1.2 Wat is de prioriteit van de waardeoriëntaties van de respondenten?

Om de prioriteit van de waardeoriëntaties van de respondenten te kunnen onderzoeken, werd gebruik gemaakt van de scores op de instrumentele waarden en eindwaarden. Hieruit kwam naar voren dat de respondenten de instrumentele waarden ($M=5.70$, $SD=.77$) en de eindwaarden ($M=5.74$, $SD=.76$) over de gehele vragenlijst als even belangrijk beoordeelden. De gemiddelde scores kwamen beide uit in antwoordcategorie 5. Dit geeft aan dat gemiddeld genomen de respondenten de instrumentele waarden en de eindwaarden belangrijk tot zeer belangrijk vonden. Uit de factoranalyse met de instrumentele waarden kwamen drie onderliggende factoren naar voren. De eerste factor, sociale waarden, had een gemiddelde score van 6.02. Hieruit bleek dat de waarden van deze eerste factor door meer respondenten belangrijker werden gevonden, dan de andere twee factoren: zorgvuldigheid ($M=5.39$, $SD=1.04$) en individuele vaardigheden ($M=5.37$, $SD=.91$). De eerste factor die naar voren kwam uit de factoranalyse met de eindwaarden, eudaimonische waarden ($M=6.12$, $SD=.83$), had een hoger gemiddelde dan de tweede factor, hedonische waarden ($M=5.35$, $SD=.86$). Gemiddeld genomen waardeerden de respondenten de eudaimonische waarden dus als belangrijker dan de hedonische waarden. Uit de factoranalyse kwam naar voren dat de eudaimonische waarden voornamelijk collectivistisch georiënteerd waren en de hedonische waarden individualistisch. De collectivistische waarden werden dus hoger gewaardeerd bij de eindwaarden en grotendeels ook bij de instrumentele waarden.

Om de individuele verschillen in waardeprioriteiten te kunnen analyseren en vergelijken, was het nodig om te corrigeren voor individuele verschillen in schaalgebruik. Van de eindwaarden en instrumentele waarden is de totaalscore en de gemiddelde score op de RVS berekend. Vervolgens zijn de 36 waarden gecorrigeerd om de waardeprioriteiten van de respondenten te kunnen bepalen (waarde/gemiddelde score op instrumentele of eindwaarden). De waarde scores representeren op deze manier de relatieve belangrijkheid van elke waarde, in vergelijking met andere waarden. Om te bepalen of respondenten relatief hoger of lager scoorden op de instrumentele of eindwaarden, werd de totaalscore op de eindwaarden en instrumentele waarden afgezet tegen het persoonlijk gemiddelde van de respondent.

Door de instrumentele waarden en eindwaarden te corrigeren was het mogelijk een beeld te schetsen van de individuele verschillen van waardeprioriteiten. In figuur 1 is te zien dat de gemiddelden van de instrumentele waarden eerlijk en verantwoordelijk groter zijn dan 1.1. Dit geeft aan dat het merendeel van alle respondenten de instrumentele waarden eerlijk en verantwoordelijk als belangrijker beoordeelden, dan hun persoonlijk gemiddelde op de instrumentele waarden. Intellectueel en gehoorzaam werden als instrumentele waarden door het merendeel van de respondenten als lager beoordeeld, dan het persoonlijk gemiddelde op de instrumentele waarden.

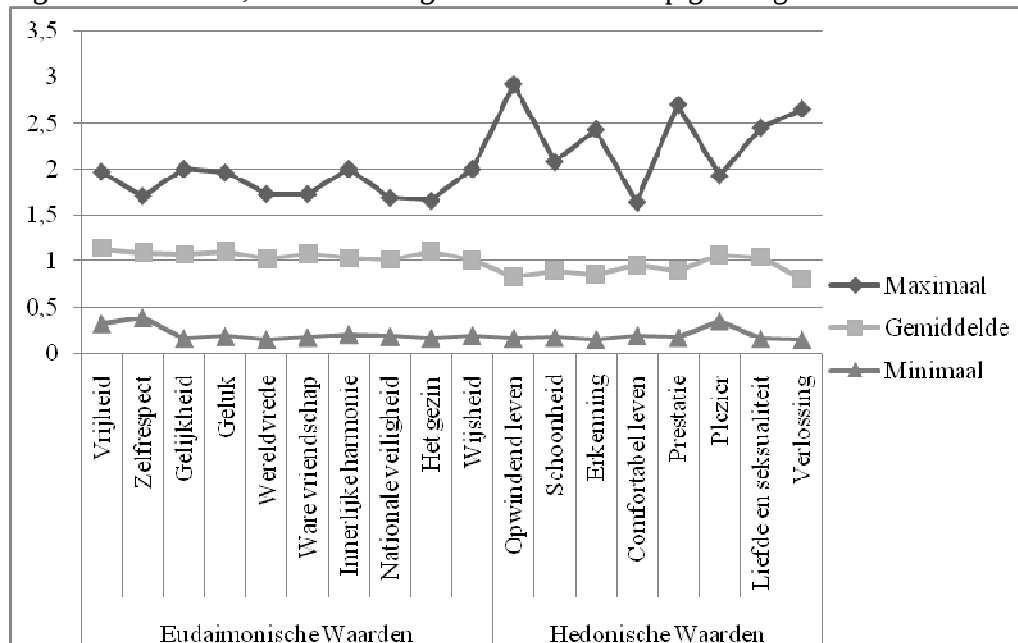
Figuur 1. Minimale, maximale en gemiddelde scores op gecorrigeerde instrumentele waarden



Figuur 2 geeft het overzicht weer van de gemiddelde gecorrigeerde eindwaarden. Uit de ongecorrigeerde eindwaarden kwam al naar voren dat de respondenten de eudaimonische waarden als belangrijker beoordeelden dan de hedonische waarden. In figuur 2 is dit ook goed te zien bij de gecorrigeerde eindwaarden: de gemiddelden van de gecorrigeerde eudaimonische waarden liggen hoger dan de gemiddelden van de gecorrigeerde hedonische waarden, met uitzondering van de waarden plezier en liefde en seksualiteit. De waarden vrijheid, geluk en gezin werden, met een gemiddelde boven de 1.1, als belangrijker beoordeeld dan het persoonlijk gemiddelde op de eindwaarden. De waarden verlossing en opwindend leven werden juist lager beoordeeld.

Zoals ook te zien is in figuur 1 en 2, bestonden er een aantal verschillen in de minimumwaarden en maximumwaarden. Zo werden de instrumentele waarden vergevingsgezind en logisch door een aantal respondenten als veel hoger dan hun gemiddelde score op de instrumentele waarden gewaardeerd. Opwindend leven, prestatie en verlossing werden door een aantal respondenten als eindwaarden veel hoger gewaardeerd, dan de gemiddelde score op de eindwaarden.

Figuur 2. Minimale, maximale en gemiddelde scores op gecorrigeerde eindwaarden



Naast de vragenlijst over waardeoriëntaties (de RVS) zijn tevens een drietal losse stellingen aan de respondenten voorgelegd. Een van deze stellingen ging over het ervaren van geluk en tevredenheid in het leven. 0.7% ($n=8$) van de respondenten gaf aan dit niet belangrijk te vinden, maar 35.3% ($n=380$) vond dit wel belangrijk. Het grootste gedeelte van de respondenten (47.9%, $n=515$) gaf aan het ervaren van geluk en tevredenheid zelfs zeer belangrijk te vinden. De tweede stelling betrof het deel uitmaken van en bijdragen aan de samenleving: 1.5% ($n=16$) van de respondenten gaf aan dit niet belangrijk te vinden. Het grootste gedeelte, namelijk 34.3% ($n=369$), vond het wel belangrijk en 22.3% ($n=240$) vond het zelfs zeer belangrijk. De derde stelling, het ontwikkelen en ontplooiën van mijn eigen persoon, werd door 0.9% ($n=10$) van de respondenten als niet belangrijk gezien. 36.1% ($n=388$) vond het belangrijk en 30.5% ($n=328$) vond dit zeer belangrijk.

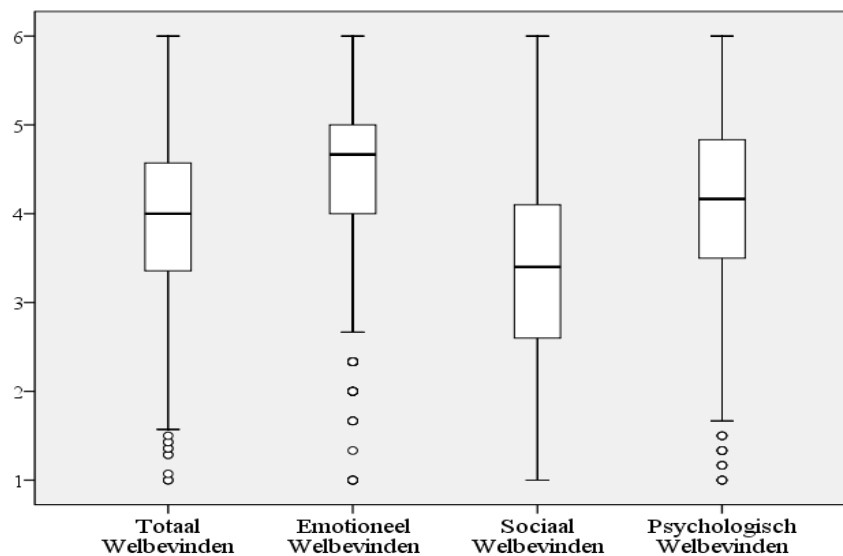
De prioriteit van de waardeoriëntaties en de uitkomsten op de stellingen geven een beeld van het antwoordpatroon van de respondenten. Deze resultaten zullen meegenomen worden in de beantwoording van de hoofdvraag van deze studie (zie paragraaf 3.5). Om een nog duidelijker beeld te krijgen, is de mate van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden bij de respondenten nader onderzocht.

3.2 Prevalentie positieve geestelijke gezondheid

3.2.1 In welke mate is er sprake van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden?

De MHC-SF is de vragenlijst die in deze studie gebruikt is om welbevinden onder de respondenten te onderzoeken. De subschalen van de lijst bestaan uit emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden. Figuur 3 laat een overzicht zien van de gemiddelde scores en standaarddeviaties op deze subschalen en de totale schaal. De subschaal emotioneel welbevinden had gemiddeld de hoogste score ($M=4.56$, $SD=1.02$). De score op de subschaal sociaal welbevinden was het laagste ($M=3.34$, $SD=1.04$).

Figuur 3. *M* en *SD* van de MHC-SF subschalen



Met de gegevens van de MHC-SF en de daarbij behorende berekening, is het mogelijk de mate van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden bij de respondenten te analyseren. In deze studie had het grootste gedeelte van de respondenten ($N=1076$) namelijk 63% ($n=687$), een gematigde geestelijke gezondheid en viel hiermee in de categorie *moderate*. Zoals te zien is in tabel 6 had 5.3% ($n=57$) van de respondenten lage niveaus van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden en werden daarmee omschreven als *languishing*. 31.7% ($n=341$) van de respondenten had hoge niveaus van zowel emotioneel, sociaal als psychologisch welbevinden en werd daarmee betiteld als *flourishing*.

Tabel 6. Mental health categorieën ($N= 1076$)

	<i>n</i>	%	% cumulatief
Languishing	57	5.3	5.3
Moderate	678	63.0	68.3
Flourishing	341	31.7	100

Noot: Zie Keyes (2009) voor de berekening van de categorieën

3.3 Samenhang waardeoriëntaties en welbevinden

3.3.1 Is er sprake van een samenhang tussen waardeoriëntaties en emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden?

Om antwoord te kunnen geven op de vierde onderzoeksvraag betreffende een mogelijke samenhang tussen waardeoriëntaties en welbevinden, is er een bivariate correlatieanalyse uitgevoerd. In paragraaf 3.1.2 staat een correctiemethode beschreven. De uit deze correctiemethode (Joshani & Ghaedi, 2009) voortkomende gecorrigeerde waarden van de RVS, zijn in de bivariate correlatieanalyse gebruikt. Omdat de MHC-SF ($D=0.05$, $P<0.00$) en de RVS ($D=0.07$, $P<0.00$) niet normaal verdeeld waren, is bij de correlatieanalyse de niet parametrische Spearman toets gebruikt. De correlaties uit de correlatieanalyse geven de richting van een lineaire samenhang aan en bestaan altijd uit een getal tussen de -1 en 1. Correlaties die dichtbij nul liggen, duiden op een heel zwak lineair verband (Moore & McCabe, 2001). In tabel 7 is te zien dat de drie subschalen van welbevinden onderling sterk samenhangen. Om voor deze sterke samenhang te kunnen controleren is een partiële

correlatieanalyse met Pearson correlaties uitgevoerd. Het berekenen van deze Pearson correlaties was gerechtvaardigd omdat de bivariate Spearman correlaties nagenoeg gelijk waren. De partiële correlatieanalyse was bedoeld om de relatie tussen de variabelen te bekijken, terwijl gecontroleerd werd voor het effect van een of meer andere variabelen (Huizinga, 2004).

Tabel 7. Spearman correlaties tussen de welbevinden schalen, ongecorrigeerde waarden en stellingen

	Totaal MHC-SF	Emotioneel Welbevinden	Sociaal Welbevinden	Psychologisch welbevinden
<i>Welbevinden</i>				
- Emotioneel	.70**	-		
- Sociaal	.88**	.47**	-	
- Psychologisch	.91**	.56**	.68**	-
<i>Instrumentele waarden</i>				
Sociale Waarden	.19**	.24**	.13**	.16**
Zorgvuldigheid	.08**	.13**	.07*	.05
Individuele Vaardigheden	.14**	.11**	.12**	.13**
<i>Eindwaarden</i>				
Eudaimonische waarden	.15**	.20**	.09**	.14**
Hedonische waarden	.22**	.16**	.18**	.21**
<i>Stellingen</i>				
Ervaren geluk en tevredenheid	.26**	.29**	.14**	.28**
Bijdragen aan samenleving	.39**	.26**	.37**	.34**
Ontwikkelen en ontplooiën persoon	.34**	.24**	.27**	.36**

Noot: * = $p < .05$, ** = $p < .01$

Vetgedrukt: Partiële correlatie is significant ($p < .05$) wanneer gecontroleerd wordt voor de andere MHC-SF subschalen

Tabel 7 geeft de correlaties tussen de instrumentele waarden, eindwaarden, stellingen en subschalen van de MHC-SF weer. De factoren sociale waarden en individuele vaardigheden, zoals die naar voren kwamen uit de factoranalyse, correleerden in de bivariate correlatieanalyse zeer significant met de subschalen emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden. Zorgvuldigheid hing echter alleen (sterk) significant samen met emotioneel en sociaal welbevinden. Alle drie factoren die ten grondslag lagen aan de instrumentele waarden bleken in de bivariate correlatieanalyse significant samen te hangen met de totale schaal van de MHC-SF. In de partiële analyse bleven echter alleen sociale waarden en zorgvuldigheid over die een significante samenhang met emotioneel welbevinden vertoonden.

De factoren die ten grondslag lagen aan de eindwaarden, namelijk eudaimonische en hedonische waarden, bleken tevens met alle onderdelen van de MHC-SF significant te correleren. Uit de partiële analyse met deze laatstgenoemde factoren bleek echter dat de hedonische waarden significant samenhangen met sociaal en psychologisch welbevinden en de eudaimonische waarden sterk samenhangen met emotioneel welbevinden. Kijkend naar de literatuur is dit een zeer opvallende uitkomst, aangezien normaliter de samenhang precies andersom is: hedonisch welbevinden wordt ook wel emotioneel welbevinden genoemd en eudaimonisch welbevinden bestaat uit sociaal en psychologisch welbevinden.

Zoals eerder besproken, zijn er naast de RVS een drietal losse stellingen aan de respondenten voorgelegd. Op deze stellingen konden de respondenten aangeven hoe belangrijk het ervaren van geluk en tevredenheid, het deel uit maken van en bijdragen aan de samenleving en het

ontwikkelen en ontplooiën van de eigen persoon voor hen was. De drie stellingen werden in verband gebracht met de MHC-SF. Hoewel het een significante maar gematigde correlatie was, correleerde de stelling over het ervaren van geluk en tevredenheid zoals verwacht het sterkst met de subschaal emotioneel welbevinden ($r_s=.29$, $P<0.01$). Daarnaast hing het bijdragen aan de samenleving het sterkst samen met de subschaal sociaal welbevinden ($r_s=.37$, $p<0.01$) en het ontwikkelen en ontplooiën van mijn eigen persoon het sterkst met de subschaal psychologisch welbevinden ($r_s=.36$, $p<0.01$). In de partiële analyse bleek de subschaal emotioneel welbevinden als enige significant met het ervaren van geluk en tevredenheid samen te hangen, wanneer er gecontroleerd werd voor de andere subschalen.

Tabel 7 liet zien dat zowel de instrumentele waarden, de eindwaarden en de drie stellingen significante correlaties aangaven met de totale schaal van de MHC-SF. De getoonde samenhang tussen de waarden en het totale welbevinden was echter wel laag tot gematigd. Om de specifieke samenhang te onderzoeken, zijn er voor de afzonderlijke instrumentele waarden (zie tabel 8) en eindwaarden (zie tabel 9) tevens bivariate en partiële correlatieanalyses uitgevoerd met de gecorrigeerde waarden.

In tabel 8 zijn de correlaties tussen de 18 instrumentele waarden, de totaalscore op de MHC-SF en de drie subschalen van de MHC-SF te zien. Hoewel significant, wat aangeeft dat er een verband tussen de variabelen aanwezig was, waren de correlaties over het algemeen laag.

Tabel 8. Spearman correlaties tussen de 18 gecorrigeerde instrumentele waarden en welbevinden schalen

Waarden	Waarde	MHC-SF Totaal	Emotioneel welbevinden	Sociaal welbevinden	Psychologisch welbevinden
Sociale Waarden	Liefdevol	.03	.04	-.02	.05
	Eerlijk	-.11**	-.11**	-.12**	-.07*
	Behulpzaam	-.04	-.02	-.04	-.03
	Verantwoordelijk	-.06	-.04	-.09**	-.03
	Open	.05	.06*	.03	.05
	Vergevingsgezind	.01	.02	-.01	.01
	Beleefd	-.01	-.00	-.03	.01
	Vrolijk	.09**	.08**	.04	.11**
	Moedig	.06	.06	.04	.05
Zorgvuldigheid	Netjes	-.07*	-.03	-.06	-.07*
	Gedisciplineerd	.00	.03	-.01	-.01
	Gehoorzaam	.00	.03	.03	-.04
	Hard werkend	.04	.04	.03	.04
Individuele Vaardigheden	Intellectueel	.08**	-.01	0.11**	.07*
	Creatief	-.02	-.08*	.02	-.02
	Logisch	-.04	-.04	-.04	-.02
	Onafhankelijk	-.03	-.03	-.04	-.01
	Competent	.04	.01	.03	.06

Noot: * = $p < .05$, ** = $p < .01$

Vetgedrukt: Partiële correlatie is significant ($p<0.05$), wanneer gecontroleerd wordt voor de andere MHC-SF subschalen

De waarden eerlijk, open, vrolijk en creatief correleerden in de bivariate correlatieanalyse (negatief) met de subschaal emotioneel welbevinden. Vergevingsgezind, open, liefdevol, intellectueel en creatief hadden (ook) significante partiële correlaties. De subschaal sociaal welbevinden correleerde in de bivariate correlatieanalyse negatief met de waarden eerlijk, verantwoordelijk en positief met de waarde intellectueel. Deze drie waarden, samen met de

waarde gehoorzaam, bleken in de partiële correlatieanalyse ook significant. De subschaal psychologisch welbevinden van de MHC-SF had een significante (partiële) correlatie met de waarden eerlijk, vrolijk, netjes, gehoorzaam, intellectueel en competent. De totale score op de MHC-SF had een significante negatieve correlatie met de waarden eerlijk en netjes, en een significant positieve correlatie met de waarden vrolijk en intellectueel.

De correlaties tussen de 18 eindwaarden en de welbevinden schalen zijn terug te vinden in tabel 9. Hierin valt het op dat bij de subschaal emotioneel welbevinden alleen in de partiële correlatieanalyse een aantal waarden significant correleerden. In de bivariate correlatieanalyse correleerden de waarden wereldvrede, het gezin, nationale veiligheid en vrijheid negatief met zowel de psychologische, als de sociale en de totale subschaal van de MHC-SF. Erkenning en opwindend leven correleerden significant positief met deze drie subschalen. Plezier, erkenning en opwindend leven waren waarden die positief samenhangen met de totale score op de MHC-SF. Nationale veiligheid, wereldvrede, het gezin en vrijheid correleerden negatief met deze totaalscore.

Tabel 9. Spearman correlaties tussen de 18 gecorrigeerde eindwaarden en welbevinden schalen

Waarden	Waarde	MHC-SF Totaal	Emotioneel welbevinden	Sociaal welbevinden	Psychologisch welbevinden
Eudaimonische Waarden	Vrijheid	-.10**	-.05	-.13**	-.08**
	Zelfrespect	-.00	.00	-.05	.03
	Gelijkheid	-.01	.01	-.02	-.01
	Geluk	-.01	.00	-.03	.02
	Wereldvrede	-.09**	-.01	-.06*	-.12**
	Ware vriendschap	-.02	-.02	-.02	-.01
	Innerlijke harmonie	.02	.01	.00	.05
	Nationale veiligheid	-.08**	.01	-.10**	-.09**
	Het gezin	-.08*	.01	-.10**	-.06*
	Wijsheid	.01	.03	-.01	.02
Hedonische Waarden	Opwindend leven	.12**	-.01	.14**	.12**
	Schoonheid	-.01	-.05	.00	.00
	Erkenning	.08**	-.02	.12**	.07*
	Comfortabel leven	-.02	-.04	-.04	.01
	Prestatie	.04	-.01	.06	.05
	Plezier	.07*	.02	.06	.07*
	Liefde en seksualiteit	.05	.04	.00	.07*
Verlossing	Verlossing	-.04	.04	-.02	-.06

Noot: * = $p < .05$, ** = $p < .01$

Vetgedrukt: Partiële correlatie is significant ($p < 0.05$), wanneer gecontroleerd wordt voor de andere MHC-SF subschalen

Tabel 7 liet zien dat de drie stellingen significante gematigde correlaties vertoonden met het totale welbevinden. Zowel de instrumentele waarden als de eindwaarden gaven significante, maar lage correlaties aan met de totale schaal van de MHC-SF. Wanneer gekeken werd naar de inhoud van de samenhang tussen de waarden en het welbevinden, in tabel 8 en 9, viel het op dat er geen duidelijk patroon in de samenhang te vinden was. Naast de lage correlaties en

het feit dat sommige waarden met meerdere subschalen samenhangen, zoals de waarden vrijheid en erkenning, was het opvallend dat de significantie niveaus van de waarden erg verschilden in de bivariate en partiële correlatieanalyse. Om deze uitkomsten nader te bekijken, zijn er vier regressieanalyses uitgevoerd om de voorspellers voor de mate van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden en de totale positieve geestelijke gezondheid te onderzoeken.

3.4 Voorspellers van positieve geestelijke gezondheid

3.4.1 Welke waarden zijn voorspellers in de mate van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden?

Om de afzonderlijke voorspellende waarde van de factoren en de waarden op de mate van positieve geestelijke gezondheid te kunnen analyseren, zijn vier multiële hiërarchische regressieanalyses uitgevoerd. In deze analyses werd nagegaan wat elke set van voorspellers toevoegde aan het verklaren van de afhankelijke variabelen, bovenop de voorgaande predictoren (Voeten & Van den Bercken, 2004). De vraag werd onderzocht of een set van voorspellers, in dit geval de verschillende instrumentele factoren, de eindfactoren en de drie stellingen, statistisch significant bijdroeg in het verklaren van de variantie van de afhankelijke variabelen, in dit geval de score van de subschalen op de MHC-SF en de totale score op de MHC-SF. In alle vier regressieanalyses werden de voorspellers opgedeeld in drie modellen. Het eerste model bestond uit de drie factoren die naar voren kwamen uit de factoranalyse met de instrumentele waarden: sociale waarden, zorgvuldigheid en individuele vaardigheden (zie paragraaf 3.1.1). Het tweede model bestond uit de factoren zoals die naar voren kwamen uit de factoranalyse met de eindwaarden: eudaimonische en hedonische waarden. Het derde model bestond uit de drie stellingen over het ervaren van geluk en tevredenheid, het deel uitmaken van de samenleving en het ontwikkelen en ontplooien van de eigen persoon.

Tabel 10 geeft de eerste regressieanalyse weer waarin de subschaal emotioneel welbevinden als afhankelijke variabele opgenomen is.

Tabel 10. Voorspellers voor de mate van emotioneel welbevinden

	Model			<i>R</i>	<i>R</i> ²	ΔR^2	<i>F</i>	ΔF
	1	2	3					
Voorspellers	β	β	β					
<i>Instrumentele</i>								
<i>Waarden</i>								
Sociale Waarden	.25***	.21***	.16**	.22	.05	.05	17.80***	17.80***
Zorgvuldigheid	-.01	-.02	.01					
Indiv. Vaardigh.	-.05	-.06	-.03					
<i>Eindwaarden</i>								
Eudaimonisch		.05	-.02	.22	.05	.00	11.28***	1.47
Hedonisch		.03	.01					
<i>Stellingen</i>								
1 Geluk			.22***	.36	.13	.08	19.51***	31.60***
2 Samenleving			.10**					
3 Persoon			.03					

Noot: Indiv. Vaardigh.=Individuele vaardigheden, 1= Het ervaren van geluk en tevredenheid in het leven, 2= Deel uitmaken van en bijdragen aan de samenleving, 3= Het ontwikkelen en ontplooien van mijn eigen persoon, * = $p < .05$, ** = $p < .01$, *** $p < .001$

Model 1, bestaande uit de factoren sociale waarden, zorgvuldigheid en individuele vaardigheden, verklaarde 5% van de variantie ($R^2 = .05$) en was zeer significant ($F_{(3, 1072)} = 17.80$, $p < 0.001$). Door de toevoeging van model 2 werden de twee factoren die naar voren kwamen uit de factoranalyse met de eindwaarden, namelijk hedonische en eudaimonische waarden, toegevoegd aan model 1. De toevoeging van model 2 bleek niet significant ($F_{(2, 1070)} = 1.47$, n.s.) en zorgde ook niet voor een toevoeging in de verklaarde variantie ($\Delta R^2 = .00$). In het derde model werden de drie stellingen als extra voorspellers voor de mate van emotioneel welbevinden toegevoegd. Deze toevoeging zorgde voor een toename van 8% in de verklaarde variantie ($\Delta R^2 = .08$) en was tevens zeer significant ($F_{(3, 1067)} = 31.60$, $p < .001$). Model 3 verklaarde in totaal 13% van de variantie ($R^2 = .13$). In dit uiteindelijke model bleken de factor sociale waarden ($\beta = .16$, $p < .001$), de eerste stelling over geluk en tevredenheid ($\beta = .22$, $p < .001$) en de tweede stelling over het deel uitmaken van de samenleving ($\beta = .10$, $p < .01$), significante voorspellers in de mate van emotioneel welbevinden. Zoals verwacht is het belangrijk vinden van het ervaren van geluk en tevredenheid in het leven (de eerste stelling) een goede voorspeller voor de mate van emotioneel welbevinden, dat ook wel gedefinieerd wordt als levenstevredenheid en positieve gevoelens.

Tabel 11 beschrijft de voorspellers voor de afhankelijke variabele sociaal welbevinden. Model 1 verklaarde 2% van de variantie ($R^2 = .02$) en bleek significant te zijn ($F_{(3, 1072)} = 7.63$, $p < .001$). De toevoeging van het tweede model met de hedonische en eudaimonische waarden bleek tevens significant ($F_{(2, 1070)} = 10.05$, $p < .001$). Ook dit model verklaarde 2% van de variantie ($R^2 = .02$). Model 3, het uiteindelijke model met daarin de instrumentele factoren, de eindfactoren en de drie stellingen, verklaarde in totaal 19% van de variantie ($R^2 = .19$). De toevoeging van dit model was significant ($F_{(3, 1067)} = 64.29$, $p < .001$). In model 3 waren de eudaimonische waarden negatieve ($\beta = -.14$, $p < .01$) en de hedonische waarden ($\beta = .16$, $p < .001$) positieve significante voorspellers voor de mate van sociaal welbevinden. De tweede stelling betreffende het deel uitmaken van en bijdragen aan de samenleving bleek, geheel niet onverwacht, tevens een significante voorspeller voor de mate van sociaal welbevinden ($\beta = .37$, $p < .001$).

Tabel 11. Voorspellers voor de mate van sociaal welbevinden

	Model			R	R^2	ΔR^2	F	ΔF
	1	2	3					
Voorspellers	β	β	β					
<i>Instrumentele Waarden</i>								
Sociale Waarden	.09*	.11*	.06	.15	.02	.02	7.63***	7.63***
Zorgvuldigheid	-.01	-.04	-.05					
Indiv. Vaardigh.	.07	.02	.03					
<i>Eindwaarden</i>								
Eudaimonisch		-.08	-.14**	.20	.04	.02	8.67***	10.05***
Hedonisch		.19***	.16***					
<i>Stellingen</i>								
1 Geluk			-.01	.43	.19	.15	30.49***	64.29***
2 Samenleving			.37***					
3 Persoon			.06					

Noot: Indiv. Vaardigh.=Individuele vaardigheden, 1= Het ervaren van geluk en tevredenheid in het leven, 2= Deel uitmaken van en bijdragen aan de samenleving, 3= Het ontwikkelen en ontplooiën van mijn eigen persoon, * = $p < .05$, ** = $p < .01$, *** $p < .001$

In tabel 12 wordt de derde regressieanalyse weergegeven, waarin de subschaal psychologisch welbevinden als afhankelijke variabele opgenomen is. Het eerste model met de instrumentele waarden verklaarde 3% van de variantie ($R^2 = .03$) en was significant ($F_{(3, 1072)} = 12.69$, $p < .001$). De toevoeging van het tweede model met de eindwaarden was tevens significant ($F_{(2, 1070)} = 8.51$, $p < .001$) zorgde voor een verhoging van 2% in de verklaarde variantie ($\Delta R^2 = .02$). Dit derde model zorgde voor een toename van 13% in de verklaarde variantie ($\Delta R^2 = .13$) en was tevens zeer significant ($F_{(3, 1067)} = 55.99$, $p < .001$). In totaal verklaarde het uiteindelijke model 18% van de variantie ($R^2 = .18$) en waren er meerdere significante voorspellers voor de mate van psychologisch welbevinden: de factoren sociale waarden ($\beta = .12$, $p < .05$) en zorgvuldigheid ($\beta = -.09$, $p < .05$), de eudaimonische waarden als negatieve voorspeller ($\beta = -.10$, $p < .05$), de hedonische waarden als positieve voorspeller ($\beta = .12$, $p < .01$) en de drie stellingen ($\beta = .12$, $p < .001$, $\beta = .20$, $p < .001$, $\beta = .14$, $p < .001$).

Tabel 12. Voorspellers voor de mate van psychologisch welbevinden

	Model			R	R^2	ΔR^2	F	ΔF
	1	2	3					
Voorspellers	β	β	β					
<i>Instrumentele</i>								
<i>Waarden</i>								
Sociale Waarden	.19***	.17**	.12*	.19	.03	.03	12.69***	12.69***
Zorgvuldigheid	-.09*	-.13**	-.09*					
Indiv. Vaardigh.	.07	.01	.03					
<i>Eind factoren</i>								
Eudaimonisch		-.02	-.10*	.22	.05	.02	11.13***	8.51***
Hedonisch		.17***	.12**					
<i>Stellingen</i>								
1 Geluk			.12***	.42	.18	.13	29.02***	55.99***
2 Samenleving			.20***					
3 Persoon			.14***					

Noot: Indiv. Vaardigh.=Individuele vaardigheden, 1= Het ervaren van geluk en tevredenheid in het leven, 2= Deel uitmaken van en bijdragen aan de samenleving, 3= Het ontwikkelen en ontplooien van mijn eigen persoon, * = $p < .05$, ** = $p < .01$, *** $p < .001$

Tabel 13 laat de vierde en tevens laatste regressieanalyse zien met de totale score op de MHC-SF als afhankelijke variabele. Deze analyse is uitgevoerd om antwoord te kunnen geven op de onderzoeksvraag welke waarden geassocieerd waren met emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden. Model 1 bestond in deze regressieanalyse uit de factoren sociale waarden, zorgvuldigheid en individuele vaardigheden. Dit eerste model verklaarde 4% van de variantie ($R^2 = .04$) en bleek zeer significant ($F_{(3, 1072)} = 14.48$, $p < 0.001$). In Model 2 werden de twee factoren die naar voren kwamen uit de factoranalyse met de eindwaarden, namelijk hedonische en eudaimonische waarden, toegevoegd aan model 1. Model 2 zorgde voor een toevoeging van slechts 2% in de verklaarde variantie ($\Delta R^2 = .02$), wat overigens wel een significante verbetering was op model 1 ($F_{(2, 1070)} = 8.59$, $p < 0.001$). In het derde model werden de drie stellingen als extra voorspellers van de mate van positieve geestelijke gezondheid toegevoegd. Deze toevoeging zorgde voor een toename van 15% in de verklaarde variantie ($\Delta R^2 = .15$) en was tevens zeer significant ($F_{(3, 1067)} = 66.79$, $p < .001$). Model 3 verklaarde in totaal 20% van de variantie ($R^2 = .20$). In dit uiteindelijke model bleken de factor sociale waarden ($\beta = .12$, $p < .05$) en de factoren eudaimonische waarden ($\beta = -.11$, $p < .05$) en hedonische waarden ($\beta = .13$, $p < .001$) significante voorspellers in de mate van positieve

geestelijke gezondheid. De drie stellingen ($\beta = .11$, $p < .01$, $\beta = .28$, $p < .001$, $\beta = .11$, $p < .01$) waren eveneens alle drie significante voorspellers van de mate van welbevinden.

Tabel 13. Voorspellers voor de mate van positieve geestelijke gezondheid

	Model			<i>R</i>	<i>R</i> ²	ΔR^2	<i>F</i>	ΔF
	1	2	3					
Voorspellers	β	β	β					
<i>Instrumentele Waarden</i>								
Sociale Waarden	.19***	.18**	.12*	.20	.04	.04	14.48***	14.48***
Zorgvuldigheid	-.05	-.08*	-.07					
Indiv. Vaardigh.	.05	.00	.02					
<i>Eindwaarden</i>								
Eudaimonisch		-.03	-.11*	.23	.05	.02	12.25***	8.59***
Hedonisch		.17***	.13**					
<i>Stellingen</i>								
1 Geluk			.11**	.45	.20	.15	34.11***	66.79***
2 Samenleving			.28***					
3 Persoon			.11**					

Noot: Indiv. Vaardigh.=Individuele vaardigheden, 1= Het ervaren van geluk en tevredenheid in het leven, 2= Deel uitmaken van en bijdragen aan de samenleving, 3= Het ontwikkelen en ontplooien van mijn eigen persoon, * = $p < .05$, ** = $p < .01$, *** $p < .001$

In paragraaf 3.3.1 kwam uit de correlatieanalyse een opmerkelijke samenhang naar voren tussen de eudaimonische en hedonische waarden en de drie subschalen van de MHC-SF. In de beschreven regressieanalyses laten de eudaimonische en hedonische waarden tevens een onverwacht patroon zien. Het zou logisch zijn als de hedonische waarden voorspellend zouden zijn geweest voor de mate van emotioneel welbevinden. Het tegenovergestelde is echter het geval: de hedonische waarden blijkt juist een zeer significante voorspeller voor de andere twee subschalen van de MHC-SF: sociaal en psychologisch welbevinden. Een ander opvallend patroon in de eudaimonische en hedonische waarden, dat naar voren komt in alle vier regressieanalyses, is dat de eudaimonische waarden in alle vier analyses (significante) negatieve voorspellers bleken te zijn. De hedonische waarden bleken echter (significante) positieve voorspellers te zijn. Een andere opmerkelijk resultaat naar voren komt uit de regressieanalyses, is het feit dat de derde factor van de instrumentele waarden, individuele vaardigheden, in geen van de modellen in de afzonderlijke regressieanalyses een significante voorspeller is.

De gegevens uit de regressieanalyse bevestigen de resultaten uit de correlatieanalyses op het gebied van de drie stellingen. De correlatieanalyses lieten een gematigde, significante samenhang zien tussen de totale score op de MHC-SF en de drie stellingen. In de regressieanalyse is tevens te zien dat de drie stellingen significante voorspellers zijn voor de mate van positieve geestelijke gezondheid. De uitkomsten van de correlatie- en regressieanalyses worden in de volgende paragraaf gebruikt ter de beantwoording van de hoofdvraag van deze studie.

3.5 Conclusie

3.5.1 Deelvragen

Om tot een antwoord te komen op de hoofdvraag van deze studie over de samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid, zijn een vijftal deelvragen onderzocht. De eerste twee deelvragen gingen over de RVS. Als antwoord op de eerste deelvraag wees een factoranalyse drie onderliggende factoren onder de instrumentele waarden van de RVS aan: sociale waarden, zorgvuldigheid en individuele vaardigheden. Aan de eindwaarden bleken twee factoren ten grondslag te liggen: eudaimonische en hedonische waarden. Tevens werd door middel van de factoranalyse onderzoek gedaan naar een eventuele andere onderliggende structuur van de RVS. In dit onderzoek is de tendens van een collectivistische versus individualistische onderliggende subset van waarden (Johnston, 1995) niet volledig, maar wel grotendeels teruggevonden in de factoranalyse. Bij de instrumentele waarden bleken de factoren sociale waarden en zorgvuldigheid collectivistisch georiënteerd en de waarden van de factor individuele vaardigheden waren individualistisch georiënteerd. De eindwaarden omvatten tevens een tweedeling in collectivistische versus individualistische waarden: de eudaimonische waarden waren grotendeels collectivistisch en de hedonische waarden voornamelijk individualistisch georiënteerd.

Als antwoord op de tweede deelvraag van deze studie naar de waardeprioriteiten van de RVS, kwam naar voren dat de respondenten de instrumentele waarden en de eindwaarden als even belangrijk beoordeelden. Bij de instrumentele waarden werden de sociale waarden door de respondenten belangrijker gevonden dan de andere twee factoren van de instrumentele waarden: zorgvuldigheid en individuele vaardigheden. De eerste factor die naar voren kwam uit de factoranalyse met de eindwaarden, eudaimonische waarden, werd belangrijker gevonden dan de hedonische waarden. Deze resultaten, in combinatie met de uitkomsten van de factoranalyse, gaven aan dat bij zowel de instrumentele waarden als de eindwaarden de collectivistisch georiënteerde waarden hoger werden gewaardeerd, dan de individualistische waarden.

De derde deelvraag had betrekking op de MHC-SF. Om een beeld te krijgen van het emotionele, sociale en psychologische welbevinden van de respondenten, werden de mental health categorieën van de MHC-SF geanalyseerd. Het grootste gedeelte van de respondenten (63%) had een gematigde geestelijke welgesteldheid (moderate), 5.3% had lage niveaus van welbevinden (languishing) en 31.7% had hoge niveaus van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden (flourishing).

In de vierde deelvraag werd onderzocht of er mogelijk sprake was van een samenhang tussen waarden en welbevinden. Uit een bivariate correlatieanalyse kwam naar voren dat de instrumentele waarden, de eindwaarden en drie stellingen over het ervaren van geluk en tevredenheid, het deel uit maken van en bijdragen aan de samenleving en het ontwikkelen en ontplooiën van de eigen persoon, allen laag maar zeer significant gecorreleerd waren met positieve geestelijke gezondheid. Het antwoord op de vijfde deelvraag van het onderzoek sloot hierbij aan: hier bleken de sociale waarden, de eudaimonische en hedonische waarden en de drie stellingen voorspellers voor de mate van positieve geestelijke gezondheid. Het model met deze voorspellers verklaarde in totaal 20% van de variantie.

3.5.2 Hoofdvraag

Hoe de inhoudelijke samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid er precies uit zag, was het onderwerp van de hoofdvraag van deze studie. Hiermee gingen twee hypothesen vergezeld. De eerste hypothese ging over de inhoudelijke samenhang tussen waarden en welbevinden, de tweede hypothese betrof de omgevingsfit.

3.5.3 Hypothesen

Inhoudelijke samenhang waarden en welbevinden

Gebaseerd op het werk van Savig en Schwartz (2000) stelde de eerste hypothese dat er sprake zou zijn van een samenhang tussen de waarden van de RVS en de scores op emotioneel, psychologisch en sociaal welbevinden. De verwachting dat de eindwaarden plezier, een comfortabel leven en een opwindend leven zouden correleren met emotioneel (hedonisch) welbevinden, werd niet bevestigd. Er bestond geen duidelijke significante samenhang tussen deze constructen. De hypothese dat psychologisch (eudaimonisch) welbevinden zou correleren met de eindwaarden zelfrespect, ware vriendschap en prestatie, kon tevens niet bevestigd worden: deze waarden bleken niet significant gecorreleerd met deze subschaal. Alleen de waarde zelfrespect bleek in de partiële correlatieanalyse significant te correleren, echter verwaarloosbaar. De verwachting dat sociaal (eudaimonisch) welbevinden positief zou samenhangen met de eindwaarden gelijkheid en nationale veiligheid kon opnieuw niet worden bevestigd: nationale veiligheid bleek wel significant, maar negatief met sociaal welbevinden te correleren.

Wat betreft de samenhang tussen de instrumentele waarden en het welbevinden, kon alleen de hypothese bevestigd worden dat de waarde vrolijk in de bivariate correlatieanalyse significant samenhang met emotioneel welbevinden. Hierbij moet wel opgemerkt worden dat de waarde vrolijk ook sterk samenhang met psychologisch welbevinden. Over het algemeen genomen was het opvallend dat de instrumentele waarde eerlijk met zowel sociaal, psychologisch als emotioneel welbevinden significant negatief correleerde. Dit geeft aan dat als de waarde eerlijk hoger gewaardeerd wordt, het welbevinden lager is. Het omgekeerde kan echter ook het geval zijn: wanneer het welbevinden hoger wordt, de waarde eerlijk als minder belangrijk beoordeeld wordt.

Naast de afzonderlijke waarden van de RVS, werd tevens een samenhang verwacht tussen de drie stellingen en de subschalen van de MHC-SF. Deze samenhang werd, in tegenstelling tot de samenhang bij de afzonderlijke waarden, wel bevestigd. Uit de correlatieanalyses kwam naar voren dat alle drie stellingen sterk significant samenhangen met het totale welbevinden. Uit de regressieanalyse met positieve geestelijke gezondheid als afhankelijke variabele kwam dit beeld ook naar voren. Hier bleken de drie stellingen significante voorspellers voor de mate van positieve geestelijke gezondheid. De verwachtingen over een mogelijke samenhang tussen de drie stellingen en de subschalen emotioneel, psychologisch en sociaal welbevinden werden tevens bevestigd. Zoals verwacht hing het ervaren van geluk en tevredenheid het sterkst samen met emotioneel welbevinden, het deel uitmaken van en bijdragen aan de samenleving correleerde het sterkst met de subschaal sociaal welbevinden en het ontwikkelen en ontplooiën van de eigen persoon het sterkst met psychologisch welbevinden.

In een antwoord op de vraag over de inhoudelijke samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid, kwam een opmerkelijke uitkomst naar voren die hier niet mag ontbreken. In de correlatieanalyses en regressieanalyses lieten de eudaimonische en hedonische waarden namelijk een opvallend patroon zien. Tegen de verwachtingen in bleken de eudaimonische waarden sterk samen te hangen met emotioneel welbevinden en de hedonische waarden met sociaal en psychologisch welbevinden.

Omgevingsfit

De tweede hypothese die betrekking had op de hoofdvraag van deze studie ging over de omgevingsfit. De fit tussen de waarden die een persoon heeft en de waarden zoals die voorkomen in de omgeving van die persoon, zou kunnen zorgen voor hoger welbevinden (Savig & Schwartz, 2000). De verwachting was dat, aangezien Nederland een individualistisch georiënteerd land is, de respondenten individualistische waarden als belangrijker beoordeelden. De gemiddelde scores op de individualistische en collectivistische waarden gaven echter een tegengesteld resultaat. De collectivistische waarden werden, zowel bij de instrumentele waarden als bij de eindwaarden, door de respondenten hoger gewaardeerd als de individualistische waarden.

Het is echter wel opmerkelijk dat, ondanks dat de individualistische waarden als minder belangrijk gevonden werden, de samenhang van deze waarden met de totale score op de MHC-SF groter was, dan de samenhang van de collectivistische waarden met de totale score op de MHC-SF. Wanneer een respondent de individualistische waarden dus belangrijk vond, dan werd er hoger gescoord op emotioneel, psychologisch en sociaal welbevinden. Dit gegeven kan verduidelijkt worden aan de hand van de correlatieanalyse uit tabel 7. Voor de eindwaarden was namelijk de verwachting dat de tweede individualistisch georiënteerde factor (hedonische waarden) hoger zou correleren met de totale score op de MHC-SF dan de eerste, collectivistisch georiënteerde factor (eudaimonische waarden). Deze verwachting werd bevestigd. Bij de instrumentele waarden werd verwacht dat de derde factor (individuele vaardigheden) met een individualistische inslag, een grotere samenhang zou vertonen met de totale score op de MHC-SF, dan de eerste twee collectivistische factoren (sociale waarden en zorgvuldigheid). Deze verwachting ging deels op: de eerste factor (sociale waarden) hing het sterkst samen met welbevinden, maar de derde factor (individuele vaardigheden) had daarna de grootste samenhang. De tweede factor (zorgvuldigheid) hing het minst sterk samen met emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden. Hoewel gemiddeld genomen de meeste respondenten de individualistische waarden zoals open, zelfrespect en prestatie als minder belangrijk beoordelen dan de collectivistische waarden, bestond er een grotere samenhang met emotioneel, psychologisch en sociaal welbevinden wanneer een respondent de individualistische waarden als belangrijker waardeerde. Dit kwam ook naar voren uit de regressieanalyses. In alle vier regressieanalyses bleken de hedonische waarden positieve voorspellers te zijn. De eudaimonische waarden bleken echter in alle vier analyses negatieve voorspellers te zijn voor de mate van welbevinden. Gezien het feit dat de eudaimonische waarden collectivistisch en de hedonische waarden individualistisch georiënteerd waren, komt ook hier naar voren dat individualistische waarden voorspellers zijn voor de mate van positieve geestelijke gezondheid. Het tweede gedeelte van de hypothese betreffende de omgevingsfit kan dus worden bevestigd: ervan uitgaande dat Nederland individualistisch georiënteerd is, zou het nastreven van individualistische waarden kunnen zorgen voor hogere niveaus van welbevinden.

4 Discussie

In dit onderzoek werd aandacht besteed aan twee constructen: waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid. Doel van deze studie was te onderzoeken of er sprake zou kunnen zijn van een samenhang tussen beide en hoe deze samenhang er precies uit zou zien. Voor zover bekend is er nog niet eerder onderzoek naar deze samenhang gedaan door middel van de RVS en de MHC-SF. De bevindingen van deze studie geven dan ook nieuw inzicht op dit gebied. Alvorens een goede conclusie te kunnen trekken over de samenhang, was het van belang de waardeprioriteiten en eventueel onderliggende structuur van de RVS nader te bekijken. In deze studie bleek grotendeels een tweedeling van collectivistisch georiënteerde versus individualistisch georiënteerde waarden ten grondslag te liggen aan de RVS. Dit was in overeenstemming met de resultaten uit het onderzoek van Johnston (1995). Voor het onderzoeken van de samenhang was het tevens van belang eerst een goed beeld te krijgen van het emotionele, sociale en psychologische welbevinden in Nederland. Het verkregen beeld dat naar voren kwam uit de categorieën van de MHC-SF, kwam goed overeen met eerder onderzoek (Westerhof & Keyes, 2008).

Door middel van bivariate en partiële correlatieanalyses werd getracht een antwoord te geven op de vraag of er sprake was van een samenhang tussen de afzonderlijke waarden van de RVS en welbevinden. De lage tot gematigde, maar zeer significante correlaties tussen de factoren en stellingen aan de ene kant en de welbevinden schalen en totale schaal van de MHC-SF aan de andere kant, leken te duiden op een lichte samenhang. Zo bleken de eindwaarden nationale veiligheid, wereldvrede, gezin en vrijheid significant negatief samen te hangen met sociaal en psychologisch welbevinden. Een verklaring voor deze gevonden samenhang ligt misschien in het feit dat het geen haalbare waarden zijn voor een persoon om na te streven. Het is niet realistisch om waarden als wereldvrede en nationale veiligheid in je eentje te realiseren. Dit blijkt ook wel uit de negatieve samenhang: het nastreven van een belangrijke, maar onhaalbare waarde zoals wereldvrede, kan voor lager welbevinden zorgen. Bij eventueel toekomstig onderzoek dient hier rekening mee gehouden te worden. Zo zal er bij het gebruik van de RVS gerealiseerd moeten worden dat niet alle waarden die door middel van deze lijst gemeten worden, haalbaar zijn.

In een antwoord op de hoofdvraag van deze studie werd gekeken naar de samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid. Zoals uit de bivariate en partiële correlatieanalyses naar voren kwam, paste de samenhang die gevonden werd niet in het verwachte plaatje. De vooraf opgestelde eerste hypothese betreffende de inhoudelijke samenhang tussen waarden en welbevinden kon niet worden bevestigd: geen van de waarden correleerde zoals verwacht met de bijbehorende subschalen van de MHC-SF. Hierbij was het opmerkelijk dat de significantie niveaus van de waarden in de bivariate en partiële correlatieanalyses veel van elkaar verschilden. Sommige waarden waren in de bivariate correlatieanalyse zeer significant, maar in de partiële correlatieanalyse juist niet en andersom. Een mogelijke verklaring hiervoor zou de aanwezigheid van een suppressor effect kunnen zijn: een storende variabele die de samenhang tussen twee variabelen onderdrukte of verborg, zodat de twee variabelen geen verband leken te hebben. Wanneer er gecontroleerd werd op het effect, wat gebeurde in de partiële analyse, dan bleken de twee variabelen wel degelijk samen te hangen. Welke van de twee correlatieanalyses echter gebruikt werd, de hypothesen die waren opgesteld om de samenhang van bepaalde instrumentele en eindwaarden met de verschillende subschalen van welbevinden te bepalen, konden niet worden bevestigd. Dat de samenhang niet in het verwachte plaatje paste, kwam ook naar voren uit de correlatie- en regressieanalyses met de eudaimonische en hedonische waarden. Tegen alle verwachtingen in bleken de eudaimonische waarden sterk samen te hangen met emotioneel welbevinden en de

hedonische waarden juist met sociaal en psychologisch welbevinden. Voor deze gevonden samenhang is echter nog geen duidelijke verklaring gevonden.

Hoewel de inhoudelijke samenhang tussen de afzonderlijke waarden van de RVS en welbevinden niet zoals verwacht was, kwam de verwachte sterke samenhang tussen de drie stellingen en emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden wel naar voren. Dat de drie stellingen wel correleerden maar de afzonderlijke waarden niet, kan mogelijk verklaard worden door de manier waarop de waardeoriëntaties gemeten werden. De meer concrete en directe manier van meten bij de drie stellingen zou ervoor gezorgd kunnen hebben dat de waardeoriëntaties anders gewaardeerd werden en daarmee de samenhang duidelijker naar voren kwam.

Dat de hypothese die betrekking had op de inhoudelijke samenhang tussen de afzonderlijke waarden van de RVS en welbevinden niet in overeenstemming was met de literatuur, ligt niet alleen aan de manier waarop de waardeoriëntaties gemeten zijn. Het feit dat de RVS een gedateerde vragenlijst is om waarden te meten, zou een andere mogelijke verklaring kunnen zijn. De gedateerdheid zorgt namelijk voor beperkingen bij de interpretatie van de resultaten. Omdat de vragenlijst al in de jaren zeventig ontworpen is om instrumentele waarden en eindwaarden te meten, zijn bepaalde waarden uit de lijst niet zo hedendaags meer. Een voorbeeld hiervan is dat in de vragenlijst de waarde verlossing voorkomt. Volgens Oppenhuisen en Sikkels (2002) wist vrijwel iedere Nederlander in de jaren vijftig dat daarmee vrijmaking van de erfzonde bedoeld werd. Tegenwoordig is dit begrip echter niet zo bekend meer. In deze studie laat de waarde verlossing ook een afwijkend patroon zien: uit factoranalyse met de eindwaarden komt naar voren dat de waarde verlossing als enige waarde op de derde onderliggende factor laadt.

Dat de RVS niet meer zo up-to-date is, geeft tevens een andere verklaring voor de weinig gevonden samenhang in deze studie. Door de RVS uit 1973 te combineren met de recent ontwikkelde MHC-SF, ontstaat er een smelting van gedateerde waarde-items met zeer moderne welbevinden schalen. Naast de gedateerdheid van bepaalde items, is het opmerkelijk dat het de RVS aan goede empirische onderbouwing ontbreekt. Dit zorgt ervoor dat de RVS een steeds minder gebruikt meetinstrument is in het huidige onderzoek naar waarden: recente onderzoeken maken vooral gebruik van de Schwartz Value Survey. De resultaten die in deze onderzoeken gevonden zijn op het gebied van samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid, hebben dan ook allemaal betrekking op de vragenlijst van Schwartz. Dit maakt het voor deze studie aan de ene kant lastiger een goede vergelijking te maken van de onderzoeksresultaten met de resultaten uit ander waardeonderzoek waarin nog wel gebruik gemaakt wordt van de RVS. Aan de andere kant geeft het ook een mogelijke verklaring voor de gevonden lage correlaties: de hypothesen van deze studie zijn allemaal gebaseerd op literatuur die gebruik heeft gemaakt van de Schwartz Value Survey. De hypothesen zijn dan ook gebaseerd op de tien basiswaarden van Schwartz, maar gemeten met de waarden van Rokeach.

Naast het gebruik van de RVS moet er bij de interpretatie van de resultaten voorzichtig worden omgegaan met een aantal mogelijke vormen van bias. De betrouwbaarheid van het onderzoek kan bijvoorbeeld aangetast zijn doordat de vragenlijsten berusten op zelfrapportage (Kaplan & Saccuzzo, 2005). Bij vragenlijsten die door middel van zelfrapportage ingevuld worden, wat veelvuldig voorkomt in psychologisch wetenschappelijk onderzoek, is het mogelijk dat er bias ontstaat in de testresultaten. Daarnaast is in deze studie de RVS niet in zijn oorspronkelijke staat afgenomen: er was sprake van raten (scoren op relatief belang) in plaats van ranken (hiërarchisch ordenen). Hierdoor moesten bij sommige analyses de gecorrigeerde waarden worden berekend, wat ervoor gezorgd heeft dat de resultaten moeilijker te interpreteren en te vergelijken waren. Opvallend was wel dat bij de analyses waarin de ongecorrigeerde waarden gebruikt werden, de samenhang sterker leek te zijn, dan

bij de analyses met de gecorrigeerde waarden. Dit zou mogelijk te maken kunnen hebben met iets dat al eerder in deze discussie genoemd werd, namelijk de manier waarop de waardeoriëntaties gemeten werden. De sterkere samenhang kwam tot uiting bij het gebruik van de ongecorrigeerde waarden in combinatie met de meer concrete en directe manier van meten bij de stellingen.

De tweede hypothese die betrekking had op de hoofdvraag van deze studie, ging over de omgevingsfit. In tegenstelling tot de eerste hypothese, kon deze hypothese grotendeels bevestigd worden. De aanname bij deze hypothese, dat Nederland een individualistisch georiënteerd land is, was echter niet zo vanzelfsprekend. De gemiddelde scores op zowel de instrumentele waarden als de eindwaarden lieten namelijk een ander beeld zien. Gemiddeld genomen werden de collectivistische waarden door de respondenten als belangrijker beoordeeld dan de individualistische waarden. Met deze uitkomsten is het dus maar de vraag of Nederland wel een individualistisch georiënteerd land is en daarmee of de aanname in deze studie wel gerechtvaardigd was. Een mogelijke verklaring zou te maken kunnen hebben met het feit dat de omgeving in deze studie te breed gespecificeerd was. Literatuur op dit gebied dat onderzoek deed naar de omgevingsfit, gebruikte namelijk specifieke steekproeven met een duidelijk afgebakende omgeving (Savig & Schwartz, 2000). Deze studie heeft echter heel Nederland als omgeving gebruikt om de omgevingsfit te onderzoeken.

Kijkend naar het bovenstaande zijn er een aantal beperkingen van deze studie naar voren gekomen. Het gebruik van de MHC-SF is echter een groot pluspunt. De representativiteit van de steekproef, het grote aantal diverse huishoudens met een grote leeftijdsrange, verschillende beroepen en afkomst, zorgden voor een diversiteit die garant staat voor de samenstelling van de Nederlandse bevolking. De MHC-SF is daarnaast zowel in de literatuur als in dit onderzoek, een betrouwbaar meetinstrument gebleken in de replicatie van de driedeling van welbevinden. Naast de representativiteit van de schaal en de hoge betrouwbaarheid, is het gebruik van de MHC-SF een toevoeging aan de (huidige) literatuur. Voor zover bekend is er niet eerder onderzoek gedaan met de MHC-SF in combinatie met de RVS, wanneer het gaat om het onderzoeken van de samenhang tussen waardeoriëntaties en positieve geestelijke gezondheid.

4.1 Aanbevelingen vervolgonderzoek

Zoals in de discussie beschreven werd, waren de uitkomsten op de eerste hypothese over de inhoudelijke samenhang niet zoals verwacht. Dit kwam waarschijnlijk vooral door het gebruik van de RVS als meetinstrument om waardeoriëntaties te meten. Het is dan ook een aanbeveling om in het LISS-panel de RVS te vervangen door de Schwartz Value Survey en opnieuw de correlatie- en regressieanalyses uit te voeren. Dit biedt de mogelijkheid om de hypothesen te toetsen aan de hand van een recentere waardevrageenlijst, betere validatie en ondersteunende literatuur. Een combinatie van de Schwartz Value Survey en de MHC-SF zou tevens een interessante toevoeging zijn aan de recente literatuur.

Hoewel de inhoudelijke samenhang tussen de afzonderlijke waarden van de RVS en welbevinden niet zoals verwacht was, kwam er wel een duidelijke en sterke samenhang tussen de drie stellingen en welbevinden naar voren. De manier waarop waarden gemeten werden zou dus ook een verklaring kunnen zijn voor de gevonden samenhang. Het wordt dan ook aanbevolen waardeoriëntaties in vervolgonderzoek te meten door middel van meer concrete en directe vraagstelling, bijvoorbeeld in de vorm van stellingen.

Mocht er in de nieuwe opzet met de Schwartz Value Survey of directere vraagstelling een duidelijker verband gevonden worden tussen waarden en welbevinden, zou vervolgonderzoek in de vorm van een effectstudie naar de causaliteit een logische stap zijn. Dit om de richting van welbevinden op waarden of waarden op welbevinden te onderzoeken.

Daarnaast is gebleken dat het onderzoeken van een mogelijke omgevingsfit gedaan zou moeten worden aan de hand van een duidelijk afgebakende omgeving, in plaats van ruim opgestelde aannames over de omgeving. Savig & Schwartz (2000) onderzochten, net als deze studie, naar een mogelijke omgevingsfit. In hun conclusie werd duidelijk dat, ondanks dat zij gebruik maakten van een duidelijk afgebakende omgeving, de meeste respondenten zich maar een deel van hun tijd in die bepaalde omgeving bevonden. Vaak is er dus sprake van meerdere invloedrijke omgevingen die een rol kunnen spelen in het nagaan van de omgevingsfit. Savig & Schwartz bevelen in hun studie dan ook aan dat vervolgonderzoek op dit gebied eerst de impact van de verschillende omgevingen dient te bestuderen. Door het toevoegen van een aantal vragen of een vragenlijst over de perceptie van waarden, zou het beter mogelijk moeten zijn de waarden die een persoon heeft, te koppelen aan de waarden zoals die volgens die persoon in zijn/haar omgeving voorkomen. Deze toevoeging wordt dan ook aanbevolen bij vervolgonderzoek naar de omgevingsfit.

4.2 Praktische implicaties

Uit de MHC-SF kwam naar voren dat het grootste gedeelte van de respondenten gemiddelde tot hoge niveaus van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden had. In Nederland functioneren de meeste mensen in mentaal opzicht wel goed: zij hebben geen stoornis en ervaren een hoge mate van welbevinden (Trimbos, 2009b). Er is echter ook een groep mensen die niet goed in hun vel zitten. Dit kan zijn door depressies of angstklachten, maar ook doordat ze simpelweg ongelukkig zijn. De behandeling van psychische klachten is jaarlijks een grote maatschappelijke kostenpost. Het is echter niet alleen van belang om goede zorg te realiseren voor mensen met psychische problemen. Er zal ook geïnvesteerd moeten worden in de mentale fitheid van de Nederlandse bevolking. Volgens het Trimbos (2009b) is investeren in mentaal vermogen in het bijzonder relevant bij jongeren, de beroepsbevolking en ouderen. Mensen die mentaal fitter zijn en een betere positieve geestelijke gezondheid hebben, ervaren minder snel last van psychische klachten en zijn arbeidsproductiever (Westerhof & Keyes, 2008). Hierdoor zou de kostenpost van de overheid verminderd kunnen worden. Het is daarom belangrijk aandacht te besteden aan de ontwikkeling van interventies die positieve geestelijke gezondheid promoten en mensen mentaal fitter maken. Tegenwoordig worden vanuit de positieve psychologie interventies ontwikkeld, die ingezet kunnen worden voor de bevordering van geestelijke gezondheid, geluk en welbevinden. Deze positieve interventies geven, net zoals medisch onderzoek aantoont dat beweging en het eten van groenten goed voor je is, aan dat cliënten gedrag kunnen aannemen en mentale gewoontes kunnen vormen die goed voor ze zijn (Gable & Haidt, 2005). In de huidige maatschappij is er een groot aanbod van online interventies. Deze zijn laagdrempelig, vaak gratis, anoniem en hebben een aanzienlijk groot bereik. Onderzoeken van de laatste jaren richten zich dan ook op positief psychologische interventies die via het internet aangeboden kunnen worden. Een voorbeeld van dit soort onderzoek komt uit Amerika. Daar onderzochten Seligman, Steen, Park en Peterson (2005) een vijftal online psychologische interventies, gericht op het vermeerderen van individueel geluk. De vijf interventies waren vijf verschillende oefeningen die de onderzoekers getest hebben in een gerandomiseerde internet studie. Eén van de oefeningen was gericht op dankbaarheid, twee oefeningen gingen over het vergroten van het bewustzijn over wat het meest positieve aan iemand is. Bij de laatste twee oefeningen lag de focus op het identificeren van karaktersterktes. Geluk en depressiviteit werden aan de hand van vragenlijsten op een website voor- en achteraf aan de oefening gemeten. Uit het onderzoek van Seligman et al. (2005) bleek dat bij drie van de interventies geluk bij de respondenten blijvend verhoogd werd en depressieve symptomen afnamen. Deze drie interventies richtten zich op positieve kanten, het versterken van karaktersterktes en dankbaarheid. In Nederland

wordt er tevens hard gewerkt aan interventies die gebaseerd zijn op de positieve psychologie. Zo is er vanuit het Trimbos Instituut (2009a) een project genaamd “Mental Fitness” ontworpen, onderdeel van het overkoepelende Mentaal Vitaal project. Doel van dit project is het bevorderen van de geestelijke gezondheid en het versterken van zelfmanagement bij psychische problematiek.

In deze studie kwamen de resultaten minder duidelijk naar voren, maar verscheidene literatuur gaf aan dat het nastreven van bepaalde (gezonde) waarden zou kunnen resulteren in betere positieve geestelijke gezondheid, of hoger psychologisch, sociaal en emotioneel welbevinden. Interventies die gericht zijn op het versterken van de mentale fitheid en het verhogen van welbevinden, zoals het “Mental Fitness” project, zouden aandacht kunnen schenken aan dit gegeven. Mensen zouden tijdens de interventie bewust gemaakt kunnen worden over de samenhang tussen waarden en welbevinden en bijvoorbeeld op een website met hun eigen (ongezonde) waarden aan de slag gaan.

Een laatste horde die dan nog genomen moet worden is het Nederlandse beleid op dit gebied aan te passen. Een positieve benadering van psychische gezondheid is geen onderdeel van het Nederlandse beleid (RIVM, 2009). Dit is in tegenstelling met wat de Europese Unie en de World Health Organization adviseren en in contrast met wat andere landen al wel doen. Het beleid zou zich niet alleen op preventie psychische stoornissen moeten richten, maar ook op activiteiten die het psychische welbevinden van de bevolking kunnen versterken. Kijkend naar het aantal mensen dat in deze studie lage niveaus van emotioneel, sociaal en psychologisch welbevinden ervaart, wordt het tijd dat de overheid zich ook eens van de positieve kant laat zien.

5 Dankwoord

Bij dezen wil ik graag een woord van dank richten aan degenen die mij geholpen hebben met de totstandkoming van deze Masterthese. Allereerst wil ik mijn begeleiders Dr. G.J. Westerhof en S.M.A. Lamers, Msc bedanken voor hun begeleiding en kritische blik op de these tijdens het afstudeerproces. Het afstudeeronderzoek is in de eerste fase door een aantal onvoorziene tegenslagen en samenloop van omstandigheden niet (altijd) zo gelopen als gepland. Gelukkig werd er vanuit mijn begeleiders goede ondersteuning geboden. Hiervoor wil ik ze dan ook graag bedanken.

In de eerste fase van mijn afstudeertraject heb ik contact gehad met een aantal mensen die ik hier in het dankwoord ook niet wil overslaan. Als eerste is dat Dr. E.T. Bohlmeijer voor zijn begeleiding. Tevens wil ik E. Kuiper van Dimence, L. Bolier van het Trimbos Instituut en mijn studiegenote V. Kovács bedanken. De laatstgenoemde wil ik in het bijzonder bedanken voor de gezellige samenwerking in de eerste fase van het afstudeertraject. Als laatste wil ik graag mijn vriend Erik, familie en vriendinnen bedanken voor hun steun.

6 Referenties

- American Psychological Association. (2001). *Publication Manual of the American Psychological Association*. Washington DC: American Psychological Association.
- Braithwaite, V.A., & Law, H.G. (1985). Structure of Human Values: Testing the Adequacy of the Rokeach Value Survey. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, (1), 250-263.
- CentERdata. (2009). Verkregen op 6 september, 2009, van http://www.centerdata.nl/nl/TopMenu/Databank/LISS_panel_data/index.html?uri=/nl/index.html
- Das, J.W.M., Kapteyn, A., Van Soest, A.H.O. (2006). An Advanced Multi-Disciplinary Facility for Measurement and Experimentation in the Social Sciences (MESS). Verkregen op 8 september, 2009, van <http://www.centerdata.nl/export/sites/CentERdata/Downloads/mess.pdf>
- De Vin, C., & Pieters, G. (2005). Voorkomen van recidief bij depressie: Fava's cognitieve psychotherapie gericht op welzijn. *Tijdschrift voor psychiatrie*, 47, 319-323.
- Diener, E. Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276-302.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Kesebir, P., & Lucas, R. (2008). Benefits of accounts of well-being – For societies and for psychological science. *Applied Psychology: an international review*, 57, 37-53.
- Fava, G.A., & Ruini, C. (2003). Development and characteristics of a well-being enhancing psychotherapeutic strategy: well-being therapy. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 34, 45-63.
- Franzen, G., & Bouwman, M. (1999). *De mentale wereld van merken*. Alphen aan den Rijn: Kluwer.
- Gable, S.L., & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology? *Review of General Psychology*, 9(2), 103-110.
- Gorgievski, M.J., Kemp, R.G.M., & Faber, A. (2006). Waarden in het MKB. Literatuuronderzoek en ontwikkeling meetmethodiek. Verkregen op 12 september, 2009, van <http://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/500086001.pdf>
- Hitlin, S., & Piliavin, J.A. (2004). VALUES: Reviving a Dormant Concept. *Annual Review of Sociology*, 30, 359-93.
- Huizinga, E. (2004). *SPSS 12.0 voor Windows en Data Entry*. Den Haag: Academic Service.
- Jahoda, M. (1958). *Current concepts of positive mental health*. New York: Basic Books.
- Johnston, C.S. (1995). The Rokeach Value Survey: Underlying structure and multidimensional scaling. *The Journal of Psychology*, 129(5), 583-579.
- Joshanloo, M., & Ghaedi, G. (2009). Value priorities as predictors of hedonic and eudaimonic aspects of well-being. *Personality and individual differences*, 47(4), 294-298.
- Kafka, G.J., & Kozma, A. (2002). The construct validity of Ryff's scales of psychological well-being (SPWB) and their relationship to measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 57, 171-190.
- Kaplan, R.M. & Saccuzzo, D.P. (2005). *Psychological testing*. U.S.A.: Thomson Wadsworth.
- Kasser, T. & Ahuvia, A. (2002). Materialistic values and well-being in business students. *European Journal of Social Psychology*, 32, 137-146.

- Kenniscentrum Psychologie. (2009). Verkregen op 25 september, 2009, van <http://www.kenniscentrumpsycholegie.nl/Nieuws/Aankondiging-GGZ-Kennisdag-2009.html>
- Keyes, C.L.M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61, 121-140.
- Keyes, C.L.M. (2002). The mental health continuum: from languishing to flourishing in life. *Journal of health and social research*, 43, 207-222.
- Keyes, C.L.M. (2005a). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 539-548.
- Keyes, C.L.M. (2005b). The subjective well-being of Amerikca's youth: Toward a comprehensive assessment. *Adolescent and Family Health*, 4, 3-11.
- Keyes, C.L.M. (2006). Subjective well-being in mental health and human development research worldwide an introduction. *Social Indicators Research*, 77, 1-10.
- Keyes, C.L.M. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing. *American Psychologist*, 62, 95-108.
- Keyes, C.L.M. (2009). Brief description of the Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF). Verkregen op 10 september, 2009, van www.sociology.emory.edu/downloads/MHC-SF_Brief_Description.doc
- Keyes, C.L.M., Ryff, C.D., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Keyes, C.L.M., Wissing, M., Potgieter, J., Temane, M., Kruger, A., & Van Rooy, S. (2008). Evaluation of the Mental Health Continuum- Short Form (MHC-SF) in Setswana-speaking South Africans. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 15, 181-192.
- Lamers, S.M.A., Westerhof, G.J., Bohlmeijer, E.T., Ten Klooster, P.M., Keyes, C.M. (under review). Evaluating the psychometric properties of the Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF) in the Dutch population.
- Moore, D.S., & McCabe, G.P. (2001). *Statistiek in de praktijk*. Den Haag: Academic Service.
- Oppenhuisen, J.D. & Sikkel D. (2002). Een schaap in de bus? Een onderzoek naar waarden van de Nederlander. Verkregen op 13 september, 2009, van <http://www.moaweb.nl/bibliotheek/jaarboeken/2002/jaarboek-2002-01.pdf>
- RIVM. (2009). Verkregen op 13 oktober, 2009, van http://www.rivm.nl/vtv/object_document/o6405n34233.html
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. New York: The Free Press.
- Rokeach, M. (1976). *Beliefs Attitudes and Values*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C.D., & Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*. 69(4), 719-727.
- Ryff, C.D., & Singer, B.H. (1996). Psychological well-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and psychosomatics*, 65, 14-23.
- Ryff, C.D., & Singer, B.H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*, 35, 1103-1119.
- Savig, L., & Schwartz, S.H. (2000). Value priorities and subjective well-being: direct relations and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*, 30, 177-198.

- Scherpenzeel, A. (2009). *Start of the LISS panel: Sample and recruitment of a probability-based Internet panel*. Tilburg: CentERdata.
- Schmuck, P., Kasser, T., & Ryan, R.M. (1999). Intrinsic and extrinsic goals: their structure and relationship to well-being in German and U.S. college students. *Social Indicators Research*, 50, 225-241.
- Schwartz, S.H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1-65.
- Schwartz, S.H. (2006). Basic Human Values: An Overview. Verkregen op 9 september, 2009, van <http://www.yourmorals.org/schwartz.2006.basic%20human%20values.pdf>
- Schwartz, S.H., & Bilsky, W. (1987). Toward a universal psychological structure of human values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(3), 550-562.
- Schwartz, N., & Clore, L.G. (1983). Mood, Misattribution, and Judgments of Well-Being: Informative and Directive Functions of Affective States. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(3), 513-523.
- Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Seligman, M.E.P., Steen, T.A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Springer, K.W., & Hauser, R.M. (2006). An assessment of the construct validity of Ryff's scales of psychological well-being: method, mode, and measurement effects. *Social Science Research*, 35, 1080-1102.
- Springer, K.W., Hauser, R.M., & Freese, J. (2006). Bad news indeed for Ryff's six factor model of well-being. *Social Science Research*, 35, 1120-1131.
- Steenkamp, J.E.B.M., Verhallen, M.M., Gouda, J.H., Kamakura, W.A., & Novak, P. (1993). Verkregen op 12 september, 2009, van <http://arno.uvt.nl/show.cgi?fid=6832>
- Trimbos Instituut. (2009a). Verkregen op 20 maart, 2009, van <http://www.icom.trimbos.nl/?pid=57>
- Trimbos Instituut. (2009b). Mentaal vermogen en welbevinden. Verkregen op 14 oktober, 2009, van <http://www.trimbos.nl/Downloads/Producten/AF0887%20Strategische%20verkenning%201%20welbevinden.pdf>
- Vandever, R., Menefee, M., & Sinclair, G. (2006). Verkregen op 10 september, 2009, van <http://www2.tech.purdue.edu/ols/courses/ols252/slides/chapter11.ppt>
- Vansteenkiste, M., Duriez, B., Simons, J., & Soenens, B. (2006). Materialistic values and well-being among business students: further evidence of their detrimental effect. *Journal of Applied Social Psychology*, 36(12), 2892-2908.
- Voeten, M.J.M., & Van den Bercken, J.H.L. (2004). Regressieanalyse met SPSS. Verkregen op 12 oktober, 2009, van <http://www.socsci.ru.nl/data-analyse/docs/handleiding%20MR.pdf>
- Westerhof, G.J. & Keyes, C.L.M. (2008). Geestelijke gezondheid is meer dan de afwezigheid van geestelijke ziekte. *Maandblad geestelijke volksgezondheid*, 63(10), 808-820.
- Wilson, W.R. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4), 294-306.
- World Health Organization. (2009). Verkregen op 5 maart, 2009, van <http://www.who.int/features/qa/62/en/index.html>