

# **Het Verband tussen Zelfwaardering en Depressie en de Rol van Geslacht**

Lizan de Kort

Studentnummer: 2039650

Bachelor thesis Psychologie (500978-B-12)

Major Ontwikkelingspsychologie en Levenslooppyschologie

Tilburg School of Social and Behavioral Sciences, Tilburg University

Eerste beoordelaar: Lotte van Doeselaar

Tweede beoordelaar: Sjoerd van Halem

30-06-2022

## Abstract

Depressie is een veelvoorkomend fenomeen in de maatschappij. Daarnaast suggereert eerder onderzoek dat zelfwaardering gerelateerd is aan depressie. In dit onderzoek werd de volgende vraag beantwoord: Wat is het verschil tussen mannen en vrouwen in zelfwaardering en depressie en de relatie daartussen bij jongvolwassenen? Hierbij werd als eerste verwacht dat vrouwen meer kans hebben op het krijgen van depressieve symptomen en dat vrouwen een lagere zelfwaardering hebben dan mannen. Verder werd verwacht dat zelfwaardering een negatief verband heeft met depressie en dat deze relatie sterker is voor vrouwen dan voor mannen. In dit onderzoek werden 288 participanten meegenomen uit data afkomstig van het project GradLife. Dit waren masterstudenten die bijna afgestudeerd waren en in transitie waren naar werk. Er werd een online vragenlijst afgenomen om hun score op zelfwaardering en depressie te meten. Uit een independent samples t-test is gebleken dat het verschil in de gemiddelde score op depressie voor mannen en vrouwen niet significant was. Het verschil in de gemiddelde score op zelfwaardering was echter wel significant. Vrouwen scoorden lager op zelfwaardering dan mannen. Ook is na het uitvoeren van een lineaire regressie een significante negatieve relatie gevonden tussen zelfwaardering en depressie en is gebleken dat geslacht geen invloed had op deze relatie. Naar aanleiding van dit onderzoek kan in toekomstige behandelingen van depressie rekening gehouden worden met het geslachtsverschil in zelfwaardering en kunnen jongvolwassenen in transitie naar werk geholpen worden met het stabiel hoog houden van de zelfwaardering.

*Sleutelwoorden:* zelfwaardering, depressie, jongvolwassenen, transitie naar werk, geslacht

Het verband tussen zelfwaardering en depressie en de rol van geslacht bij jongvolwassenen

Tegenwoordig speelt depressie een grote rol in de maatschappij. Uit onderzoek is namelijk gebleken dat dertig procent van de studenten wel eens depressief is geweest (Bettmann et al., 2021). Daarnaast was in 2015 de prevalentie van het aantal mensen met een depressieve stoornis in Nederland 752.777 (WHO, 2017). Het is een veelvoorkomend fenomeen en brengt ernstige gevolgen met zich mee, zoals suïcide (Zhang et al., 2022), verminderde kwaliteit van leven, cardiovasculaire ziekten, toegenomen risico op de ziekte van Alzheimer, obesitas en diabetes (Penninx et al., 2013). Daarnaast speelt zelfwaardering een rol in het leven van jongvolwassenen. Zij hebben een bepaald beeld van zichzelf en hebben gedachten over hun eigenwaarde. Het beeld wat ze hebben over zichzelf kan invloed hebben op onder andere de gezondheid en het welzijn van de jongvolwassenen (Jafflin, 2019). Wanneer zij negatief denken over zichzelf kan dit negatieve gevoelens oproepen. Dit zou bij kunnen dragen aan het ontwikkelen van een depressie. In dit onderzoek zal centraal staan hoe het verband eruit ziet tussen zelfwaardering en depressie bij jongvolwassenen.

Een van de onderwerpen die aan bod komt in dit onderzoek is depressie. Mensen die lijden aan een depressie hebben last van de volgende symptomen: verminderde interesse en plezier in activiteiten, sombere stemming, gewichtsverlies of -toename, vermoeidheid, slapeloosheid, psychomotorische vertraging, gevoelens van waardeloosheid, onterechte schuldgevoelens, besluiteloosheid, verminderd vermogen om te concentreren en gedachten aan de dood. Zij moeten ten minste vijf van de bovenstaande symptomen ervaren gedurende twee weken. Een voorwaarde is dat er of sprake moet zijn van een sombere stemming of van verlies van interesse en plezier (American Psychiatric Association, 2013). Een depressie kan gedurende de gehele levensloop ontwikkelen. Echter start een depressie vaak bij jongvolwassenen (Burke et al., 1991). Er zijn verschillende risicofactoren die bij kunnen dragen aan het ontstaan van depressieve symptomen, zoals seksueel misbruik, neuroticisme, depressie bij de ouders en bepaalde persoonlijkheidstrekken (Kuyken et al., 2006).

Een concept dat mogelijk invloed kan hebben op het ontstaan van een depressie is zelfwaardering. Zelfwaardering is de manier waarop iemand zichzelf evalueert en dit kan positief of negatief zijn. Iemand met een hoge zelfwaardering is blij met zichzelf, accepteert en respecteert zichzelf en vindt zichzelf waardevol. Aan de andere kant is iemand met een lage zelfwaardering niet blij met zichzelf, heeft deze persoon moeite met het accepteren van zichzelf en ziet deze persoon zichzelf als minderwaardig (Rosenberg, 1965). Over het algemeen is er een daling in zelfwaardering te zien in de adolescentie, wat onder andere te maken kan hebben met de puberteit. In de jongvolwassenheid is daarentegen een lichte stijging van de zelfwaardering te zien. Jongvolwassenen worden namelijk meer emotioneel stabiel en krijgen over het algemeen meer macht en status. Deze stijging blijft doorgaan tot ongeveer de leeftijd van zestig jaar (Robins & Trzesniewski, 2005).

Verder is uit cijfers van Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) (2016) gebleken dat de prevalentie van depressie verschilt tussen mannen en vrouwen. Vrouwen lijden namelijk vaker aan een depressie dan mannen. In 2014 bleek dat negen procent van de vrouwen in Nederland depressief was, tegenover zes procent van de mannen in Nederland. Verder kregen vrouwen in Nederland, in vergelijking met mannen, vaker antidepressiva voorgeschreven in 2013. Een van de redenen dat vrouwen vaker last hebben van een depressie is dat vrouwen vaker het slachtoffer zijn van seksueel misbruik dan mannen (Nolen-Hoeksema, 2001). Dit geldt vooral wanneer het seksueel misbruik in de kindertijd plaatsvond. Ook het verschil in sociale status kan leiden tot een verschil in depressieve symptomen. Mannen hebben namelijk over het algemeen een hogere status dan vrouwen en verdienen beter (Nolen-Hoeksema, 1990). Vrouwen leven daarentegen vaker in armoede. Ook worden vrouwen eerder seksueel lastiggevallen op de werkvloer en hebben ze het idee dat er niet naar hun mening geluisterd wordt. Tot slot zorgen de verschillen in biologische respons op stressoren ervoor dat vrouwen eerder depressieve symptomen ervaren dan mannen (Nolen-Hoeksema, 2001).

Ook verschilt de mate van zelfwaardering tussen mannen en vrouwen. Uit verschillende onderzoeken blijkt dat vrouwen een lagere zelfwaardering hebben dan mannen. Zij waren namelijk minder positief over zichzelf en voelden zich minder goed over zichzelf. Ook wilden ze meer respect voor zichzelf hebben (Becerra et al., 2021; Feingold, 1994; Kling et al., 1999; Orth et al., 2010; Twenge & Campbell, 2001). Dit verschil in zelfwaardering is het grootst tijdens de adolescentie en jongvolwassenheid (Orth et al., 2010). Een mogelijke verklaring voor het verschil in zelfwaardering tussen mannen en vrouwen is dat vrouwen tijdens de adolescentie een negatiever beeld krijgen over hun uiterlijk (Harter, 1993). Ze vinden zichzelf fysiek minder aantrekkelijk, wat zorgt voor een lagere zelfwaardering (Bleidorn et al., 2016; Brumberg, 1997; Kling et al., 1999). Daarnaast is gebleken dat vrouwen meer waarde hechten aan sociale connecties en verbondenheid (Goodenow, 1993). Deze sociale ervaringen hebben meer invloed op de zelfwaardering van vrouwelijke dan van mannelijke studenten (Polce-Lynch et al., 1998).

Verder is uit eerdere studies gebleken dat een lage zelfwaardering mogelijk samenhangt met het ontstaan van een depressie. Er is namelijk sprake van een negatief verband tussen de mate van zelfwaardering en het ervaren van depressieve symptomen (Beck et al., 2001; Heidari & Nemattavousi, 2021; Patton, 1991; Wilhelm et al., 1999). Dit houdt in dat de kans op een depressie omhoog kan gaan als de zelfwaardering omlaag gaat en dat de kans op een depressie omlaag kan gaan als de zelfwaardering omhoog gaat. Mensen met een lagere zelfwaardering zijn mogelijk op zoek naar bevestiging van hun negatieve gedachten over zichzelf (Heidari & Nemattavousi, 2021). Zij kunnen dit doen door feedback te vragen bij de mensen om wie zij geven. Dit zou ervoor kunnen zorgen dat ze minder sociale steun ontvangen en vaker afgewezen worden, wat er weer voor kan zorgen dat depressieve symptomen aangewakkerd kunnen worden. Daarnaast ervaren mensen met een lage zelfwaardering minder algemene tevredenheid over hun leven, wat ook invloed heeft op het

ervaren van depressieve symptomen. Kortom toont eerder onderzoek aan dat zelfwaardering en depressie samenhangen.

Vanwege de negatieve effecten van een depressie en de grote rol van depressie in de maatschappij is het van belang dat dit onderwerp verder bestudeerd wordt. Daarnaast is er gebleken dat een lage zelfwaardering en depressie verwant zijn aan elkaar, maar is het nog niet helemaal duidelijk hoe de relatie er precies uitziet (Sowislo & Orth, 2013). Een eerdere studie zei namelijk dat zelfwaardering en depressie één construct zijn, dus dat ze tegengestelde polen van een enkele dimensie zijn. Een lage zelfwaardering zou dan hetzelfde zijn als depressie (Watson et al., 2002). Verschillende andere studies zien zelfwaardering en depressie als twee verschillende constructen en zeggen dat een lage zelfwaardering een rol speelt bij het ontstaan van een depressie (Abramson et al., 1978; Blatt et al., 1976; Evraire & Dozois, 2011; Hammen, 2005). Ook is het onduidelijk of er geslachtsverschillen zijn. Er is namelijk gebleken dat meisjes meer depressieve symptomen ervaarden en een lager zelfbeeld hadden vergeleken met jongens (Gittins & Hunt, 2020). Echter werd dit verschil kleiner wanneer de adolescenten ouder werden. Daarnaast veranderde de relatie tussen zelfwaardering en depressie niet wanneer geslacht werd toegevoegd als moderator. Er was dus geen bewijs gevonden dat geslacht invloed had op de relatie tussen zelfwaardering en depressieve symptomen. Bovendien toonde een ander onderzoek ook aan dat geslacht geen impact had op de relatie tussen zelfwaardering en depressie (Orth et al., 2014). Daarentegen is uit een ander onderzoek gebleken dat de impact van een lage zelfwaardering op depressie wel verschilde tussen mannen en vrouwen (Gao et al., 2022). De impact van een lage zelfwaardering bleef bij mannen namelijk gelijk over de jaren heen, terwijl de impact bij vrouwen toenam in de loop van de jaren. Er is dus nog niet genoeg bewijs of geslacht een rol speelt bij het verband tussen zelfwaardering en depressie.

Deze studie doet onderzoek naar de relatie tussen zelfwaardering en depressie. Daarnaast wordt er in dit onderzoek gekeken naar het verschil tussen mannen en vrouwen met

betrekking tot deze relatie, om te kijken of geslacht invloed heeft. Dit is relevant, omdat eerdere onderzoeken geen duidelijkheid bieden over de rol van geslacht. Er is in eerdere onderzoeken namelijk wel gevonden dat de mate van zelfwaardering en depressieve symptomen verschilt tussen mannen en vrouwen (Becerra et al., 2021; Centraal Bureau voor de Statistiek, 2016; Feingold, 1994; Kling et al., 1999; Nolen-Hoeksema, 1990; Nolen-Hoeksema, 2001; Orth et al., 2010; Twenge & Campbell, 2001). Echter is er in twee onderzoeken niet gevonden dat geslacht impact had op de relatie tussen zelfwaardering en depressie (Gittins & Hunt, 2020; Orth et al., 2014) en in een ander onderzoek wel (Gao et al., 2022). Onderzoek hiernaar zou relevant zijn voor de praktijk, zodat eventuele verschillende interventies ingezet zouden kunnen worden voor mannen en vrouwen.

Verder wordt er in dit onderzoek gekeken naar jongvolwassenen tijdens hun transitie naar werk. Dit is een toevoeging aan de bestaande literatuur, omdat eerdere studies vooral gekeken hebben naar adolescenten en jongvolwassenen in het algemeen. Uit een eerder onderzoek is gebleken dat zelfwaardering invloed heeft op hoe jongvolwassenen tijdens hun transitie naar werk denken over hun aanpassingsvermogen aan hun loopbaan. Bij een hoge zelfwaardering zou het aanpassingsvermogen sterker zijn (Ismail et al., 2016). Verder is gebleken dat de transitie naar werk de zelfwaardering kan destabiliseren (Reitz et al., 2020). Jongvolwassenen die beginnen met een fulltime baan krijgen gemiddeld genomen geen hogere zelfwaardering. De zelfwaardering kan zelfs een beetje dalen in het eerste jaar na het afstuderen. Echter kan de verandering van zelfwaardering erg verschillen tussen personen, waardoor de ene persoon een hogere zelfwaardering en de andere persoon een lagere zelfwaardering krijgt. Dit heeft te maken met het aantal positieve en negatieve ervaringen en met het aantal uitdagingen die iemand ervaart tijdens de transitie naar werk. Het is dus relevant om te kijken of zelfwaardering en depressie nog steeds aan elkaar gerelateerd zijn bij jongvolwassenen tijdens hun transitie naar werk. Zij gaan namelijk, in tegenstelling tot

jongvolwassenen in het algemeen, een nieuwe levensfase in, wat invloed zou kunnen hebben op hun zelfwaardering en wellicht daardoor op het aantal depressieve symptomen.

Al met al is de vraag die beantwoord zal worden in deze studie: Wat is het verschil tussen mannen en vrouwen in zelfwaardering en depressie en de relatie daartussen bij jongvolwassenen? Gebaseerd op eerdere onderzoeken volgen vier hypothesen die worden onderzocht in deze studie. Ten eerste wordt verwacht dat vrouwen meer kans hebben op het krijgen van depressieve symptomen dan mannen. Ten tweede wordt verwacht dat vrouwen over het algemeen een lagere zelfwaardering hebben dan mannen. Ten derde wordt verwacht dat zelfwaardering een negatief verband heeft met depressie. Tot slot wordt er verwacht dat de relatie tussen zelfwaardering en depressie sterker is voor vrouwen dan voor mannen. Het grafische model van de vier hypothesen die aan bod komen in dit onderzoek is te zien in Figuur 1. Deze hypothesen worden onderzocht in een steekproef van jongvolwassenen die afgestudeerd zijn en binnenkort de arbeidsmarkt betreden.

## **Methode**

### **Participanten**

Dit onderzoek heeft gebruik gemaakt van data afkomstig van het project GradLife (Reitz & van Doeselaar, 2022). Dit project bestond onder andere uit een online vragenlijst. De participanten in dit onderzoek waren studenten van Tilburg University en andere universiteiten die bijna afgestudeerd waren en in transitie waren naar werk. Het aantal participanten dat begon aan de online vragenlijst was 301. Er is een sensitivity power-analyse uitgevoerd om te kijken voor welke effectgrootte er voldoende power was met dit aantal participanten. Uit deze analyse bleek dat een effectgrootte van  $f^2 = 0.02$  voldoende was om een power van 0.80 te verkrijgen ( $\alpha = 0.05$ ) (Faul et al., 2009). In dit onderzoek werden alleen mannen en vrouwen meegenomen die alle items van de variabelen zelfwaardering en depressie beantwoord hadden. Er is een Little MCAR test gedaan om de hypothese te toetsen dat de data random miste. Hieruit bleek dat de hypothese niet verworpen kon worden, omdat



het resultaat niet significant was, wat betekende dat de data random miste ( $p = 0.316$ ).

Daarnaast werd één persoon, die aangaf dat geslacht niet van belang was, niet meegenomen in het onderzoek. In totaal waren er 288 participanten met een gemiddelde leeftijd van 24.5 jaar.

De leeftijd van de deelnemers varieerde tussen de 21 en 32 jaar. Er waren twee

uitzonderingen die ouder waren, zij waren namelijk 40 en 51 jaar oud. Verder was 72.6% van de participanten vrouw en 27.4% man.

## **Procedure**

Als eerste werden studenten van Tilburg University geworven. Dit waren Master studenten die in de zomer van 2020 zouden afstuderen. Zij ontvingen twee keer een e-mail met de vraag of ze deel wilden nemen aan het project GradLife en er werd verteld hoe ze zich konden opgeven. Daarnaast werden studenten van andere universiteiten geworven door middel van informerende artikelen en flyers en door sociale media. Studenten die deel wilden nemen werden doorgestuurd naar een website waar ze geïnformeerd werden over de studie en waar ze vervolgens een toestemmingformulier in konden vullen. Studenten die zouden afstuderen in de maanden april tot en met december 2020 mochten deelnemen aan het onderzoek. Dit onderzoek is goedgekeurd door de Ethics Review Board van de School of Social and Behavioral Sciences van Tilburg University (RP158). Deelnemen aan het onderzoek was vertrouwelijk en de data was verbonden via persoonlijke nummers. Er werd duidelijk gemaakt dat deelname aan het onderzoek vrijwillig was en dat participanten op elk moment konden stoppen wanneer gewenst. De participanten vulden een online vragenlijst in die ongeveer veertig minuten zou duren. Tijdens het invullen was het mogelijk voor hen om een pauze te nemen. Daarnaast kregen de deelnemers een berichtje wanneer ze de vragenlijst niet of gedeeltelijk invulden en konden ze gemakkelijk vragen stellen over het onderzoek. Participanten kregen een beloning door middel van geld wanneer ze de vragenlijst ingevuld hadden. Ze konden kiezen of ze het geld zelf hielden of zouden doneren aan een goed doel.

Tot slot konden ze hun eigen data inzien in een persoonlijk verslag en konden ze de data op groepsniveau inzien in een nieuwsbrief.

## **Meetinstrumenten**

### ***Zelfwaardering***

De mate van zelfwaardering werd gemeten met de Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES; Rosenberg, 1965). Deze vragenlijst bestond uit 10 items (bijv. “Over het algemeen ben ik tevreden met mezelf.”) De antwoordmogelijkheden varieerden van Helemaal niet akkoord (1) tot Helemaal akkoord (5). Uit eerder onderzoek van Franck, de Raedt, Barbez en Rosseel (2008) is gebleken dat de Rosenberg Self-Esteem Scale een hoge validiteit heeft. Daarnaast is er sprake van een goede betrouwbaarheid. De Cronbach’s alpha was 0.860 in deze studie. Vijf van de tien items waren contra-indicatief, wat betekent dat deze scores omgekeerd moesten worden. Een hogere score op deze schaal wees erop dat de persoon een hogere zelfwaardering had.

### ***Depressie***

De mate van depressieve symptomen werd gemeten met de Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D) (Cole et al., 2004). Er werden 10 items uit deze vragenlijst gebruikt (bijv. “Stoorde ik me aan dingen die me gewoonlijk niet storen.”). De antwoordmogelijkheden varieerden van Zelden of nooit (1) tot Meestal of altijd (4). Uit eerder onderzoek is gebleken dat dit instrument valide is en dat het een hoge interne consistentie heeft (Cosco et al., 2017). Twee items werden op een contra-indicatieve manier gesteld, wat betekent dat deze omgekeerd moesten worden. Een hogere score op deze schaal wees erop dat de persoon meer depressieve symptomen ervaarde. De Cronbach’s alfa was 0.900.

### **Statistische Analyse**

De analyses die zijn uitgevoerd voor dit onderzoek werden gedaan door middel van het programma SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Voordat de analyses

gedaan werden, werd er getest op de assumpties multicollineariteit, normaliteit en heteroscedasticiteit. Deze assumpties werden niet geschonden (zie bijlage A). Als eerste werd er een analyse gedaan om de beschrijvende statistiek weer te geven, met als uitkomst het gemiddelde, de standaard deviatie en Pearson's correlatiecoëfficiënt. Daarna werden er twee independent samples t-testen uitgevoerd om te onderzoeken of de gemiddelde score op depressie en de gemiddelde score op zelfwaardering verschilde tussen mannen en vrouwen, waarbij eerst depressie en daarna zelfwaardering als test variabele werd gebruikt en geslacht als groeperingsvariabele. Daarnaast werd er een enkelvoudige lineaire regressieanalyse uitgevoerd om het verband tussen zelfwaardering en depressie te onderzoeken, met zelfwaardering als onafhankelijke variabele en depressie als afhankelijke variabele. Tot slot werd er een multi-pele lineaire regressieanalyse uitgevoerd om het eventuele moderatie-effect van geslacht op de relatie tussen zelfwaardering en depressie te onderzoeken. Hierbij werden eerst de variabelen zelfwaardering en geslacht toegevoegd als voorspellers van depressie. Daarna werd er gekeken naar het interactie-effect tussen zelfwaardering en geslacht. Hierbij is zelfwaardering de onafhankelijke variabele, depressie de afhankelijke variabele en geslacht de moderator. De variabelen zijn eerst gecentreerd, voordat de analyse is uitgevoerd. Voor elke analyse is er gebruik gemaakt van een  $\alpha \leq .05$  om op significantie te toetsen.

## **Resultaten**

### **Beschrijvende statistiek**

De gemiddelden, standaard deviaties, minimum scores en maximum scores worden weergegeven in Tabel 1. De variabelen zelfwaardering en depressie zijn significant negatief gecorreleerd ( $r = -.57, p < 0.01$ ). Dit houdt in dat een lagere score op de ene variabele samengaat met een hogere score op de andere variabele. Een participant met een lagere score op zelfwaardering heeft dus een hogere score op depressie en vice versa.

### **Relatie tussen geslacht en depressie**

Om te kijken of de gemiddelde score op depressie verschilde tussen mannen en vrouwen is er een independent samples t-test uitgevoerd. Hieruit is gebleken dat het verschil in de gemiddelde score op depressie voor mannen ( $M = 20.13$ ,  $SD = 5.17$ ) en vrouwen ( $M = 20.33$ ,  $SD = 4.93$ ) niet significant was,  $t(286) = -0.316$ ,  $p = .752$ .

### **Relatie tussen geslacht en zelfwaardering**

Om te kijken of de gemiddelde score op zelfwaardering verschilde tussen mannen en vrouwen is er wederom een independent samples t-test uitgevoerd. Hieruit is gebleken dat het verschil in de gemiddelde score op zelfwaardering voor mannen ( $M = 38.61$ ,  $SD = 6.47$ ) en vrouwen ( $M = 36.61$ ,  $SD = 6.24$ ) wel significant was,  $t(286) = 2.402$ ,  $p = .017$ . Mannen scoorden gemiddeld hoger op zelfwaardering dan vrouwen.

### **Relatie tussen zelfwaardering en depressie**

Verder is er een enkelvoudige lineaire regressie uitgevoerd om de relatie tussen zelfwaardering en depressie te onderzoeken. Zelfwaardering verklaart 32 procent van de variantie in depressie scores en dit is tevens significant,  $F(286) = 134.39$ ,  $p < .001$ . Uit de analyse is gebleken dat er een significante, redelijk sterke, negatieve relatie is tussen zelfwaardering en depressie ( $B = -0.44$ ,  $SE = 0.04$ ,  $\beta = -.57$ ,  $p < .001$ ).

### **Relatie tussen zelfwaardering en depressie, gemodereerd door geslacht**

Daarnaast is er een multiële lineaire regressie uitgevoerd om het eventuele moderatie-effect te onderzoeken. Als eerste stap werden de variabelen zelfwaardering en geslacht toegevoegd als voorspellers van depressie. Uit deze analyse bleek dat zelfwaardering en geslacht samen 31.9 procent van de variantie in depressie scores verklaren en dit was ook significant ( $F = 68.13$ ,  $p < .001$ ). Als tweede stap werd er gekeken of de variabele geslacht invloed heeft op de relatie tussen zelfwaardering en depressie. Dit is gedaan door een interactie-effect toe te voegen, waarin zelfwaardering is vermenigvuldigd met geslacht. Zelfwaardering, geslacht en het interactie-effect verklaren samen 31.7 procent van de variantie in depressie scores en dit is tevens significant ( $F = 45.38$ ,  $p < .001$ ). Uit de analyse is

gebleken dat er geen significante relatie is tussen het interactie-effect en depressie ( $B = 0.04$ ,  $SE = 0.09$ ,  $\beta = .04$ ,  $p = .629$ ). Het moderatie-effect van geslacht op de relatie tussen zelfwaardering en depressie is dus niet significant.

### **Discussie**

In dit onderzoek werd er gekeken naar de volgende onderzoeksvraag: Wat is het verschil tussen mannen en vrouwen in zelfwaardering en depressie en de relatie daartussen bij jongvolwassenen? Er werden vier hypothesen opgesteld om deze onderzoeksvraag te beantwoorden. Uit dit onderzoek is gebleken dat het verschil in de gemiddelde score op depressie voor mannen en vrouwen niet significant was, dus er kan niet gezegd worden dat mannen en vrouwen verschillend scoorden op depressie. Verder is gebleken dat het verschil in de gemiddelde score op zelfwaardering voor mannen en vrouwen wel significant was. Er kan dus gezegd worden dat vrouwen gemiddeld een lagere score hadden op zelfwaardering vergeleken met mannen. Ook is uit dit onderzoek gekomen dat er een significante negatieve relatie is tussen zelfwaardering en depressie. Tot slot is gebleken dat de moderatie niet significant is. Er kan dus niet gesproken worden van een moderatie-effect van geslacht op de relatie tussen zelfwaardering en depressie.

Als eerste was de verwachting op basis van eerdere literatuur dat vrouwen meer kans hadden op het krijgen van depressieve symptomen dan mannen. In eerder onderzoek is namelijk aangetoond dat vrouwen vaker lijden aan een depressie dan mannen (CBS, 2016). Redenen voor dit verschil waren onder andere seksueel misbruik in de kindertijd en verschillen in biologische respons op stressoren (Nolen-Hoeksema, 2001). Bovenstaande bevinding komt niet overeen met het resultaat dat uit het huidige onderzoek kwam, omdat uit de huidige studie is gebleken dat mannen en vrouwen niet verschillen op de score op depressie. Echter werd er in de huidige studie onderzoek gedaan naar jongvolwassenen in transitie naar werk, waardoor de uitkomst wellicht verschillend kan zijn van de uitkomst van het onderzoek van CBS (2016), omdat daar werd gekeken naar personen vanaf twaalf jaar.

Verder is er in de huidige studie geen rekening gehouden met bijvoorbeeld seksueel misbruik en de biologische respons op stressoren, waardoor de uitkomst van deze studie wellicht verschilde van de uitkomst van het onderzoek van Nolen-Hoeksema (2001). Tot slot is uit ander onderzoek gekomen dat studenten die meer negatieve levensgebeurtenissen hebben meegemaakt en studenten die een negatieve coping hebben meer kans hebben op het krijgen van een depressie (Sun et al., 2017). Het zou dus ook mogelijk zijn dat dit een mediërend of modererend effect heeft op de relatie tussen zelfwaardering en depressie.

Verder was de verwachting op basis van eerdere literatuur dat vrouwen over het algemeen een lagere zelfwaardering hadden dan mannen (Becerra et al., 2021; Feingold, 1994; Kling et al., 1999; Orth et al., 2010; Twenge & Campbell, 2001). Mogelijke verklaringen voor dit verschil waren dat vrouwen tijdens de adolescentie een negatiever beeld krijgen over hun uiterlijk (Harter, 1993), dat vrouwen zichzelf minder fysiek aantrekkelijk vinden (Bleidorn et al., 2016; Brumberg, 1997, Kling et al., 1999) en dat vrouwen meer waarde hechten aan sociale connecties (Goodenow, 1993). De bovenstaande bevinding komt overeen met het resultaat dat uit het huidige onderzoek kwam. Uit deze studie is namelijk ook gebleken dat de score op zelfwaardering lager was voor vrouwen dan voor mannen. Omdat bovenstaande eerdere onderzoeken vooral gekeken hebben naar het verschil in zelfwaardering bij adolescenten en jongvolwassenen in het algemeen, is de uitkomst van de huidige studie een toevoeging aan de bestaande literatuur, omdat er nu ook gezegd kan worden dat het verschil in zelfwaardering specifiek geldt voor jongvolwassenen in transitie naar werk.

Ook was de verwachting op basis van eerdere literatuur dat er een negatief verband was tussen de mate van zelfwaardering en het ervaren van depressieve symptomen. Eerdere onderzoeken toonden namelijk aan dat een lage zelfwaardering mogelijk samenhangt met het ontstaan van een depressie (Beck et al., 2001; Heidari & Nemattavousi, 2021; Patton, 1991; Wilhelm et al., 1999). Redenen voor deze samenhang zouden kunnen zijn dat mensen met een lage zelfwaardering op zoek zijn naar bevestiging van hun negatieve gedachten en dat zij over

het algemeen minder tevreden zijn met hun leven (Heidari & Nemattavousi, 2021). Echter toonde een ander eerder onderzoek aan dat een lage zelfwaardering en depressie verwant aan elkaar zijn, maar dat het nog niet duidelijk is hoe de relatie er precies uit ziet (Sowislo & Orth, 2013). In een eerder onderzoek werden zelfwaardering en depressie namelijk als één construct gezien, wat betekent dat een lage zelfwaardering hetzelfde zou zijn als een depressie (Watson et al., 2002). Daarentegen toonden meerdere onderzoeken aan dat het wel twee verschillende constructen zijn en dat een lage zelfwaardering een rol speelt bij het ontstaan van een depressie (Abramson et al., 1978; Blatt et al., 1976; Evraire & Dozois, 2011; Hammen, 2005). Kortom komen de bevindingen van eerdere onderzoeken niet overeen en is het dus niet duidelijk hoe het verband tussen zelfwaardering en depressie er precies uit ziet. Uit het huidige onderzoek is gebleken dat er een significante negatieve relatie is tussen zelfwaardering en depressie. Dit resultaat komt dus overeen met de meeste bevindingen die in eerdere studies gevonden zijn en met de verwachting van het huidige onderzoek. Dit houdt in dat iemand met een lagere zelfwaardering een hogere score heeft op depressie en dat iemand met een hogere score op zelfwaardering een lagere score heeft op depressie. Dit is in overeenstemming met onder andere de onderzoeken van Abramsom et al. (1978), Beck et al. (2001), Blatt et al. (1976), Evraire & Dozois (2011), Hammen (2005), Heidari en Nemattavousi (2021), Patton (1991) en Wilhelm et al. (1999). Deze uitkomst komt niet overeen met het onderzoek van Watson et al. (2002), omdat in het huidige onderzoek zelfwaardering en depressie als twee verschillende constructen werden gezien. De correlatie tussen zelfwaardering en depressie was namelijk redelijk, maar niet al te hoog, waardoor de twee variabelen niet als één construct werden gezien.

Tot slot werd er in de huidige studie verwacht dat de relatie tussen zelfwaardering en depressie sterker was voor vrouwen dan voor mannen. Echter werden in eerdere onderzoeken tegenstrijdige bevindingen gevonden. Uit twee eerdere onderzoeken was namelijk gebleken dat geslacht geen invloed had op de relatie tussen zelfwaardering en depressie (Gittins &

Hunt, 2020; Orth et al., 2014), terwijl uit een ander eerder onderzoek wel was gebleken dat geslacht impact had op deze relatie (Gao et al., 2022). De resultaten van de huidige studie komen overeen met de bevindingen van de onderzoeken van Gittins & Hunt (2020) en Orth et al. (2014). In dit onderzoek is namelijk geen significant moderatie-effect van geslacht op de relatie tussen zelfwaardering en depressie gevonden, waardoor er dus niet gezegd kan worden dat geslacht invloed heeft op de relatie tussen zelfwaardering en depressie. Deze bevinding komt niet overeen met de verwachting van het huidige onderzoek en met het onderzoek van Gao et al. (2022). Een mogelijke verklaring hiervoor zou kunnen zijn dat er in de huidige studie geen longitudinaal onderzoek is uitgevoerd, terwijl de participanten in het onderzoek van Gao et al. (2022) wel enkele jaren herhaaldelijk gemeten werden.

Een implicatie die volgt uit het huidige onderzoek is dat er tijdens de behandeling van een depressie rekening gehouden kan worden met het algemene verschil in zelfwaardering tussen mannen en vrouwen. Er is namelijk gebleken dat vrouwen over het algemeen een lagere zelfwaardering hebben dan mannen. Daarnaast is er een verband gevonden tussen zelfwaardering en depressie, waardoor er tijdens de behandeling van een depressie aandacht besteed kan worden aan hoe een persoon zichzelf waardeert. Tijdens het behandelen van vrouwen met een depressie zou er dus meer tijd besteed kunnen worden aan het verbeteren van de zelfwaardering. Daarnaast volgt uit het huidige onderzoek dat jongeren in hun transitie naar werk geholpen kunnen worden om hun zelfwaardering stabiel hoog te houden, zodat het ervaren van depressieve symptomen voorkomen kan worden. In de huidige studie is namelijk een negatief verband gevonden tussen zelfwaardering en depressie, wat inhoudt dat een hogere zelfwaardering gepaard zou kunnen gaan met het ervaren van minder depressieve symptomen en vice versa. Daarnaast is uit eerder onderzoek gebleken dat het aanpassingsvermogen aan de nieuwe levensfase beter zou zijn wanneer de zelfwaardering hoger is (Ismail et al., 2016). Wanneer deze jongvolwassenen hulp krijgen bij het verhogen van hun zelfwaardering, is er meer kans dat zij zich makkelijker aan kunnen passen aan de



nieuwe levensfase waar ze in terecht komen en is er minder kans om depressieve symptomen te ontwikkelen.

Aangezien er in het huidige onderzoek enkel gekeken is naar een eenzijdig verband tussen zelfwaardering en depressie, zou er in de toekomst meer onderzoek gedaan kunnen worden naar de richting van het verband tussen zelfwaardering en depressie. Een ander eerder onderzoek heeft namelijk een wederkerig verband gevonden (Gittins & Hunt, 2020), wat inhoudt dat de twee variabelen elkaar beïnvloeden. Verder is uit het huidige onderzoek gebleken dat geslacht geen invloed heeft op de relatie tussen zelfwaardering en depressie. Een suggestie voor vervolgonderzoek is dat er gekeken kan worden naar meerdere mediatie- en moderatie-effecten. Er zijn namelijk meerdere factoren die invloed kunnen hebben op de relatie tussen zelfwaardering en depressie en die de relatie kunnen verklaren, zoals moeilijkheden met leeftijdsgenoten, levensstressoren, angststoornissen bij de ouders, stemming van de ouders en stress in het algemeen (Bufferd et al., 2014). Tot slot zou toekomstig onderzoek kunnen kijken of er verschillen te vinden zijn tussen studenten en jongvolwassenen in transitie naar werk. De zelfwaardering van studenten die gaan werken kan namelijk gaan destabiliseren (Reitz et al., 2020). Er kan dan gekeken worden of het verband tussen zelfwaardering en depressie sterker is voor studenten of voor jongvolwassenen in transitie naar werk. Eerder onderzoek toonde namelijk aan dat er een verband is tussen zelfwaardering en depressieve symptomen bij adolescenten en jongvolwassenen (Patton, 1991). Het huidige onderzoek toonde aan dat dit verband ook geldt voor jongvolwassenen in transitie naar werk. Er zou dus gekeken kunnen worden naar het verschil tussen deze twee groepen.

Hoewel er in dit onderzoek interessante bevindingen gevonden zijn, zijn er ook een aantal punten die verbeterd zouden kunnen worden. Zo is er in deze studie gebruik gemaakt van zelfrapportage. De jongvolwassenen moesten vragenlijsten invullen, waardoor objectiviteit kan ontbreken. Ook kunnen ze bijvoorbeeld antwoorden geven die sociaal

wenselijk zijn, maar niet overeen komen met het antwoord dat bij hen past. Het zou dus beter zijn om naast zelfrapportage ook andere manieren van meten te gebruiken, zoals bijvoorbeeld rapportage door de behandelaar. Twee voorbeelden van meetinstrumenten die op andere manieren meten zijn de Inventory for Depressive Symptomatology-Clinician (IDS-C) (Rush et al., 1986) en de Montgomery and Asberg Depression Rating Scale (MADRS) (Montgomery & Asberg, 1979). Daarnaast werd er in dit onderzoek enkel gekeken naar studenten die studeren aan de universiteit. Het zou dus beter zijn om te kijken naar meerdere opleidingsniveaus om de generaliseerbaarheid van de bevindingen te verbeteren. Tot slot werd er, zoals hierboven reeds genoemd is, in deze studie gekeken naar een eenzijdig verband tussen zelfwaardering en depressie. Aangezien er eerder een wederkerig verband gevonden is, zou het goed zijn om dit ook te onderzoeken (Gittins & Hunt, 2020). Het zou nuttig zijn om te kijken of depressie ook invloed heeft op zelfwaardering en het zou goed zijn om te kijken of de twee variabelen elkaar beïnvloeden, dus of er een wederkerig verband is. Verder is een sterk punt van dit onderzoek dat er voldoende participanten hebben deelgenomen, wat gebleken is uit de poweranalyse die is uitgevoerd (Faul et al., 2009). Er was namelijk voldoende power om een klein effect te vinden. Tot slot is het goed dat er in deze studie onderzoek werd gedaan naar jongvolwassenen in transitie naar werk, omdat hier nog niet veel onderzoek naar is gedaan en omdat zij in een andere levensfase terecht komen, wat invloed kan hebben op hun zelfwaardering (Reitz et al., 2020).

Al met al is uit dit onderzoek naar jongvolwassenen in transitie naar werk gebleken dat vrouwen niet meer kans hebben op het krijgen van depressieve symptomen dan mannen en dat vrouwen over het algemeen een lagere zelfwaardering hebben dan mannen. Verder is gebleken dat er niet alleen een verband is tussen zelfwaardering en depressie bij adolescenten en jongvolwassenen in het algemeen, maar dat dit ook geldt voor jongvolwassenen in transitie naar werk. Jongvolwassenen in transitie naar werk met een lagere zelfwaardering hebben dus meer kans op het krijgen van een depressie en jongvolwassenen in transitie naar werk met een

hogere zelfwaardering hebben minder kans op het krijgen van een depressie. Het is dus nuttig om de zelfwaardering van deze jongvolwassenen stabiel hoog te houden, zodat depressieve symptomen verminderd kunnen worden. Tot slot kan niet gezegd worden dat geslacht invloed heeft op de relatie tussen zelfwaardering en depressie. Hieruit volgt dat de relatie tussen de variabelen bij deze jongvolwassenen niet sterker is voor vrouwen dan voor mannen. Naar aanleiding van dit onderzoek kan in toekomstige behandelingen van depressie rekening gehouden worden met het geslachtsverschil in zelfwaardering en kunnen jongvolwassenen in transitie naar werk geholpen worden met het stabiel hoog houden van de zelfwaardering.

## Referenties

- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). doi: 10.1176/appi.books.9780890425596
- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology, 87*, 49–74. doi: 10.1037/0021-843X.87.1.49
- Becerra, M. B., Arias, D., Cha, L., & Becerra, B. J. (2021). Self-esteem among college students: The intersectionality of psychological distress, discrimination and gender. *Journal of Public Mental Health, 20*(1), 15–23. doi: 10.1108/JPMH-05-2020-0033
- Beck, A. T., Brown, G. K., Steer, R. A., Kuyken, W., & Grisham, J. (2001). Psychometric properties of the Beck Self-Esteem Scales. *Behaviour Research and Therapy, 39*(1), 115–124. doi: 10.1016/s0005-7967(00)00028-0
- Bettmann, J. E., Anstadt, G., Casselman, B., & Ganesh, K. (2021). Young adult depression and anxiety linked to social media use: Assessment and treatment. *Clinical Social Work Journal, 49*(3), 368–379. doi: [10.1007/s10615-020-00752-1](https://doi.org/10.1007/s10615-020-00752-1)
- Blatt, S. J., D’Afflitti, J. P., & Quinlan, D. M. (1976). Experiences of depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology, 85*(4), 383–389. doi: 10.1037/0021-843x.85.4.383
- Bleidorn, W., Arslan, R. C., Denissen, J. J. A., Rentfrow, P. J., Gebauer, J. E., Potter, J., & Gosling, S. D. (2016). Age and gender differences in self-esteem—A cross-cultural window. *Journal of Personality and Social Psychology, 111*(3), 396–410. doi: 10.1037/pspp0000078
- Brumberg, J. J. (1997). *The body project*. New York, NY: Random House.
- Bufferd, S. J., Dougherty, L. R., Olino, T. M., Dyson, M. W., Lupton, R. S., Carlson, G. A., & Klein, D. N. (2014). Predictors of the onset of depression in young children: A

- multi-method, multi-informant longitudinal study from ages 3 to 6. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(11), 1279–1287. doi: 10.1111/jcpp.12252
- Burke, K. C., Burke, J. D., Rae, D. S., & Regier, D. A. (1991). Comparing age at onset of major depression and other psychiatric disorders by birth cohorts in five US community populations. *Archives of General Psychiatry*, 48(9), 789–795. doi: 10.1001/archpsyc.1991.01810330013002
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2016, 25 januari). Meer dan 1 miljoen Nederlanders had depressie. Geraadpleegd op 22 april 2022, van <https://www.cbs.nl/nl/nieuws/2016/04/meer-dan-1-miljoen-nederlanders-had-depressie>
- Cole, J. C., Rabin, A. S., Smith, T. L., & Kaufman, A. S. (2004). Development and validation of a Rasch-derived CES-D short form. *Psychological Assessment*, 16, 360-372. doi:10.1037/1040-3590.16.4.360
- Cosco, T. D., Prina, M., Stubbs, B., & Wu, Y. (2017). Reliability and validity of the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale in a population-based cohort of middle aged U.S. adults. *Journal of Nursing Measurement*, 25(3), 476–485. doi: 10.1891/1061-3749.25.3.476
- Evraire, L. E., & Dozois, D. J. (2011). An integrative model of excessive reassurance seeking and negative feedback seeking in the development and maintenance of depression. *Clinical Psychology Review*, 31(8), 1291–1303. doi: 10.1016/j.cpr.2011.07.014
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G\*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41(4), 1149–1160. doi: 10.3758/BRM.41.4.1149
- Feingold, A. (1994). Gender differences in personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 116(3), 429–456. doi: 10.1037/0033-2909.116.3.429

- Franck, E., De Raedt, R., Barbez, C., & Rosseel, Y. (2008). Psychometric properties of the Dutch Rosenberg Self-esteem Scale. *Psychologica Belgica*, 48, 25–35. doi: 10.5334/pb-48-1-25
- Gao, W., Luo, Y., Cao, X., & Liu, X. (2022). Gender differences in the relationship between self-esteem and depression among college students: A cross-lagged study from China. *Journal of Research in Personality*, 97, 104202. doi: 10.1016/j.jrp.2022.104202
- Gittins, C. B., & Hunt, C. (2020). Self-criticism and self-esteem in early adolescence: Do they predict depression? *PLoS ONE*, 15(12), e0244182. doi: [10.1371/journal.pone.0244182](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0244182)
- Goodenow, C. (1993). Classroom belonging among early adolescent students. *The Journal of Early Adolescence*, 13(1), 21–43. doi: 10.1177/0272431693013001002
- Hammen, C. (2005). Stress and depression. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1(1), 293–319. doi: 10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.143938
- Harter, S. (1993). Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents. *Self-Esteem*, 87–116. doi: 10.1007/978-1-4684-8956-9\_5
- Heidari, P., & Nemattavousi, M. (2021). Behavioral inhibition/activation systems and self-esteem with depression: The mediating role of social anxiety. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 39(3), 375–389. doi: [10.1007/s10942-020-00378-9](https://doi.org/10.1007/s10942-020-00378-9)
- Ismail, S., Ferreira, N., & Coetzee, M. (2016). Young emerging adults' graduateness and career adaptability: Exploring the moderating role of self-esteem. *Journal of Psychology in Africa*, 26(1), 1–10. doi: 10.1080/14330237.2016.1148417
- Jafflin, K., Pfeiffer, C., & Bergman, M. M. (2019). Effects of self-esteem and stress on self assessed health: A Swiss study from adolescence to early adulthood. *Quality of Life Research*, 28(4), 915–924. doi: 10.1007/s11136-018-2059-1

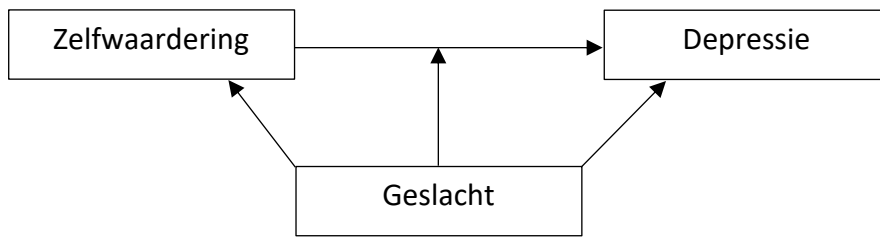
- Kling, K. C., Hyde, J. S., Showers, C. J., & Buswell, B. N. (1999). Gender differences in self-esteem: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *125*(4), 470–500. doi: 10.1037/0033-2909.125.4.470
- Kuyken, W., Watkins, E., Holden, E., & Cook, W. (2006). Rumination in adolescents at risk for depression. *Journal of Affective Disorders*, *96*(1–2), 39–47. doi: 10.1016/j.jad.2006.05.017
- Montgomery, S. A., & Åsberg, M. (1979). A new depression scale designed to be sensitive to change. *British Journal of Psychiatry*, *134*(4), 382–389. doi: 10.1192/bjp.134.4.382
- Nolen-Hoeksema, S. (2001). Gender differences in depression. *Current Directions in Psychological Science*, *10*(5), 173–176. doi: 10.1111/1467-8721.00142
- Nolen-Hoeksema, S. (1990). Sex differences in depression. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Orth, U., Robins, R. W., Widaman, K. F., & Conger R. D. (2014). Is low self-esteem a risk factor for depression? Findings from a longitudinal study of Mexican-origin youth. *Developmental Psychology*, *50*(2), 622–633. doi: 10.1037/a0033817
- Orth, U., Trzesniewski, K. H., & Robins, R. W. (2010). Self-esteem development from young adulthood to old age: A cohort-sequential longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, *98*(4), 645–658. doi: 10.1037/a0018769
- Patton, W. (1991). Relationship between self-image and depression in adolescents. *Psychological Reports*, *68*(3), 867–870. doi: 10.2466/pr0.1991.68.3.867
- Penninx, B. W., Milaneschi, Y., Lamers, F., & Vogelzangs, N. (2013). Understanding the somatic consequences of depression: Biological mechanisms and the role of depression symptom profile. *BMC Medicine*, *11*(1). doi: 10.1186/1741-7015-11-129
- Polce-Lynch, M., Myers, B. J., Kilmartin, C. T., Forssmann-Falck, R., & Kliewer, W. (1998). Gender and age patterns in emotional expression, body image, and self-esteem: A qualitative analysis. *Sex Roles*, *38*, 1025-1048. doi: 10.1023/A:1018830727244.

- Reitz, A. K., & van Doeselaar, L. (2022, February 15). GradLife: A self-esteem process framework of the transition to work. Retrieved from [osf.io/fwak9](https://osf.io/fwak9)
- Reitz, A. K., Shrout, P. E., Denissen, J. J. A., Dufner, M., & Bolger, N. (2020). Self-esteem change during the transition from university to work. *Journal of Personality*, *88*(4), 689–702. doi: 10.1111/jopy.12519
- Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2005). Self-esteem development across the lifespan. *Current Directions in Psychological Science*, *14*(3), 158–162. doi: 10.1111/j.0963-7214.2005.00353.x
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE). *Acceptance and Commitment Therapy. Measures Package*, *61*, 52.
- Rush, A. J., Giles, D. E., Schlessler, M. A., Fulton, C. L., Weissenburger, J., & Burns, C. (1986). The inventory for depressive symptomatology (IDS): Preliminary findings. *Psychiatry Research*, *18*(1), 65–87. doi: 10.1016/0165-1781(86)90060-0
- Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, *139*(1), 213–240. doi: 10.1108/JPMH-05-2020-0033
- Sun, X. J., Niu, G. F., You, Z. Q., Zhou, Z. K., & Tang, Y. (2017). Gender, negative life events and coping on different stages of depression severity: A cross-sectional study among Chinese university students. *Journal of Affective Disorders*, *209*, 177–181. doi: 10.1016/j.jad.2016.11.025
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2001). Age and birth cohort differences in self-esteem: A cross-temporal meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, *5*(4), 321–344. doi: 10.1207/s15327957pspr0504\_3



- Watson, D., Suls, J., & Haig, J. (2002). Global self-esteem in relation to structural models of personality and affectivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *83*, 185-197. doi:10.1037/0022-3514.83.1.185
- Wilhelm, K., Parker, G., Dewhurst-Savellis, J., & Asghari, A. (1999). Psychological predictors of single and recurrent major depressive episodes. *Journal of Affective Disorders*, *54*(1-2), 139-147. doi: 10.1016/s0165-0327(98)00170-0
- World Health Organization. (2017). Depression and other common mental disorders: Global health estimates. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/254610>
- Zhang, W., Fu, W., Yan, L., Wang, M., Ning, B., Mo, X., Xiong, L., Liu, J., Zhang, P., Zhong, J., Sun, L., & Fu, W. (2022). Impaired dynamic cerebral autoregulation in young adults with mild depression. *Psychophysiology*, *59*(1), e13949. doi: 10.1111/psyp.13949

Figuur 1



*Figuur 1.* Grafische weergave van het model van de vier hypothesen die aan bod komen in dit onderzoek

Tabel 1

*Beschrijvende Statistieken van de Variabelen*

Variabelen	<i>M</i>	<i>SD</i>	Min.	Max.
1. Zelfwaardering				
Mannen	38.61	6.47	23.00	49.00
Vrouwen	36.61	6.24	16.00	50.00
Totaal	37.16	6.36	16.00	50.00
2. Depressie				
Mannen	20.13	5.17	12.00	33.00
Vrouwen	20.33	4.93	12.00	35.00
Totaal	20.28	4.99	12.00	35.00

*Note.* n = 288, aantal mannen = 79, aantal vrouwen = 209.

## Bijlage A

### Statistische Assumpties

*Collineariteit Statistieken voor Zelfwaardering en Geslacht als voorspellers van Depressie*

Predictoren	Tolerance value	VIF
Zelfwaardering	.980	1.020
Geslacht	.980	1.020

