



Paper

# Het meten van eenzaamheid

Jacqueline van Beuningen  
Moniek Coumans  
Linda Moonen

September 2018

# Inhoud

- 1. Inleiding 3**
  
- 2. Het concept eenzaamheid 4**
  - 2.1 Theoretische perspectieven op eenzaamheid 4
  - 2.2 Eenzaamheid en andere concepten 6
  
- 3. De UCLA-schaal en de De Jong Gierveld schaal: een vergelijking 6**
  - 3.1 Beschrijvingen van beide schalen 6
  - 3.2 Conceptuele vergelijking tussen de schalen 9
  - 3.3 Betrouwbaarheid en validiteit 10
  - 3.4 Resultaten eenzaamheid 16
  
- 4. Discussie en conclusie 18**
  - Literatuur 19
  - Bijlagen 22

# 1. Inleiding

Eenzaamheid is een belangrijke indicator voor het gebrek aan sociaal welbevinden van mensen. Een gevoel van eenzaamheid zegt iets over de mate waarin mensen een gemis ervaren in hun sociale contacten. Het gaat hierbij niet alleen om de hoeveelheid sociale contacten, maar ook om de kwaliteit van die contacten. Het hebben van veel sociale contacten is immers niet noodzakelijk gelijk aan het hebben van goede sociale contacten en iemand met veel contacten kan zich alsnog eenzaam voelen.

Vanaf de jaren tachtig van de vorige eeuw is zowel in Nederland als in andere landen het onderzoek naar eenzaamheid enorm toegenomen. In die periode zijn er dan ook verschillende methoden ontwikkeld om eenzaamheid te meten. Deze kunnen grofweg geschaard worden onder directe of indirecte metingen.

Eenzaamheid kan direct worden gemeten door iemand simpelweg te vragen hoe of hoe vaak hij of zij eenzaam is. Een voorbeeld van zo'n directe, enkelvoudige vraag is: 'In welke mate voelt u zich eenzaam?'. Bij de indirecte manier wordt gebruik gemaakt van (gevalideerde) schalen, waarbij er verschillende stellingen aan de respondent worden voorgelegd. Het gebruik van het woord 'eenzaam' wordt in de meeste schalen vermeden, omdat onderzoek heeft aangetoond dat het gebruik van het woord eenzaamheid tot meer sociaal wenselijke antwoorden kan leiden, vooral bij mannen (Russell, 1982; Borys en Perlman, 1985). Dit houdt in dat mensen minder geneigd zijn om toe te geven dat zij eenzaam zijn als daar met een directe vraag naar gevraagd wordt, omdat dit als iets negatiefs wordt gezien. Daarnaast wordt de eigen eenzaamheid soms niet herkend, omdat de desbetreffende persoon zijn gevoel niet bewust als eenzaam identificeert (Marangoni en Ickes, 1989). Daarom kiezen we ervoor om eenzaamheid op een indirecte manier te meten.

Het CBS meet eenzaamheid sinds halverwege de jaren negentig, eerst in de verschillende leefsituatie onderzoeken (Doorlopend Leefsituatie Onderzoek, Permanent Leefsituatie Onderzoek) en momenteel in het onderzoek Sociale samenhang & Welzijn (S&W). Hiervoor is gebruik gemaakt van een verkorte versie van de veel gebruikte UCLA Loneliness Scale (Russell, Peplau en Cutrona, 1980). In het GGD-deel van de Gezondheidsmonitor<sup>1)</sup> wordt eenzaamheid gemeten aan de hand van de Eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld (De Jong Gierveld en Kamphuis, 1985). Ook deze schaal is gevalideerd en wordt vaak toegepast. Deze meetinstrumenten verschillen van elkaar, zowel op conceptueel als op empirisch vlak. In 2017 zijn verkorte varianten van beide schalen bij wijze van experiment opgenomen in het onderzoek S&W, waardoor een goede vergelijking van de resultaten mogelijk is. In deze nota worden de uitkomsten van deze vergelijking besproken, met als doel om tot een verantwoorde keuze te komen voor opname van één van beide schalen in toekomstig onderzoek naar eenzaamheid door het CBS. Bij deze vergelijking wordt allereerst gekeken naar conceptuele overwegingen; welke definities worden gehanteerd, op welke aspecten van eenzaamheid ligt de focus en worden er al dan niet meerdere dimensies van eenzaamheid onderscheiden? Daarnaast worden beide schalen empirisch vergeleken. Dit gebeurt aan de hand van de gebruikelijke kwaliteitscriteria voor een schaal; betrouwbaarheid en validiteit. Tevens worden de resultaten van beide schalen vergeleken voor de totale bevolking van 15 jaar of ouder en voor verschillende bevolkingsgroepen.

<sup>1)</sup> De Gezondheidsmonitor is een onderzoek dat de GGD-en, het CBS en het RIVM eens in de vier jaar gezamenlijk uitvoeren.

Deze nota is als volgt opgebouwd: eerst wordt in paragraaf 2 ingegaan op wat het concept eenzaamheid inhoudt en hoe dit in de literatuur beschreven wordt. In paragraaf 3 worden beide schalen vergeleken. Daarbij wordt ingegaan op de inhoud en achtergrond van beide schalen en het gebruik door het CBS. Vervolgens worden de schalen eerst conceptueel en daarna empirisch vergeleken. Ten slotte volgen in paragraaf 4 de conclusies van dit onderzoek en wordt de keuze voor één van beide schalen onderbouwd.

## 2. Het concept eenzaamheid

### 2.1 Theoretische perspectieven op eenzaamheid

Wanneer er onderzoek wordt gedaan naar eenzaamheid, is het van belang om duidelijk te maken wat er onder het begrip eenzaamheid wordt verstaan. Als er, zoals hier, schalen worden vergeleken, is het belangrijk om na te gaan of deze uitgaan van dezelfde definitie of conceptualisatie.

In de literatuur worden verschillende theoretische perspectieven op en definities van eenzaamheid beschreven. Al deze conceptualisaties hebben drie belangrijke overeenkomsten (Peplau en Perlman, 1982):

1. eenzaamheid is een subjectieve ervaring die niet noodzakelijk gerelateerd is aan objectieve sociale isolatie,
2. eenzaamheid is een nadelige psychische toestand voor degene die het betreft, en
3. het ontstaan van eenzaamheid kan teruggevoerd worden op een of andere vorm van een tekort op het gebied van sociale relaties.

Volgens Marangoni en Ickes (1989) onderscheiden de verschillende perspectieven zich op het gebied van de vorm van eenzaamheid. Zij komen in een uitgebreide review op het gebied van eenzaamheidsonderzoek tot een indeling in de volgende drie onderzoeksoriëntaties: 1) de sociale behoefte-benadering, 2) de gedragsmatige of persoonlijkheidsbenadering en 3) de cognitieve processenbenadering.

Bij de sociale behoefte-benadering gaat het om de mate waarin er sprake is van een onderliggende onvervulde sociale behoefte. De persoonlijkheidsbenadering legt de nadruk op (een gebrek aan) sociale vaardigheden of gedragsproblemen die ten grondslag liggen aan eenzaamheid. Ook de samenhang met persoonlijkheid valt onder dit perspectief. De cognitieve processen benadering tenslotte benadrukt de subjectieve beleving en evaluatie van de persoon in kwestie als onderliggend mechanisme voor het ervaren van eenzaamheid. Het is vooral bij deze benadering van belang om te benadrukken dat eenzaamheid niet hetzelfde is als alleen zijn. Alleen zijn wordt niet noodzakelijk gezien als iets negatiefs, terwijl dat bij eenzaamheid wel het geval is. Alleen zijn hoeft op zichzelf dus niet problematisch te zijn en kan zelfs gewenst zijn in tegenstelling tot eenzaamheid, die per definitie ongewenst is. Ook kunnen mensen eenzaam zijn terwijl ze niet alleen zijn (Ó Luanaigh en Lawlor, 2008).

Ook Dykstra en Fokkema (2007) onderscheiden het cognitieve perspectief en beschrijven dit als de psychologische processen die een rol spelen tijdens het deelnemen aan sociale netwerken, en waarbij het ervaren van eenzaamheid centraal wordt gesteld. Daarnaast beschrijven zij het gebrekperspectief, waarin bij eenzaamheid bepaalde sociale relaties ontbreken in het sociale netwerk van een persoon. Hierdoor wordt niet (voldoende) aan de behoefte aan intimiteit en gezelschap voldaan wat resulteert in eenzaamheid. Waar het gebrekperspectief dus uitgaat van de assumptie dat eenzaamheid het gevolg is van een tekort aan sociale relaties, gaat het cognitieve perspectief er vanuit dat vooral ontevredenheid met sociale relaties de eenzaamheid bepaalt. Het gebrekperspectief komt daarom (deels) overeen met de sociale behoefte-benadering.

Naast de hierboven beschreven verschillende perspectieven op eenzaamheid wordt er in de literatuur ook onderscheid gemaakt tussen unidimensionele en multidimensionele conceptualisaties van eenzaamheid. Aanvankelijk werd het meeste eenzaamheids-onderzoek unidimensioneel uitgevoerd. Daarbij werd de ervaring beschreven in termen van intensiteit, ongeacht de specifieke oorzaak, duur of opvatting van de mate waarin eenzaamheid te verminderen is. Gaandeweg kwamen er ook onderzoeken die eenzaamheid als een multidimensioneel verschijnsel opvatten, waarbij in de meting rekening wordt gehouden met verschillende vormen van eenzaamheid. Zo worden bijvoorbeeld emotionele en sociale eenzaamheid onderscheiden (Marangoni en Ickes, 1989; Perlman en Peplau, 1984). Er is sprake van emotionele eenzaamheid wanneer er een sterk gemis wordt ervaren van een emotioneel hechte band met een ander individu. Bij emotionele eenzaamheid kun je dus wel degelijk genoeg mensen om je heen hebben en veel sociale contacten, maar is de kwaliteit van deze contacten minder goed dan je wenst. Van sociale eenzaamheid wordt gesproken als je minder contact met andere mensen hebt dan je wenst. Een hechte partnerrelatie hoeft sociale eenzaamheid niet op te heffen, maar zorgt wel voor het voorkómen van emotionele eenzaamheid (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 2007).

Een andere manier om eenzaamheid multidimensioneel te meten, is door het onderscheiden van een cognitieve en affectieve component van eenzaamheid (Perlman en Peplau, 1984; Rotenberg en Hymel, 1999). De cognitieve component gaat over de mismatch tussen werkelijkheid en behoefte. Als iemand een gemis ervaart in zijn contacten en deze dus niet aan de behoefte aan contact voldoen, voelt men zich eenzaam. De affectieve component behelst de bijbehorende negatieve emoties zoals desoriëntatie, verlorenheid of verlatenheid.

Bovenstaande perspectieven en benaderingen overlappen deels, maar benadrukken elk een andere invalshoek, hebben verschillende implicaties voor de meting van eenzaamheid en uiteindelijk ook voor de keuze voor de schaal en waar deze aan moet voldoen. Er wordt voor dit onderzoek gekozen voor een conceptualisatie die binnen de cognitieve benadering past. Dat er een sociale behoefte is waar niet aan voldaan wordt, oftewel een gemis of gebrek, is evident. Van belang is hier echter vooral de ervaring van deze discrepantie als een gevoeld gemis, en daarbij staat de beleving van de respondent voorop. Hoewel gedragsmatige problemen en (een gebrek aan) sociale vaardigheden ten grondslag kunnen liggen aan deze perceptie, ligt daar bij de meting van eenzaamheid in dit onderzoek niet de nadruk op. Binnen de cognitieve benadering wordt dus aangenomen dat de emotionele beleving van groot belang is. Om deze te kunnen meten, zullen er expliciet items over een dergelijk gemis opgenomen moeten zijn in het meetinstrument.

Daarnaast zou het idealiter mogelijk moeten zijn om emotionele en sociale eenzaamheid te onderscheiden. Daardoor wordt de bruikbaarheid van deze cijfers vergroot, omdat de verschillende dimensies mogelijk iets zeggen over de oorzaak, de duur en mogelijke oplossingsrichtingen voor eenzaamheid. In de conclusie wordt in detail ingegaan op de keuze voor het meetinstrument en de onderbouwing van die keuze.

## 2.2 Eenzaamheid en andere concepten

Eenzaamheid kan conceptueel worden onderscheiden van verwante concepten als sociale isolatie en sociale uitsluiting. Sociale isolatie is het hebben van geen of weinig banden met anderen (Dykstra, 2009; Coumans, 2016). Dit kan zowel een vrijwillige keuze zijn als een onvrijwillig verschijnsel. Bij eenzaamheid gaat het echter om een negatief subjectief oordeel over de discrepantie tussen behoefte en werkelijkheid. Sociale uitsluiting is het (onvrijwillig) niet mee kunnen doen met sociale activiteiten. Dit kan door gebrek aan financiële middelen of grondrechten komen, maar ook door onvoldoende aansluiting bij anderen (Coumans en Schmeets, 2014). Het kan dan ook worden gezien als een breder concept dan eenzaamheid. Bij eenzaamheid gaat het vooral om de sociale component en de (cognitieve) evaluatie daarvan.

# 3. De UCLA-schaal en de De Jong Gierveld schaal: een vergelijking

In deze paragraaf worden verkorte versies van de UCLA Loneliness Scale en de De Jong Gierveld schaal vergeleken. Het betreft de versies van beide meetinstrumenten zoals ze zijn opgenomen in het CBS-onderzoek Sociale samenhang & Welzijn 2017. Eerst wordt een beschrijving gegeven van beide schalen (paragraaf 3.1). Vervolgens wordt een vergelijking gemaakt op conceptueel vlak (paragraaf 3.2). Daarna volgt een empirische vergelijking. Daarbij komen de betrouwbaarheid en validiteit van beide schalen aan bod (paragraaf 3.3). Tevens wordt ingegaan op enkele resultaten met betrekking tot eenzaamheid van de Nederlandse bevolking (paragraaf 3.4).

## 3.1 Beschrijvingen van beide schalen

### De UCLA Loneliness Scale

De UCLA Loneliness Scale is wereldwijd één van de meest gebruikte schalen voor het meten van eenzaamheid. De schaal meet eenzaamheid als eendimensionaal begrip aan de hand van 20 stellingen. De schaal is ontwikkeld in 1978 door Russell, Peplau en Ferguson (1978), maar is in de jaren daarna verbeterd. Bij de tweede versie van de schaal is een deel van de stellingen in positieve bewoordingen geherformuleerd, omdat alle stellingen in de

oorspronkelijke schaal negatief uitgedrukt waren (Russell, Peplau en Cutrona, 1980). In de derde versie is het taalgebruik van de stellingen vereenvoudigd, waarbij bijvoorbeeld dubbele ontkenningen eruit zijn gehaald (Russell, 1996; Russell en Cutrona, 1988). Deze versie van de schaal is te vinden in bijlage 1.

Omdat een schaal van 20 stellingen niet altijd gemakkelijk in te passen is in grootschalige onderzoeken, zijn er ook verschillende verkorte versies van de UCLA-schaal ontwikkeld, bestaande uit 7, 8 of zelfs uit 4 stellingen (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 1991; Russell, Peplau en Cutrona, 1980; Russell, 1996).

Het CBS meet eenzaamheid vanaf de jaren negentig aan de hand van een verkorte versie van de UCLA-schaal. Het betreft een aanpassing van de 7-item versie van de UCLA-schaal (zie ook De Jong Gierveld en Van Tilburg, 1991). Bij de vertaling van deze 7 stellingen naar het Nederlands is ervoor gekozen om stelling 11 ('Ik voel me buitengesloten.') weg te laten omwille van de gelijkheid tussen stellingen 11 en 14 ('Ik voel me van andere mensen geïsoleerd.'). Dit resulteert in een schaal bestaande uit zes onderstaande stellingen:

---

### **Verkorte versie van de UCLA Loneliness Scale zoals opgenomen in S&W 2017**

1. Er zijn mensen met wie ik goed kan praten.
2. Ik voel me van andere mensen geïsoleerd.
3. Er zijn mensen bij wie ik terecht kan.
4. Er zijn mensen die me echt begrijpen.
5. Ik maak deel uit van een groep vrienden.
6. Mijn sociale contacten zijn oppervlakkig.

Respondenten kunnen telkens antwoorden met ja, soms of nee.

---

Op basis van deze zes stellingen kan een score voor de mate van eenzaamheid worden berekend. De antwoorden worden daarvoor als volgt samengevoegd: voor stellingen 1, 3, 4 en 5 tellen de ja-antwoorden voor 0 punten, de soms-antwoorden voor 1 punt en nee-antwoorden voor 2 punten. Voor stellingen 2 en 6 geldt het tegenovergestelde, omdat deze stellingen negatief geformuleerd zijn. Voor deze stellingen levert een ja-antwoord dus 2 punten op, een soms-antwoord levert 1 punt op en een nee-antwoord levert 0 punten op. Wanneer de punten voor alle stellingen worden opgeteld, resulteert een score die loopt van 0 tot en met 12, waarbij een hogere score gepaard gaat met een hogere mate van eenzaamheid. Een score van 0, waarbij men op geen enkele stelling negatief antwoordt, is geclassificeerd als 'niet eenzaam'. Scores 1 tot en met 6 zijn als 'enigszins eenzaam' aangemerkt en scores 7 tot en met 12 als 'sterk eenzaam'. Voor de categorie 'enigszins eenzaam' heeft een respondent maximaal op drie stellingen negatief geantwoord en op de overige stellingen positief. Voor de categorie 'sterk eenzaam' heeft de respondent minstens op vijf stellingen met 'soms' geantwoord en op één stelling negatief.

## **De Eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld**

Een andere veel gebruikte schaal voor het meten van eenzaamheid is de Eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld. Deze schaal benadert eenzaamheid als multidimensioneel begrip en maakt daarbij onderscheid tussen sociale en emotionele eenzaamheid. De schaal bestaat uit 11 stellingen; 6 stellingen gaan over sociale eenzaamheid en 5 stellingen over emotionele eenzaamheid. De stellingen zijn te vinden in bijlage 2.

Inmiddels is ook een verkorte versie van deze eenzaamheidsschaal ontwikkeld, bestaande uit 6 stellingen (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 2006). Drie van de zes stellingen hebben betrekking op sociale eenzaamheid en de drie overige stellingen op emotionele eenzaamheid. In S&W 2017 is deze verkorte versie opgenomen. De stellingen hiervan luiden als volgt:

---

### **Verkorte Eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld zoals opgenomen in S&W 2017**

1. Ik ervaar een leegte om me heen.
2. Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.
3. Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.
4. Ik mis mensen om me heen.
5. Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.
6. Vaak voel ik me in de steek gelaten.

Respondenten kunnen telkens antwoorden met ja, min of meer of nee.

---

Bij het vaststellen van de schaalscores en de mate van eenzaamheid zijn de richtlijnen in de handleiding van de ontwikkelaars van de schaal gevolgd (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 1999) Daarbij worden de volgende stappen gezet: eerst worden de antwoorden op de items gedichotomiseerd. Als mensen 'min of meer' of 'ja' antwoorden op de stellingen, waarbij stelling 2, 3 en 5 zijn gehercodeerd, krijgen ze een score '1' voor het desbetreffende item. De reden dat ook de middencategorie 'min of meer' als eenzaam wordt gezien is dat niet alle mensen in hun beantwoording van de items gemakkelijk zullen toegeven dat ze eenzaam zijn. Hier wordt rekening mee gehouden door het antwoord 'min of meer' op te vatten als een aarzelend (en gemakkelijker) toegeven dat er toch een zekere mate van eenzaamheid meespeelt<sup>2)</sup>. Vervolgens wordt een somscore berekend door de scores van de items op te tellen. Ten slotte wordt een driedeling gemaakt in niet eenzaam (een score van 0 of 1), enigszins eenzaam (een score van 2 tot en met 4) en sterk eenzaam (een score van 5 of 6). Voor sociale en emotionele eenzaamheid kan men een score van 0 tot en met 3 krijgen op de bijbehorende drie stellingen, waarbij 0 'niet eenzaam' betekent en 3 'sterk eenzaam'.

<sup>2)</sup> Dit is een andere benadering dan bij de UCLA Loneliness Scale, waarbij een negatief antwoord wordt geïnterpreteerd als een intensievere mate van eenzaamheid dan een soms-antwoord.



## 3.2 Conceptuele vergelijking tussen de schalen

### Conceptuele overeenkomsten

Uit een vergelijking van vroegere varianten van beide schalen blijkt dat de UCLA-schaal en de De Jong Gierveld schaal uitgaan van een vergelijkbare conceptualisatie (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 1991). De UCLA-schaal omschrijft eenzaamheid op de volgende manier: 'Loneliness is the unpleasant experience that occurs when a person's network of social relations is deficient in some important way, either quantitatively or qualitatively (Perlman en Peplau, 1981, p.31). De definitie van eenzaamheid van De Jong Gierveld (1984, p.45) luidt als volgt: 'Eenzaamheid is het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Eenzaamheid omvat zowel een als onplezierig of ontoelaatbaar ervaren tekort aan gerealiseerde contacten, als het feit dat bepaalde relaties een zekere mate van intimiteit, zoals gewenst, niet bereiken. Het gaat daarbij om een verschil tussen de gerealiseerde contacten met andere mensen en de contacten zoals men die voor zichzelf zou wensen.'

Beide definities passen hiermee in de hierboven beschreven cognitieve benadering van eenzaamheid, waarbij eenzaamheid wordt opgevat als een cognitief proces rond de perceptie en waardering van sociale relaties.

### Conceptuele verschillen

Hoewel de conceptuele oriëntatie van beide schalen vergelijkbaar is, zijn er ook enkele verschillen tussen de meetinstrumenten. Het eerste verschil ligt in de nadruk of de focus binnen de cognitieve benadering en het tweede verschil is het al dan niet toepassen van een multidimensionele meting.

Wat de centrale focus betreft, heeft de UCLA-schaal als uitgangspunt dat eenzaamheid de (onplezierige) ervaring is die optreedt als het netwerk van relaties kwantitatief of kwalitatief onvoldoende is. De De Jong Gierveld schaal focust op het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Waar de UCLA-schaal de ervaring zelf centraal stelt, is dit bij de De Jong Gierveld schaal meer het gemis dat voortkomt uit die ervaring. Bij de verkorte variant van de UCLA-schaal, zoals die door het CBS wordt toegepast, komt het gevoelde gemis alleen aan bod bij de stelling 'Ik voel me geïsoleerd'. Bij de De Jong Gierveld schaal komt dit bij de stellingen over het gevoel van leegte, het missen van mensen om me heen en het gevoel vaak buitengesloten te zijn aan bod en is dit onderdeel van eenzaamheid dus sterker vertegenwoordigd in deze schaal.

Wat het toepassen van een uni- dan wel multidimensionele schaal betreft, is de UCLA-schaal van oorsprong unidimensioneel; deze schaal bestaat uit één dimensie. De De Jong Gierveld schaal is multidimensioneel; er wordt zowel een emotionele als een sociale dimensie onderscheiden. De Jong Gierveld en Van Tilburg (1991) geven in een eerdere vergelijking van de UCLA-schaal met de De Jong Gierveld schaal aan dat de UCLA -schaal vooral overeenkomt met de dimensie van sociale eenzaamheid uit de De Jong Gierveld schaal en emotionele eenzaamheid minder duidelijk meet.

### 3.3 Betrouwbaarheid en validiteit

#### Betrouwbaarheids- en factoranalyse

In deze paragraaf worden de indicatoren van iedere schaal in meer detail bekeken en wordt vastgesteld of de indicatoren samen een schaal vormen.

#### Verkorte UCLA-schaal

De verkorte UCLA-schaal is voorgelegd aan 3 719 respondenten. Het percentage ontbrekende antwoorden op de indicatoren varieert van 2,4 tot 4,0 procent. In totaal 79 respondenten (2,1 procent) geven op geen enkele van de zes stellingen antwoord. Respondenten moeten op alle zes de stellingen antwoord hebben gegeven om een score op de schaal te krijgen, anders worden zij niet meegeteld bij de analyse. Dit leidt er toe dat er 3 480 personen (93,6 procent) een score voor eenzaamheid op basis van de verkorte UCLA-schaal hebben gekregen.

Tabel 3.3.1 laat de (gewogen) gemiddelden, standaarddeviaties, minimum- en maximumscore, het aantal waarnemingen en de correlaties van de indicatoren van de schaal zien. Het gewogen gemiddelde is het hoogst bij de stellingen over deel uitmaken van een vriendengroep en het hebben van oppervlakkige contacten. Op deze stellingen antwoorden relatief gezien de meeste mensen negatief (dat wil zeggen 'nee' in het geval van de vriendengroep en 'ja' in het geval van de oppervlakkige contacten). Dit is wel een minderheid van de respondenten, maar een groter aandeel dan bij de overige stellingen. De spreiding in antwoorden (gemeten met de standaarddeviatie) is bij deze stellingen ook het grootst.

#### 3.3.1 Achtergrond en correlaties van indicatoren van de verkorte UCLA-schaal

Indicator	Gewogen gemiddelde (Standaarddeviatie)	Minimum (‘ja’)	Maximum (‘nee’)	Ongewogen N (%)	Correlatiecoëfficiënt						
					1	2	3	4	5	6	
1. Er zijn mensen met wie ik goed kan praten.	0,13 (0,38)	0	2	3 630 (97,6)	1						
2. Ik voel me van andere mensen geïsoleerd. (r)	0,29 (0,53)	0	2	3 606 (97,0)	0,22	1					
3. Er zijn mensen bij wie ik terecht kan.	0,12 (0,37)	0	2	3 609 (97,0)	0,52	0,23	1				
4. Er zijn mensen die me echt begrijpen.	0,24 (0,50)	0	2	3 590 (96,5)	0,48	0,26	0,53	1			
5. Ik maak deel uit van een groep vrienden.	0,53 (0,80)	0	2	3 589 (96,5)	0,30	0,19	0,29	0,29	1		
6. Mijn sociale contacten zijn oppervlakkig. (r)	0,59 (0,71)	0	2	3 572 (96,0)	0,30	0,30	0,29	0,31	0,41	1	

N.B. (r) = Antwoorden zijn gehercodeerd, waarbij 'ja' 2 punten is, 'soms' is 1 punt en 'nee' is 0 punten. Alle correlaties zijn significant ( $p < 0,01$ ).

Uit analyses van de distributies van de indicatoren blijkt dat deze over het algemeen niet normaal verdeeld zijn. Dit is te verwachten aangezien uit onderzoek blijkt dat normaal gesproken een minderheid van de bevolking zich eenzaam voelt (Pinquart en Sörensen, 2001). Bij vijf van de zes stellingen liggen de skewness (scheefheid) en kurtosis (hoogte van de piek), maten voor de vorm van de verdeling van antwoorden, buiten de grenswaarden voor een normale verdeling. Voor skewness zou de waarde tussen de -1 en 1 moeten liggen en voor kurtosis is dit lager dan 2 om te kunnen spreken van een normale verdeling. De uitzondering hierop is de stelling over de oppervlakkige sociale contacten waarbij deze waarden wel tussen de grenswaarden liggen. De visuele inspectie en formele toetsen ondersteunen deze bevindingen. De indicatoren voldoen hiermee niet aan de

assumpties voor bijvoorbeeld gebruik in lineaire regressieanalyses, maar kunnen wel gebruikt worden in logistische regressieanalyses waarbij bijvoorbeeld de groep die sterk eenzaam is, wordt afgezet tegen de rest.

De exploratieve principale componenten analyse (tabel 3.3.2) laat zien dat de schaal uit één construct bestaat en geen onderliggende dimensies heeft (een component met eigenwaarde groter dan 1). Alle ladingen zijn boven de gebruikelijke grenswaarden van 0,40 (Hair et al., 1998). Alle indicatoren kunnen daarom meegenomen worden in de schaalscore. De vraag over of men zich van andere mensen geïsoleerd voelt, is het minst sterk gerelateerd aan de overige indicatoren en heeft een lading van 0,47. Deze indicator heeft ook de laagste communaliteit (0,23) en heeft de minste gedeelde variantie met de component. In totaal wordt 44 procent van de variantie in de component door de indicatoren verklaard. Uit de confirmatieve principale componenten analyse blijkt hetzelfde; de schaal bestaat uit één factor.

De Cronbach's alpha of betrouwbaarheid van de schaal is 0,70 wat tevens de grenswaarde is voor voldoende constructvaliditeit zodat de indicatoren samengevoegd mogen worden tot een schaal (Hair et al., 1998). Er is geen indicator waarbij de waarde van Cronbach's alpha zou stijgen als deze wordt weggelaten, al draagt de tweede indicator relatief weinig bij. De schaal is niet normaal verdeeld: zowel skewness als kurtosis vallen buiten de grenswaarden. Dat houdt in dat bij regressieanalyse met de score voor eenzaamheid als afhankelijke variabele men voorzichtig moet zijn met de interpretatie van de resultaten. Bij een indikking van de scores naar drie categorieën van eenzaamheid speelt dit probleem niet.

### 3.3.2 Factoranalyse en betrouwbaarheidsanalyse van de verkorte UCLA-schaal

Indicator	Factor lading	Communaliteit	Betrouwbaarheid indien indicator weggelaten (Cronbach's alpha)
1. Er zijn mensen met wie ik goed kan praten.	0,72	0,53	0,65
2. Ik voel me van andere mensen geïsoleerd. (r)	0,47	0,23	0,69
3. Er zijn mensen bij wie ik terecht kan.	0,74	0,55	0,65
4. Er zijn mensen die me echt begrijpen.	0,75	0,56	0,63
5. Ik maak deel uit van een groep vrienden.	0,60	0,36	0,67
6. Mijn sociale contacten zijn oppervlakkig. (r)	0,63	0,40	0,64
Percentage verklaarde variantie	43,64		
Betrouwbaarheid totaal (Cronbach's alpha)	0,70		

N.B. Er is gebruik gemaakt van Principale Componenten Analyse.

#### *Verkorte De Jong Gierveld schaal*

De verkorte De Jong Gierveld schaal is voorgelegd aan 3 741 respondenten. Van de antwoorden op de stellingen ontbreekt 3,5 tot 4,2 procent van de antwoorden. In totaal geven 113 respondenten (3,0 procent) helemaal geen antwoorden op de zes stellingen. Als respondenten minimaal twee van de zes stellingen niet beantwoorden, worden zij niet meegeteld in de schaalscore. Dat wil zeggen dat iedereen die vijf of zes stellingen beantwoordt een score op de schaal krijgt en meegenomen wordt in de analyses. Dit is

voorgeschreven in de handleiding van de schaal opgesteld door de ontwikkelaars (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 1999). In totaal hebben 3 585 respondenten (95,8 procent) een score voor eenzaamheid op basis van de verkorte De Jong Gierveld schaal gekregen. Voor de sociale (N=3 584) en emotionele eenzaamheid (N=3 529) geldt dat alle drie de stellingen moeten zijn beantwoord voordat een score wordt gegeven.

Tabel 3.3.3 bevat dezelfde informatie over de indicatoren van de schaal als tabel 3.3.1 voor de UCLA-schaal. Er is minder verschil tussen de indicatoren in de gewogen gemiddelden dan bij de UCLA-schaal. Het hoogste gemiddelde hebben de stellingen over mensen hebben op wie men volledig kan vertrouwen en over mensen om je heen missen. Hierbij geven relatief de meeste mensen aan dat zij een gemis ervaren.

### 3.3.3 Achtergrond en correlaties van indicatoren van de verkorte De Jong Gierveld schaal

Indicator	Gewogen gemiddelde (Standaarddeviatie)	Minimum (‘ja’)	Maximum (‘nee’)	Ongewogen N (%)	Correlatiecoëfficiënt						
					1	2	3	4	5	6	
1. Ik ervaar een leegte om me heen. (r)	0,26 (0,55)	0	2	3 583 (95,8)	1						
2. Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narisigheid kan terugvallen.	0,25 (0,53)	0	2	3 610 (96,5)	0,35	1					
3. Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.	0,37 (0,60)	0	2	3 604 (96,3)	0,31	0,52	1				
4. Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.	0,32 (0,59)	0	2	3 601 (96,3)	0,36	0,50	0,59	1			
5. Ik mis mensen om me heen. (r)	0,38 (0,68)	0	2	3 589 (95,9)	0,54	0,27	0,20	0,27	1		
6. Vaak voel ik me in de steek gelaten. (r)	0,18 (0,48)	0	2	3 585 (95,8)	0,49	0,37	0,30	0,31	0,45	1	

N.B. (r) = Antwoorden zijn gehercodeerd waarbij 'ja' 2 punten is, 'min of meer' is 1 punt en 'nee' is 0 punten. Alle correlaties zijn significant ( $p < 0,01$ ).

Geen van de stellingen voldoet aan de gestelde grenswaarden voor zowel skewness als kurtosis en er kan daarom niet gesproken worden van normaal verdeelde indicatoren. Bij beide schalen is te zien dat het aandeel van de negatieve antwoordcategorie die het sterkst eenzaamheid laat zien, achterblijft bij de verwachting voor een normale verdeling.

Het aantal ontbrekende waarden op de De Jong Gierveld schaal is iets groter dan op de UCLA-schaal; dit verschil is echter verwaarloosbaar. De correlaties tussen de indicatoren liggen gemiddeld iets hoger op de De Jong Gierveld schaal dan op de UCLA-schaal, maar ook deze verschillen zijn klein, namelijk een gemiddelde correlatie van 0,39 ten opzichte van 0,33.

De exploratieve principale componenten analyse (tabel 3.3.4) laat in dit geval zien dat er twee componenten in de schaal kunnen worden onderscheiden. Dit klopt met eerder onderzoek naar deze schaal (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 2006). De drie indicatoren behorend bij sociale eenzaamheid laden op één component en de overige drie indicatoren behorend bij emotionele eenzaamheid laden ook op één component. Hierbij moet echter wel worden opgemerkt dat niet kan worden uitgesloten dat de twee factor-structuur van deze schaal het gevolg is van de positieve dan wel negatieve formulering van de indicatoren in plaats van het conceptuele onderscheid tussen sociale

en emotionele eenzaamheid. Het feit dat de positief geformuleerde indicatoren horen bij sociale eenzaamheid en de negatief geformuleerde bij emotionele eenzaamheid kan ervoor zorgen dat er twee dimensies worden gevonden terwijl er misschien geen verschil is in inhoud van de factoren. Echter, eerder onderzoek naar de relatie tussen sociale en emotionele eenzaamheid enerzijds met vanuit theoretisch oogpunt verwante concepten anderzijds suggereert dat er wel degelijk gesproken kan worden van een multidimensionele schaal (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 1991). Ook correlatieanalyses op basis van het onderzoek S&W wijzen in die richting, aangezien het hebben van een partner het sterkst gecorreleerd is met emotionele eenzaamheid en het hebben van frequente sociale contacten met sociale eenzaamheid.

De indicatoren behorende bij de desbetreffende component laten hogere ladingen zien dan de indicatoren van de UCLA-schaal, ze variëren van 0,72 tot 0,89. Samen verklaren ze 67 procent van de variantie in de twee componenten; 48 procent van de eerste component en 19 procent van de tweede. Ook de communaliteiten liggen hoger dan bij de UCLA-schaal. De confirmatieve principale componenten analyse bevestigt de resultaten dat er twee onderliggende factoren zijn.

De Cronbach's alpha is met 0,78 ook hoger. Dit komt overeen met een eerdere schaalvalidatiestudie die alpha's tussen de 0,70 en 0,76 rapporteert (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 2006). Geen van de indicatoren zou de waarde van Cronbach's alpha verhogen als deze zou worden weggelaten al voegt de indicator 'ik mis mensen om me heen' relatief weinig toe. De waarden van Cronbach's alpha voor sociale en emotionele eenzaamheid zijn respectievelijk 0,77 en 0,73. De schaalcores zijn niet normaal verdeeld, en in dit geval blijft dit bij een indikking in drie categorieën een probleem. Dat wil zeggen dat lineaire regressieanalyse eigenlijk niet mag worden gebruikt, maar logistische regressie wel. Daarnaast blijkt uit correlatieanalyses dat zowel sociale als emotionele eenzaamheid sterk positief gecorreleerd zijn met de overkoepelende eenzaamheidsschaal, zodat beide factoren consistent zijn en er sprake is van convergente validiteit.

### 3.3.4 Factoranalyse en betrouwbaarheidsanalyse van de verkorte De Jong Gierveld schaal

Indicator	Factor lading component 1 (Sociale eenzaamheid)	Factor lading component 2 (Emotionele eenzaamheid)	Communaliteit	Betrouwbaarheid indien indicator weggelaten (Cronbach's alpha)
1. Ik ervaar een leegte om me heen. (r)	0,06	0,80	0,69	0,74
2. Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.	0,76	0,08	0,63	0,74
3. Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.	0,89	-0,07	0,74	0,75
4. Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.	0,82	0,02	0,69	0,74
5. Ik mis mensen om me heen. (r)	-0,11	0,88	0,70	0,77
6. Vaak voel ik me in de steek gelaten. (r)	0,10	0,72	0,60	0,75
Percentage verklaarde variantie	48,28	19,13		
Betrouwbaarheid totaal (Cronbach's alpha)	0,78			

N.B. Er is gebruik gemaakt van Principale Componenten Analyse met Oblique rotatie.

## Validiteit

Er zijn verschillende typen validiteit die relevant zijn bij het vaststellen van de kwaliteit van een schaal, namelijk: construct, congruente, discriminante, predictieve, en concurrente validiteit. Constructvaliditeit heeft betrekking op de vraag of de schalen eenzaamheid meten, terwijl discriminante validiteit ingaat op de vraag of de resultaten afhankelijk zijn van een andere variabele. Bij congruente validiteit worden verschillende eenzaamheidsmetingen vergeleken.

Construct-, congruente en discriminante validiteit kunnen hier niet worden onderzocht omdat respondenten slechts één van de twee eenzaamheidsschalen hebben ingevuld. Wel zijn deze vormen van validiteit in eerder onderzoek vastgesteld voor beide schalen, weliswaar voor een specifieke populatie (65-plussers) (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 1991). Daaruit blijkt dat de De Jong Gierveld schaal twee dimensies omvat; een sociale en een emotionele. De validiteit van beide dimensies is als voldoende aan te merken. De dimensie voor sociale eenzaamheid komt sterk overeen met de UCLA-schaal. De validiteit van de UCLA-schaal is wat beter dan de sociale dimensie van de De Jong Gierveld schaal (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 1991).

Predictieve validiteit gaat over het voorspellen van een fenomeen dat in theorie door eenzaamheid voorspeld zou moeten worden. Aangezien het in dit onderzoek om cross-sectioneel en niet om longitudinaal of experimenteel onderzoek gaat, kan dit ook niet worden vastgesteld. Concurrente validiteit heeft betrekking op de mate waarin de resultaten correleren met andere gelijktijdig verkregen gegevens die zouden moeten correleren met eenzaamheid. Dit is onderdeel van nomologische validiteit en wordt in deze paragraaf besproken.

De term nomologische validiteit refereert aan de relatie van eenzaamheid met andere, volgens de theorie gerelateerde, concepten. Dat kunnen concepten zijn die eenzaamheid voorspellen of een gevolg zijn van eenzaamheid. Als eenzaamheid correct gemeten wordt, dan zou dit bijvoorbeeld gerelateerd moeten zijn aan het hebben van sociale contacten of een partner. Beide kunnen immers eenzaamheid voorkomen (Dykstra en Fokkema, 2007; Guiaux, 2010; Pinguart en Sörensen, 2001). Bij sociale contacten is vooral de kwaliteit van het contact van belang, maar de frequentie of kwantiteit speelt ook een rol (Pinguart en Sörensen, 2001). Als mensen ervaren dat zij te weinig sociale contacten hebben en daarom eenzaam zijn, is de kans groot dat zij objectief gezien ook weinig sociale contacten hebben. De contacten met vrienden en burens zouden daarbij belangrijker zijn dan met familie, omdat deze contacten gekozen en meer vrijwillig zijn. Daarnaast heeft eerder onderzoek uitgewezen dat eenzaamheid kan komen of kan leiden tot een slechtere gezondheid (Ó Luanaigh en Lawlor, 2008) of een lager welzijn (Perlman en Peplau, 1981).

In deze nota worden de verbanden tussen deze gerelateerde concepten en eenzaamheid onderzocht om te zien of eenzaamheid daadwerkelijk het concept is dat door de twee schalen gemeten wordt. Daarom worden sociale contacten met familie, vrienden en burens en de inschatting van de algemene gezondheid gerelateerd aan eenzaamheid door middel van correlatieanalyses. Ook welzijn in de vorm van geluk en tevredenheid met het leven worden meegenomen, waarbij de verwachting is dat eenzaamheid gepaard gaat met een lager welzijn. Tot slot wordt het hebben van een vaste partner meegenomen, aangezien dit invloed kan hebben op het ervaren van (vooral emotionele) eenzaamheid (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 2006).

Zowel bij de verkorte UCLA-schaal als bij de verkorte De Jong Gierveld schaal gaan de verbanden met de andere concepten in dezelfde (verwachte) richting. Uit de resultaten blijkt bovendien dat eenzaamheid gemeten met de verkorte UCLA-schaal vooral negatief gerelateerd is aan (het gebrek aan) vriendencontacten. Met andere woorden, eenzame mensen hebben vaker weinig (of infrequente) vriendencontacten dan weinig familie- of burenccontacten. Ook met gezondheid, geluk en tevredenheid met het leven zijn relatief sterke negatieve correlaties. Het is daarbij niet vast te stellen in welke richting de gevonden verbanden werken, en dus of bijvoorbeeld minder contacten zorgen voor meer eenzaamheid of dat meer eenzaamheid uitmondt in minder contacten. De literatuur gaat vooral in op de eerste verklaring (Perlman and Peplau, 1981). Hetzelfde geldt voor het negatieve verband met gezondheid: eenzaamheid kan leiden tot slechtere gezondheid maar een slechte gezondheid kan ook meer eenzaamheid tot gevolg hebben. Het lijkt echter het meest plausibel dat weinig contact en een slechte gezondheid ertoe leiden dat men zich eenzaam voelt.

Bij de verkorte De Jong Gierveld schaal is het negatieve verband met geluk en tevredenheid met het leven het sterkst en het verband met vriendencontacten minder sterk. Van de contacten met familie, vrienden of burens is vriendencontact, zoals verwacht uit de literatuur, wel het sterkst negatief gerelateerd met eenzaamheid. Deze verschillen in verbanden suggereren dat beide schalen een andere conceptuele focus op eenzaamheid hebben, zoals eerder uit de conceptuele beschrijving van beide schalen ook al bleek.

### 3.3.5 Correlatiematrix met eenzaamheidsschalen en gerelateerde variabelen

Indicator	Gemiddelde	Standaarddeviatie	Correlatiecoëfficiënt													
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11			
1. Eenzaamheid op basis van verkorte UCLA-schaal (0 niet - 2 sterk eenzaam)	0,68	0,55	1													
2. Eenzaamheid op basis van de verkorte De Jong Gierveld schaal (0 niet - 2 sterk eenzaam)	0,42	0,63	-	1												
3. Sociale eenzaamheid (onderdeel van de De Jong Gierveld schaal) (0 niet - 3 sterk)	0,77	1,06	-	0,81	1											
4. Emotionele eenzaamheid (onderdeel van de De Jong Gierveld schaal) (0 niet - 3 sterk)	0,59	0,96	-	0,77	0,40	1										
5. Familiecontacten (1 zelden/ nooit - 5 dagelijks)	4,05	0,87	-0,20	-0,20	-0,23	-0,12	1									
6. Vriendencontacten (1 zelden/ nooit - 5 dagelijks)	3,97	0,93	-0,30	-0,23	-0,27	-0,16	0,25	1								
7. Burenccontacten (1 zelden/ nooit - 5 dagelijks)	3,42	1,19	-0,11	-0,19	-0,17	-0,16	0,15	0,15	1							
8. Geluk (1 ongelukkig - 3 gelukkig)	2,85	0,43	-0,25	-0,38	-0,29	-0,40	0,11	0,16	0,13	1						
9. Tevredenheid met het leven (1 ontevreden - 3 tevreden)	2,82	0,46	-0,25	-0,39	-0,30	-0,41	0,11	0,15	0,13	0,71	1					
10. Ervaren gezondheid (1 zeer slecht - 5 zeer goed)	3,80	0,80	-0,19	-0,25	-0,20	-0,25	0,07	0,19	0,02	0,30	0,32	1				
11. Het hebben van een vaste partner (0 nee - 1 ja)	0,70	0,46	-0,07	-0,18	-0,06	-0,24	0,04	-0,14	0,09	0,20	0,20	0,05	1			

N.B. Pearson correlaties zijn gerapporteerd, Spearman's rho correlaties geven geen andere resultaten. Respondenten hebben een van de twee eenzaamheidsschalen voorgelegd gekregen en hebben daarom geen scores op beide schalen. Alle correlaties zijn significant ( $p < 0,01$ ) behalve de correlatie tussen burenccontacten en ervaren gezondheid.

Zoals verwacht is het hebben van een partner sterker negatief gecorreleerd met emotionele eenzaamheid dan met sociale eenzaamheid. Familie- en vriendencontacten zijn daarentegen sterker negatief gerelateerd aan sociale eenzaamheid. Bij bureaucontacten is er geen verschil tussen sociale en emotionele eenzaamheid. Emotionele eenzaamheid is sterker gerelateerd aan geluk en tevredenheid met het leven dan sociale eenzaamheid. Bij ervaren gezondheid is het verschil klein en is de relatie met emotionele eenzaamheid iets sterker dan met sociale eenzaamheid. De genoemde verschillen in correlaties zijn getoetst door middel van Fisher f-to-z transformaties.

### 3.4 Resultaten eenzaamheid

#### Het aandeel eenzamen

Uit de resultaten blijkt dat volgens de verkorte UCLA-schaal 4 procent van de Nederlandse bevolking zich in 2017 sterk eenzaam voelde. Volgens de verkorte De Jong Gierveld schaal is dit 7 procent. De groep die zich enigszins eenzaam voelt is voor de UCLA-schaal en de De Jong Gierveld schaal respectievelijk 59 en 28 procent. De groep die zich niet eenzaam voelt is 36 (UCLA) en 65 procent (De Jong Gierveld).

De aandelen van beide schalen op de middencategorie 'enigszins eenzaam' en de categorie 'niet eenzaam' verschillen sterk van elkaar. Dit heeft vooral te maken met het kiezen van andere afkappunten. Als de afkappunten zoals bepaald voor de UCLA-schaal worden toegepast op de De Jong Gierveld schaal blijken de aandelen meer overeen te komen: 45 en 49 procent voor niet en enigszins eenzaam.

Hetzelfde geldt als de afkappunten van de De Jong Gierveld schaal worden toegepast op de UCLA-schaal: dan is 61 procent niet en 33 procent enigszins eenzaam. De verschillen in de categorieën 'niet' en 'enigszins eenzaam' zijn dus eerder een gevolg van een keuze op basis van een andere interpretatie van de antwoordcategorieën dan een gevolg van een ander conceptueel uitgangspunt van de schalen.

#### Eenzaamheid naar bevolkingsgroepen

Er is een aantal verschillen tussen bevolkingsgroepen dat afwijkt tussen beide schalen. Zo zijn volgens de UCLA-schaal mannen vaker sterk eenzaam dan vrouwen en volgens de De Jong Gierveld schaal vrouwen vaker dan mannen. Het aandeel dat niet eenzaam is, verschilt ook tussen de schalen: bij de UCLA-schaal zijn dit vaker vrouwen dan mannen terwijl dit op de De Jong Gierveld schaal niet verschilt. Bij de UCLA-schaal is een groter aandeel mannen enigszins eenzaam dan vrouwen, terwijl er bij de De Jong Gierveld schaal geen verschil is tussen mannen en vrouwen in het aandeel dat enigszins eenzaam is. De man-vrouw verschillen kunnen ermee te maken hebben dat de UCLA-schaal vooral focust op sociale eenzaamheid terwijl de De Jong Gierveld schaal zowel sociale als emotionele eenzaamheid meeneemt. In de uitsplitsing van de twee factoren op deze schaal blijkt dat het man-vrouw verschil groter is op emotionele eenzaamheid dan op sociale eenzaamheid, namelijk 4 procentpunten verschil voor emotionele eenzaamheid versus 1 procentpunt voor sociale eenzaamheid (in de categorie sterk eenzaam).

Daarnaast blijkt dat ouderen vaker sterk eenzaam zijn dan jongeren op de UCLA-schaal, maar dat dit niet het geval is op de De Jong Gierveld schaal. Het verschil tussen ouderen en jongeren ontbreekt daar zowel voor sociale als voor emotionele eenzaamheid. Wel blijkt dat de groep 75-plussers vaker dan jongeren een leegte ervaren en mensen om zich heen



missen, maar zij scoren niet hoger dan de jongeren op de overige stellingen. Bij de groep die enigszins eenzaam is, zien we wel een verschil tussen leeftijdsgroepen: ouderen zijn relatief vaker enigszins eenzaam in vergelijking met jongeren. Dit geldt voor beide schalen.

Tot slot is het opvallend dat bij de alleenstaanden en vooral de alleenstaande ouders volgens de De Jong Gierveld schaal een relatief groot aandeel sterk eenzaam is (12 en 19 procent respectievelijk), terwijl dit in de UCLA-schaal niet naar voren komt (8 en 1 procent). Het relatief hoge aandeel op de De Jong Gierveld schaal geldt zowel voor sociale als voor emotionele eenzaamheid. De alleenstaande ouders hebben volgens de UCLA-schaal wel een relatief hoog aandeel dat enigszins eenzaam is. Bij de Jong Gierveld ligt dat aandeel onder alleenstaande ouders even hoog als onder de alleenstaanden.

### 3.4.1 Eenzaamheid op UCLA-schaal en De Jong Gierveld schaal naar bevolkingsgroepen, 2017

	Eenzaamheid volgens UCLA-schaal			Eenzaamheid volgens De Jong Gierveld schaal		
	Niet eenzaam (score 0)	Enigszins eenzaam (score 1-6)	Sterk eenzaam (score 7-12)	Niet eenzaam (score 0-1)	Enigszins eenzaam (score 2-4)	Sterk eenzaam (score 5-6)
<b>Totaal</b>	36	59	4	65	28	7
<b>Geslacht</b>						
Man	31	64	5	65	29	6
Vrouw	42	55	4	65	26	9
<b>Leeftijd</b>						
15 tot 25	40	57	3	70	25	5
25 tot 35	40	58	2	69	24	7
35 tot 45	37	59	3	65	26	9
45 tot 55	37	59	4	63	29	8
55 tot 65	34	61	5	66	26	8
65 tot 75	35	60	6	62	32	6
75 of ouder	26	65	9	56	36	7
<b>Onderwijsniveau</b>						
Laag	29	66	5	60	34	6
Middelbaar	38	57	5	66	26	8
Hoog	42	55	3	71	23	6
<b>Migratieachtergrond</b>						
Nederlands	38	58	4	68	26	6
Westers	38	57	5	58	34	9
Niet-westers	26	67	7	53	31	16
<b>Ervaren gezondheid</b>						
(Zeer) slecht	20	65	15	39	40	21
Gaat wel	29	65	6	50	37	13
Goed	38	58	3	70	25	6
Zeer goed	47	52	1	79	20	1
<b>Gestandaardiseerd huishoudensinkomen</b>						
1e kwartiel (laagste inkomen)	31	60	9	53	35	12
2e kwartiel	32	63	5	64	27	9
3e kwartiel	38	59	3	66	26	8
4e kwartiel (hoogste inkomen)	42	56	2	73	23	4
<b>Plaats in huishouden</b>						
Alleenstaande	64	33	3	50	39	12
Lid paar zonder kinderen	70	28	2	71	24	5
Lid paar met kinderen	74	25	1	71	23	6
Alleenstaande ouder	68	31	1	45	36	19
Thuiswonend kind	77	23	1	69	27	5

Voor beide schalen geldt dat personen met een niet-westerse migratieachtergrond, personen met een (zeer) slechte gezondheid of een laag inkomen zich vaker sterk eenzaam voelen dan respectievelijk personen met Nederlandse achtergrond, een goede gezondheid of een hoog inkomen. Bij onderwijsniveau zijn er alleen verschillen in het percentage dat zich niet of enigszins eenzaam voelt: het aandeel dat zich enigszins eenzaam voelt, is groter bij laag- dan bij hoogopgeleiden en bij het aandeel dat zich niet eenzaam voelt, is dit andersom.

## 4. Discussie en conclusie

In deze nota zijn twee schalen voor het meten van eenzaamheid met elkaar vergeleken. Het gaat daarbij om verkorte versies van de UCLA Loneliness Scale en van de Eenzaamheidschaal van De Jong Gierveld. Beide schalen zijn in 2017 opgenomen in het onderzoek Sociale samenhang & Welzijn, met als doel te komen tot een keuze voor een van beide schalen in toekomstig onderzoek naar eenzaamheid. Hierbij is gekeken naar conceptuele en empirische overwegingen, en daarnaast naar de bruikbaarheid van de cijfers voor bijvoorbeeld beleid.

Uit de conceptuele vergelijking blijkt dat beide schalen in hun definitie van eenzaamheid van dezelfde conceptualisatie uitgaan, namelijk de cognitieve benadering, waarbij eenzaamheid wordt opgevat als de subjectieve beleving van een ervaren discrepantie. Het gaat om de cognitieve evaluatie als mediator van (het ervaren van) eenzaamheid. Er zijn echter twee conceptuele verschillen tussen beide schalen. Ten eerste wordt in de UCLA-schaal de nadruk gelegd op de ervaring van eenzaamheid op zich, terwijl bij de De Jong Gierveld schaal meer nadruk ligt op de emotionele ervaring van een gemis. De sterkere focus van de UCLA-schaal op (de ervaren) discrepantie op gebied van sociale relaties heeft als nadeel dat niet alle opgenomen items noodzakelijkerwijs gerelateerd zijn aan eenzaamheid. Iemand die geen deel uitmaakt van een vriendengroep hoeft niet eenzaam te zijn en kan voldoende andere contacten hebben om geen gemis te ervaren. Ook het hebben van oppervlakkige contacten zorgt niet noodzakelijkerwijs voor eenzaamheid als men daarnaast ook hechte, diepgaande contacten heeft. Mensen hebben misschien ook geen behoefte aan deze diepgaande contacten.

Een tweede verschil is dat eenzaamheid door de UCLA-schaal eendimensionaal wordt gemeten en door de De Jong Gierveld schaal multidimensionaal met een sociale en een emotionele component. Hierdoor wordt meer inzicht gegeven in het soort eenzaamheid, wat mogelijk meer handvatten geeft voor oplossingsrichtingen en uiteindelijk de bruikbaarheid van de cijfers vergroot.

Uit bovenstaande wordt voor dit onderzoek geconcludeerd dat de verkorte De Jong Gierveld schaal op conceptueel gebied de voorkeur geniet boven de verkorte UCLA-schaal, met de kanttekening dat niet met zekerheid kan worden gesteld dat de tweefactorstructuur inderdaad komt door conceptuele verschillen (zie ook paragraaf 3.3).

Het staat buiten kijf dat bij deze keuze voor een van de meetinstrumenten aan de empirische kwaliteitseisen voldaan moet worden. De vergelijking van de betrouwbaarheid en validiteit van beide schalen laat zien dat beide schalen betrouwbaar en valide zijn en daarmee geschikt om eenzaamheid te meten. Daarnaast zijn beide schalen gerelateerd aan concepten die vanuit de theorie gerelateerd zouden moeten zijn. De richting van de verbanden, namelijk positief of negatief, komt overeen met de theoretische veronderstellingen. Beide schalen zijn dus goede meetinstrumenten voor het meten van eenzaamheid. Dat wil zeggen dat er op empirische grond geen duidelijke voorkeur voor één van beide schalen blijkt.

Uit de resultaten met betrekking tot eenzaamheid naar bevolkingsgroepen blijkt dat het aandeel dat (enigszins) eenzaam is vooral verschilt vanwege de anders gekozen afkappunten tussen de schalen. Verder zijn er nog enkele andere verschillen in de resultaten als gekeken wordt naar bevolkingsgroepen. Zo zijn volgens de UCLA-schaal mannen vaker sterk eenzaam dan vrouwen, terwijl dat volgens de De Jong Gierveld schaal andersom is. Dit lijkt vooral te komen door het verschil in conceptuele focus, aangezien de De Jong Gierveld schaal ook een emotionele component omvat, waar vrouwen vaker dan mannen een gemis op ervaren.

Daarnaast blijken ouderen vaker sterk eenzaam te zijn dan jongeren op de UCLA-schaal, maar er is geen verschil tussen jongeren en ouderen op de De Jong Gierveld schaal. Wanneer wordt gekeken naar de groep die enigszins eenzaam is, zien we wel dat ouderen vaker eenzaam zijn dan jongeren. Ook dit lijkt het gevolg van het verschil in conceptuele focus: op enkele stellingen van de De Jong Gierveld schaal scoren 75-plussers wel hoger op eenzaamheid dan jongeren en op de overige stellingen niet. Pinquart en Sörensen (2001) laten zien dat er in het algemeen geen lineaire relatie tussen leeftijd en eenzaamheid is; naarmate men ouder is, is men niet noodzakelijkerwijs vaker eenzaam. Dit hangt onder andere samen met het gebrek aan kwaliteit van een sociaal netwerk en met minder sociale contacten.

Tot slot blijken alleenstaanden en vooral alleenstaande ouders op basis van de De Jong Gierveld schaal relatief vaak eenzaam te zijn, terwijl er volgens de UCLA-schaal geen verschillen zijn op basis van de positie in het huishouden. Het is echter wel plausibel dat deze groepen vaker eenzaam zijn, met name op emotioneel gebied, omdat zij voor emotionele steun en – voor alleenstaande ouders – bij de opvoeding van de kinderen, niet bij een partner terecht kunnen.

Er is op basis van bovenstaande bevindingen gekozen om bij toekomstig onderzoek naar eenzaamheid gebruik te maken van de verkorte versie van de Eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld. Hoewel dit resulteert in een trendbreuk in de cijfers, geniet deze schaal de voorkeur boven de UCLA-schaal vanwege het completere conceptuele kader en het multidimensionale karakter van de schaal. Hierdoor kunnen verschillen tussen bevolkingsgroepen in ervaren sociale dan wel emotionele eenzaamheid worden onderscheiden, wat van belang kan zijn voor bijvoorbeeld het evalueren van beleid dat zich richt op het voorkomen van eenzaamheid.

# Literatuur

Borys, S. en D. Perlman (1985). Gender differences in loneliness, *Personality and Psychology Bulletin*, 11, 63–74.

Coumans, M. (2016). Sociale isolatie. Naar objectieve en subjectieve maatstaf. Centraal Bureau voor de Statistiek.  
<https://www.cbs.nl/nl-nl/achtergrond/2016/50/sociale-isolatie>

Coumans, M. en H. Schmeets (2014). The socially excluded in the Netherlands : the development of an overall index. *Social Indicators Research*, 1–27.

Dykstra, P. A. (2009). Older adult loneliness: myths and realities. *European Journal of Aging*, 6, 91–100.

Dykstra, P. A. en T. Fokkema (2007). Social and emotional loneliness among divorced and married men and women: comparing the deficit and cognitive perspectives. *Basic and Applied Social Psychology*, 29 (1), 1–12.

Guiaux M. (2010). Social adjustment to widowhood: changes in personal relationships and loneliness before and after partner loss (PhD Dissertation). Amsterdam: Vrije Universiteit.

Hair, J. F., Jr., R. E. Anderson, R. L. Tatham en W. C. Black (1998). *Multivariate data analyses with readings* (5th ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

De Jong Gierveld, J. (1984). *Eenzaamheid. Een meersporig onderzoek*. Deventer: Van Loghum-Slaterus (Sociologische monografieën).

Jong Gierveld J., de, en F. Kamphuis (1985). The development of a Rasch-type loneliness scale. *Applied Psychological Measurement*, 9, 289–299.

Jong Gierveld, J. de, en T.G. van Tilburg (1991). Kwaliteitsbepaling van meetinstrumenten via triangulatie. In: Swanborn, J. de Jong Gierveld, T.G. van Tilburg, A.E. Bronner en G.W. Meijnen (Eds.) *Aspecten van onderzoek: theorie, variabelen en praktijk*. Rijksuniversiteit Utrecht: Utrecht, 29–64.

Jong Gierveld, J. de, en T. van Tilburg (1999). *Manual of the Loneliness Scale*. Vrije Universiteit Amsterdam (PDF and online version).  
[http://home.fsw.vu.nl/tg.van.tilburg/manual\\_loneliness\\_scale\\_1999.html](http://home.fsw.vu.nl/tg.van.tilburg/manual_loneliness_scale_1999.html)

Jong Gierveld, J. de, en T. van Tilburg (2006). A 6-Item Scale for Overall, Emotional, and Social Loneliness. *Confirmatory Tests on Survey Data. Research on Aging*, 28 (5), 582–598.

Jong Gierveld J. de, en T. van Tilburg (2007). Uitwerking en definitie van het begrip eenzaamheid. In: Tilburg T. van, en J. de Jong Gierveld (eds). *Zicht op eenzaamheid: achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen: Van Gorcum, 7–14.

Marangoni, C. en W. Ickes (1989). Loneliness : A theoretical review with implications for measurement. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 93-128.

Ó Luanaigh, C. en B. A. Lawlor (2008). Loneliness and the health of older people. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 23 (12), 1213-1221.

Perlman, D. en L. A. Peplau (1981). Chapter 2: Toward a social psychology of loneliness. In S. Duck en R. Gilmour (Eds.), *Personal relationships in disorder*. London: Academic press, 31-56.

Peplau, L.A. en Perlman, D. (eds) (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*. New York: Wiley (Interscience).

Perlman, D. en L. A. Peplau (1984). Loneliness research: A survey of empirical findings. In L. A. Peplau en S. Goldston (Eds.), *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness*. U.S. Government Printing Office, 13-46.

Pinquart M. en S. Sörensen (2001). Influences on loneliness in older adults: a meta-analysis. *Basic and Applied Social Psychology*, 23 (4), 245-266.

Rotenberg, K. J. en S. Hymel (1999). *Loneliness in Childhood and Adolescence*. Cambridge: Cambridge University Press.

Russell, D. (1982). The measurement of loneliness. In L.A. Peplau en D. Perlman (eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*. New York: Wiley (Interscience) 81-104.

Russell, D. (1996). UCLA loneliness scale (version 3): reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66 (1), 20-40.

Russell, D. en C. E. Cutrona (1988). Development and evolution of the UCLA Loneliness Scale. Unpublished manuscript Iowa City:, Center for Health Services Research, College of Medicine, University of Iowa.

Russell, D., L.A. Peplau en C.E. Cutrona (1980). The revised UCLA loneliness scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.

Russell, D., L. A. Peplau en M. L. Ferguson (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294.

# Bijlagen

## Bijlage 1. UCLA Loneliness Scale

Hieronder staat de meest recente versie van de originele, Engelstalige UCLA Loneliness Scale.

---

### UCLA Loneliness Scale, version 3 (Russell, 1996)

Indicate how often you feel the way described in each of the following statements. Circle one number for each.

1. How often do you feel you are 'in tune' with the people around you?\*
2. How often do you feel you lack companionship?
3. How often do you feel there is no one you can turn to?
4. How often do you feel alone?
5. How often do you feel part of a group of friends?\*
6. How often do you feel you have a lot in common with the people around you?\*
7. How often do you feel you are no longer close to anyone?
8. How often do you feel your interests and ideas are not shared by those around you?
9. How often do you feel outgoing and friendly?\*
10. How often do you feel close to people?\*
11. How often do you feel left out?
12. How often do you feel your relationships with others are not meaningful?
13. How often do you feel no one really knows you well?
14. How often do you feel isolated from others?
15. How often do you feel you can find companionship when you want it?\*
16. How often do you feel there are people who really understand you?\*
17. How often do you feel shy?
18. How often do you feel people are around you but not with you?
19. How often do you feel there are people you can talk to?\*
20. How often do you feel there are people you can turn to?\*

---

Op elk van de 20 stellingen kan geantwoord worden op een 4-puntsschaal: 1) always, 2) sometimes, 3) rarely en 4) never.

## **Bijlage 2. De Eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld**

Hieronder staan de stellingen van de originele, Nederlandstalige versie van de Eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld.

---

### **De Eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld (De Jong Gierveld en Van Tilburg, 1999)**

Wilt u van elk van de volgende uitspraken aangeven in hoeverre die op u, zoals u de laatste tijd bent, van toepassing is?

1. Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan.
2. Ik mis een echt goede vriend of vriendin.
3. Ik ervaar een leegte om me heen.
4. Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.
5. Ik mis gezelligheid om me heen.
6. Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt.
7. Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.
8. Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.
9. Ik mis mensen om me heen.
10. Vaak voel ik me in de steek gelaten.
11. Wanneer ik daar behoefte aan heb kan ik altijd bij mijn vrienden terecht.

---

Op elk van de stellingen kan geantwoord worden met ja!, ja, min of meer, nee, of nee!.

De items behorende bij emotionele eenzaamheid zijn: 2, 3, 5, 6, 9 en 10. De items behorende bij sociale eenzaamheid zijn: 1, 4, 7, 8 en 11.

## Verklaring van tekens

Niets (blanco)	Een cijfer kan op logische gronden niet voorkomen
.	Het cijfer is onbekend, onvoldoende betrouwbaar of geheim
*	Voorlopige cijfers
**	Nader voorlopige cijfers
2017-2018	2017 tot en met 2018
2017/2018	Het gemiddelde over de jaren 2017 tot en met 2018
2017/'18	Oogstjaar, boekjaar, schooljaar enz., beginnend in 2017 en eindigend in 2018
2015/'16-2017/'18	Oogstjaar, boekjaar, enz., 2015/'16 tot en met 2017/'18

In geval van afronding kan het voorkomen dat het weergegeven totaal niet overeenstemt met de som van de getallen.

## Colofon

### *Uitgever*

Centraal Bureau voor de Statistiek  
Henri Faasdreef 312, 2492 JP Den Haag  
[www.cbs.nl](http://www.cbs.nl)

### *Prepress*

Centraal Bureau voor de Statistiek

### *Ontwerp*

Edenspiekermann

### *Inlichtingen*

Tel. 088 570 70 70  
Via contactformulier: [www.cbs.nl/infoservice](http://www.cbs.nl/infoservice)

© Centraal Bureau voor de Statistiek, Den Haag/Heerlen/Bonaire, 2018.  
Verveelvoudigen is toegestaan, mits het CBS als bron wordt vermeld.