



Disfunctionele Schema's en Eenzaamheid: de mediërende Invloed van Zelfwaardering

Petra Herman¹ Stijn Friederichs¹ Ellen M.M. Jongen^{1,2*}

1) Faculteit Psychologie, Open Universiteit, Nederland

2) Adelante MUMC+, Maastricht

Contact informatie: ellen.jongen@ou.nl; +31 644232161

Indien je vragen over deze poster hebt, beantwoord ik die graag!

Mail: ellen.jongen@ou.nl

Bel: 0644232161

Achtergrond

Eenzaamheid

- ✓ Negatieve subjectieve ervaring als gevolg van een discrepantie tussen het aantal/de kwaliteit van relaties die men heeft en relaties die men graag zou willen hebben
- ✓ **Gemis aan verbinding**
- ✓ Ervaringen in de jeugd vormen mede de basis voor iemands wensen ten aanzien van verbindingen met anderen.

Chronische eenzaamheid kan serieuze gevolgen hebben voor het welzijn en de gezondheid van mensen

O.a. depressie, alcoholverslaving, cognitieve achteruitgang, hart- en vaatziekten, slaapproblemen en verminderde afweer.

Disfunctionele schema's

ontstaan tijdens de kinderjaren als niet voldoende wordt tegemoetgekomen aan de algemene emotionele basisbehoeften. (Young et al., 2004)

- ✓ **Emotionele verwaarlozing:** Je verwacht dat anderen jou niet geven wat je nodig hebt op emotioneel gebied (zoals gezien worden, steun, verzorging, empathie en/of bescherming krijgen)
- ✓ **Minderwaardigheid/schaamte:** Je voelt je van binnen minderwaardig, slecht en waardeloos. Je verwacht dat anderen daar, zodra ze je beter leren kennen, ook achter zullen komen en jou dan afwijzen. Vaak voel je hierbij ook schaamte.

Zelfwaardering

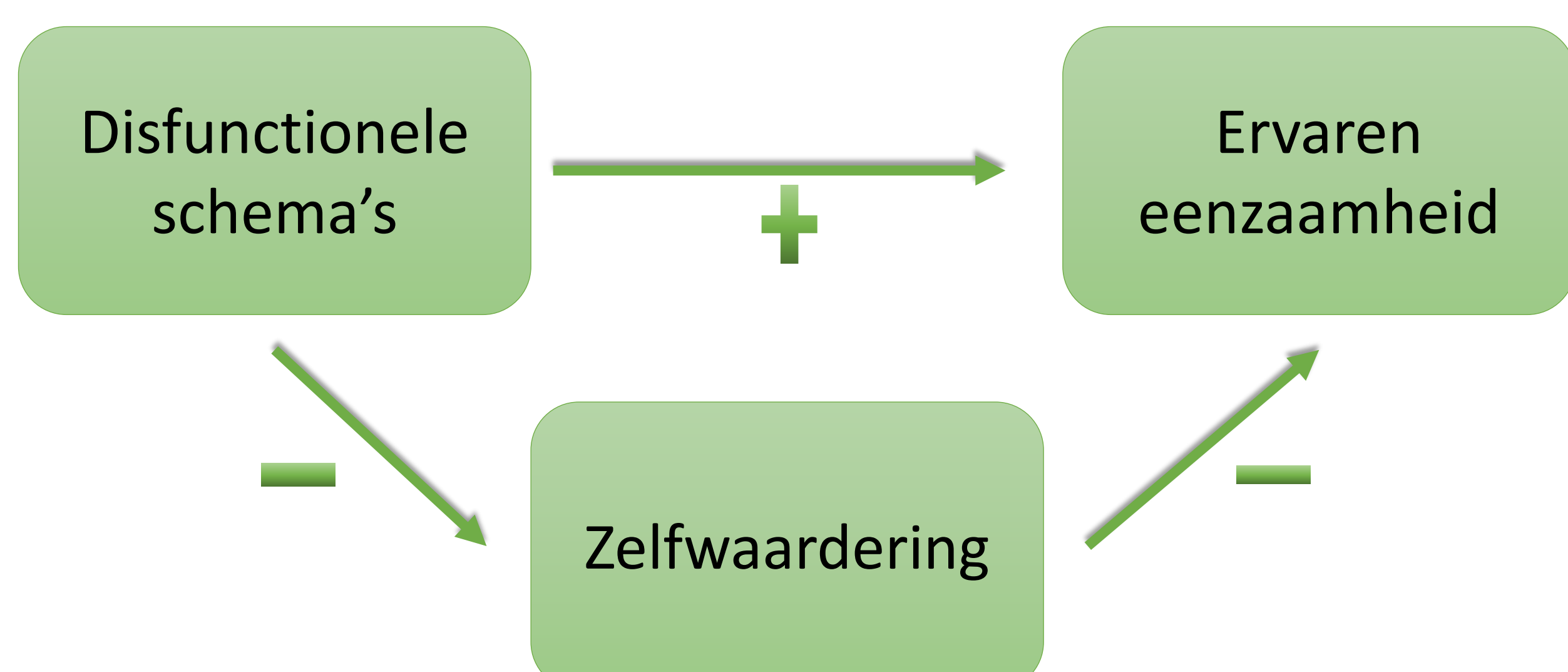
iemands evaluatie van of sympathie voor zichzelf. Verbindingen leggen vraagt een bepaalde mate van zelfwaardering en zelfvertrouwen.

Indien basisbehoeften vervuld → blij, gelukkige kind: beschermd, geprezen, waardevol en vol zelfvertrouwen.

Doelstellingen

Onderzoek naar factoren die eenzaamheid veroorzaken/in stand houden is belangrijk:

- 1) Meer inzicht verkrijgen in het verband tussen disfunctionele schema's van emotionele verwaarlozing en minderwaardigheid/schaamte en ervaren eenzaamheid
- 2) Nagaan of zelfwaardering een mediërend rol heeft binnen dit verband



Methode

Sample:

- ✓ 255 volwassenen (18-85 jaar oud, M = 47.9; SD =14.08); 97 mannen, 158 vrouwen

Vragenlijsten:

- ✓ Nederlandse Schema Vragenlijst verkorte vorm (SV-vv)
- ✓ Rosenberg Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1965)
- ✓ De Jong Gierveld Eenzaamheidsschaal (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 1999)

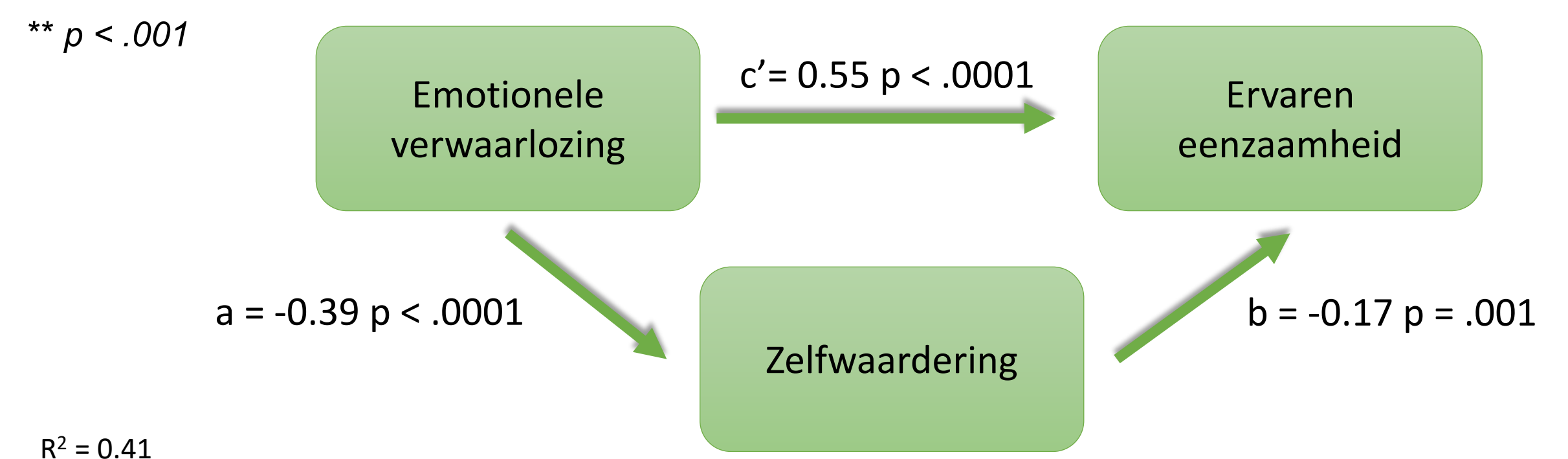
Analyse

- ✓ Mediatie analyse PROCESS versie 3.5 (www.afhayes.com)

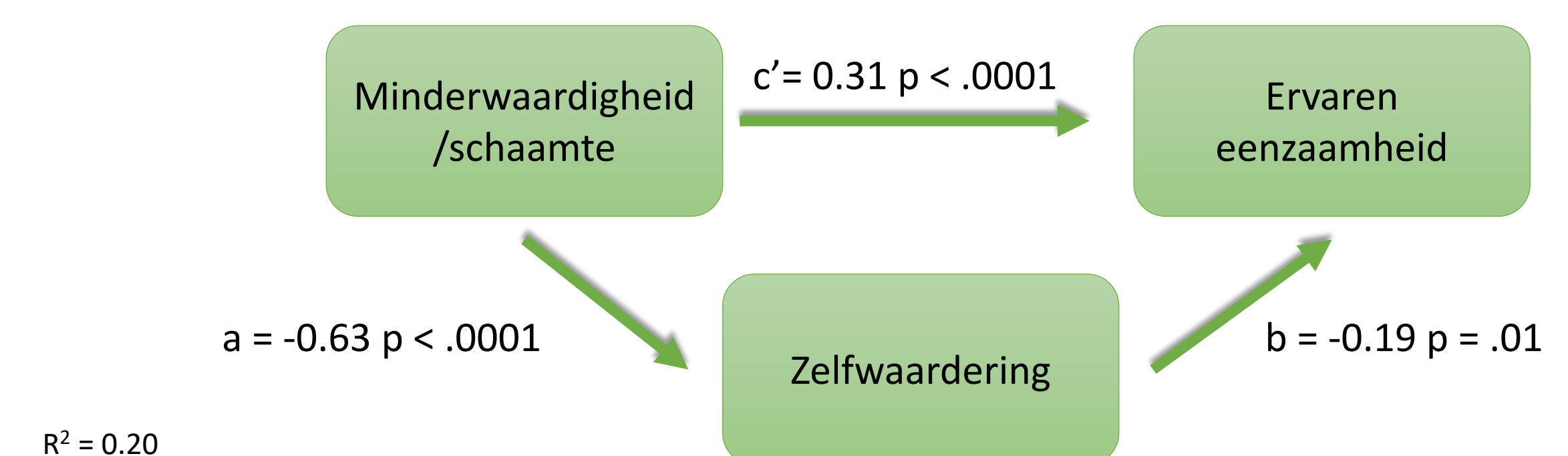
Resultaten

	Eenzaamheid	Zelfwaardering	Emotionele verwaarlozing	Minderwaardigheid/schaamte
Eenzaamheid	1	-.384**	.617**	.428**
Zelfwaardering		1	-.386**	-.635**
Emotionele verwaarlozing			1	.528**
Minderwaardigheid/schaamte				1

** p < .001



R² = 0.41



R² = 0.20

- 1) De schema's emotionele verwaarlozing en minderwaardigheid / schaamte lieten beiden een significant positief verband zien met ervaren eenzaamheid
- 2) Het verband tussen beide schema's en ervaren eenzaamheid werd gedeeltelijk en significant gemedieerd door zelfvertrouwen

Conclusies

- ✓ Meer aandacht voor gevoelens van eenzaamheid in de klinische praktijk is wenselijk, mede gegeven de negatieve gevolgen voor mentale en fysieke gezondheid.
- ✓ Schematherapie kan via de validatie van basisbehoeften van het Kwetsbare Kind mogelijk een belangrijke rol spelen in de vermindering van gevoelens van eenzaamheid en de verhoging van zelfwaardering.

Referenties

- Arntz, A., & Jacob, G. (2019). Schematherapie: Een praktische handleiding. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.
- Cacioppo, S., Grippo, A.J., London, S., Goossens, L. & Cacioppo, J.T. (2015). Loneliness. Clinical import and interventions. Perspectives on Psychological Science, 10(2), 238-249.
- Machielse, A. (2019). Onderbelichte aspecten van eenzaamheid: Vijf experts aan het woord. Utrecht: Movisie.
- Van Tilburg, T., & De Jong-Gierveld, J. (2007). Zicht op eenzaamheid: Achtergronden, Oorzaken en aanpak. Assen: Van Gorcum.
- Yoo, G., Park, J. H., & Jun, H. J. (2014). Early maladaptive schemas as predictors of interpersonal orientation and peer connectedness in university students. Social Behavior and Personality: An international journal, 42(8), 1377-1394.

