

## DE ROL VAN MOBILE INSTANT MESSAGING IN DE RELATIE TUSSEN VERLEGENHEID EN EENZAAMHEID

EEN KWANTITATIEF ONDERZOEK BIJ ADOLESCENTEN VAN 16 TOT 25 JAAR

Wetenschappelijk artikel

Aantal woorden: 8373

Katrijn Van den Bogaert

Stamnummer: 01704132

Promotor: Prof. dr. Koen Ponnet

Commissaris: Prof. dr. Cato Waeterloos

Masterproef voorgelegd voor het behalen van de graad master in de richting  
Communicatiewetenschappen afstudeerrichting Communicatiemanagement

Academiejaar: 2020-2021

Deze pagina is niet beschikbaar omdat ze persoonsgegevens bevat.  
Universiteitsbibliotheek Gent, 2022.

This page is not available because it contains personal information.  
Ghent University, Library, 2022.

## Woord vooraf

Bijna vier jaar geleden begon ik vol spanning aan een nieuw hoofdstuk als studente Communicatiewetenschappen in Gent. Het waren boeiende en leerrijke jaren waarin ik heel wat kennis en ervaring heb opgedaan. Ik leerde niet enkel bij over het vakgebied, maar ook heel wat over mezelf. Deze masterproef is de laatste etappe van mijn opleiding. Het proces dat eraan vooraf ging, was echter niet altijd eenvoudig. Ik zou dan ook graag enkele mensen willen bedanken die me geholpen en ondersteund hebben tijdens dit proces.

Eerst en vooral wil ik mijn promotor, prof. dr. Koen Ponnet, bedanken om de rol van promotor op zich te nemen en mij te begeleiden. Daarnaast ben ik prof. dr. Cato Waeterloos zeer dankbaar voor haar bereikbaarheid, geduld en bemoedigende woorden. Verder bedank ik graag iedereen die mijn survey heeft ingevuld en/of verspreid.

Tot slot wil ik mij in het bijzonder richten tot mijn fantastische ouders en familie, mijn lieve vriend en mijn beste vriendinnen. Bedankt voor de oprechte interesse, de hulp bij statistiek, de deugddoende pauzes en de onvoorwaardelijke steun!

Katrijn

## Abstract

We cannot imagine our lives anymore without smartphones and their applications, such as Mobile Instant Messaging. This is a type of online communication that is particularly popular among adolescents. This popularity would have to do with their strong need for social contact, but also with certain personality characteristics, including shyness. According to the online disinhibition effect and the social compensation hypothesis, shy adolescents would more frequently use Mobile Instant Messaging compared to non-shy adolescents, because they feel more comfortable and less shy in an online context. Furthermore, shy adolescents would use Mobile Instant Messaging to reduce feelings of loneliness. In accordance to the stimulation hypothesis, the reduction of loneliness would only occur when they use Mobile Instant Messaging with communication partners they have a strong personal connection with or strong ties. This research (n = 384) examines the link between shyness, loneliness and the frequency and communication partners of Mobile Instant Messaging among adolescents ages 16 to 25 years. Three mediation-analyses were conducted to check how these variables are related to each other. Contrary to what the hypotheses suggest, there were no significant mediations. The relation between shyness and loneliness is neither mediated by the frequency of Mobile Instant Messaging, nor by the communication partners of Mobile Instant Messaging. However, all analysis show a relationship between shyness and loneliness, which indicates that shy people experience more loneliness.

# Inhoudstafel

<b>Abstract.....</b>	<b>4</b>
<b>1. Inleiding.....</b>	<b>6</b>
<b>2. Theoretisch kader .....</b>	<b>8</b>
2.1 Mobile Instant Messaging .....	8
2.2 Verlegenheid .....	9
2.2.1 Conceptualisering verlegenheid.....	9
2.2.2 Verlegenheid tijdens de adolescentie .....	9
2.3 Verlegenheid en Mobile Instant Messaging.....	10
2.3.1 Online disinhibitie effect .....	11
2.3.2 Social compensation hypothesis vs. rich-get-richer hypothesis .....	11
2.4 Eenzaamheid .....	13
2.4.1 Conceptualisering eenzaamheid .....	13
2.4.2 Eenzaamheid tijdens de adolescentie .....	14
2.5 Eenzaamheid en Mobile Instant Messaging .....	14
2.5.1 Strong vs. weak ties.....	15
2.5.2 Displacement hypothesis vs. stimulation hypothesis .....	15
<b>3. Methode.....</b>	<b>18</b>
3.1 Procedure .....	18
3.2 Meetinstrumenten .....	19
3.3 Beschrijving van de steekproef .....	20
<b>4. Analyses .....</b>	<b>22</b>
<b>5. Discussie en conclusie .....</b>	<b>25</b>
<b>6. Beperkingen en suggesties voor verder onderzoek.....</b>	<b>27</b>
<b>7. Bibliografie .....</b>	<b>29</b>
<b>8. Bijlagen.....</b>	<b>40</b>
8.1 Meetschalen.....	40
8.2 Vragenlijst survey .....	42

## 1. Inleiding

Met de smartphone als verlengstuk van ons lichaam en de massale opkomst van applicaties voor online communicatie zijn we 24/7 online en bereikbaar. Vooral van jongeren en adolescenten wordt vaak gezegd dat ze vergroeid zijn met hun smartphone. Zij zouden het meest gebruik maken van mobiele technologieën en hun toepassingen, waaronder Mobile Instant Messaging, een populaire vorm van online communicatie via de smartphone. Een reden hiervoor is hun sterke nood aan sociaal contact met vrienden en leeftijdsgenoten (Zilka, 2020). Daarnaast zouden ook bepaalde persoonlijkheidskenmerken, zoals verlegenheid, een rol spelen bij het frequente gebruik van online communicatievormen zoals Mobile Instant Messaging (Nesi et al., 2017; Koutamanis et al., 2013). Deze communicatievorm zou bepaalde kenmerken hebben die in het bijzonder voordelig zijn voor adolescenten die last hebben van verlegenheid. Ze zouden zich in deze context meer op hun gemak voelen, minder verlegen zijn en zich meer openstellen naar hun gesprekspartner, conform het online disinhibitie effect (Suler, 2004; Chan, 2009). Het is echter onduidelijk of verlegen personen effectief meer gebruik maken van Mobile Instant Messaging ten opzichte van personen die niet verlegen zijn.

In de literatuur staan twee tegenstrijdige hypothesen tegenover elkaar. De *social compensation hypothesis* stelt dat vooral verlegen personen gebruik maken van online communicatie, in dit geval Mobile Instant Messaging, terwijl de *rich-get-richer hypothesis* stelt dat vooral niet-verlegen personen dit gebruiken (bv. McKenna et al., 2002; Desjarlais & Willoughby, 2010; Valkenburg & Peter, 2007). De bevindingen uit voorgaand onderzoek zijn contradictorisch en dit doet vermoeden dat de hypothesen mogelijk naast elkaar kunnen bestaan en dat de relatie complexer is dan aanvankelijk gedacht (Cheng et al., 2019). De hypothesen in deze studie liggen in lijn met de social compensation hypothesis, die ervan uitgaat dat verlegen personen frequenter gebruik maken van Mobile Instant Messaging.

Daarnaast wordt gekeken naar de effecten van online communicatie op het welzijn van de gebruikers. Dit is in het bijzonder relevant voor jongeren en adolescenten, aangezien zij vatbaarder zouden zijn voor mogelijke negatieve effecten ervan (Toledano et al., 2019). Deze studie focust meer specifiek op de relatie tussen Mobile Instant Messaging en eenzaamheid bij verlegen adolescenten, aangezien het verminderen van eenzaamheid een belangrijke reden is waarom verlegen adolescenten Mobile Instant Messaging gebruiken (Bardi & Brady, 2010). Uit onderzoek blijkt dat *tie strength* een rol speelt in dit verband. Dit verwijst naar de band die men heeft met een gesprekspartner, waarbij een onderscheid gemaakt wordt tussen *strong ties* en *weak ties* (Huang, 2010; Burke & Kraut, 2013; Burke et al., 2011). Ook hier staan

twee tegenstrijdige hypothesen tegenover elkaar. De *displacement hypothesis* stelt dat online communicatie voornamelijk gebruikt wordt met weak ties en zorgt voor meer eenzaamheid, terwijl de *stimulation hypothesis* stelt dat online communicatie voornamelijk gebeurt met strong ties en zorgt voor minder eenzaamheid (bv. Valkenburg & Peter, 2007; Chan, 2014). Uit de literatuur blijkt dat Mobile Instant Messaging vooral gebruikt wordt om te communiceren met strong ties en dat dit gevoelens van eenzaamheid vermindert, conform de stimulation hypothesis (Sutcliffe et al., 2018; Utz & Breuer, 2017). De hypothesen in deze studie sluiten hierbij aan en stellen dat verlegen personen Mobile Instant Messaging voornamelijk gebruiken met gesprekspartners waarmee ze een sterke persoonlijke band hebben en dat dit zorgt voor minder eenzaamheid.

Deze paper heeft als doel om bestaande hypothesen omtrent Mobile Instant Messaging, verlegenheid en eenzaamheid te testen. Enerzijds omwille van de contradictorische bevindingen in bestaand onderzoek. Anderzijds omdat de hedendaagse technologieën continu en razendsnel evolueren en dit de accuraatheid en geldigheid van bestaand onderzoek kan ondermijnen. Het theoretisch kader wil een overzicht bieden van de bestaande literatuur, waarin enkele relevante theorieën aan bod komen. Na elke uiteenzetting worden bijhorende hypothesen geformuleerd die later in het onderzoek getest worden. In het empirische gedeelte komt de gebruikte methode aan bod, bestaande uit de procedure, de meetinstrumenten en een beschrijving van de steekproef. Daarna volgt het analysegedeelte waarin de hypothesen getest worden. Tot slot is er het onderdeel discussie en conclusie waarin de resultaten uitvoerig besproken worden, alsook de beperkingen en suggesties voor verder onderzoek.

## 2. Theoretisch kader

### 2.1 Mobile Instant Messaging

De smartphone is ondertussen niet meer weg te denken uit ons leven en is ingebed in heel wat dagelijkse routines (Couldry & Hepp, 2017). Uit het Digimeter Rapport (2019) blijkt dat 90% van de Vlamingen in het bezit is van een smartphone en bij de leeftijdscategorie 16 tot 24 jaar is dat maar liefst 98%. De smartphone wordt voor verschillende zaken gebruikt, maar de populairste gebruiksreden is waarschijnlijk 'social networking' en meer specifiek 'Mobile Instant Messaging'. Deze vorm van online communicatie is de laatste jaren geëvolueerd tot één van de snelst groeiende mobiele toepassingen wereldwijd en vervangt daarmee de meer traditionele diensten zoals SMS (Kaufmann & Peil, 2020).

Bij Mobile Instant Messaging gebeurt de uitwisseling van berichten niet via een mobiel netwerk, maar via het internet (Leung, 2016). De meeste applicaties voor Mobile Instant Messaging zijn vrij goedkoop of gratis te downloaden (Sheer & Rice, 2017). Denk bijvoorbeeld aan Facebook Messenger of Whatsapp. Mobile Instant Messaging wordt gebruikt voor privégesprekken, waarbij de berichten niet publiek leesbaar zijn, maar rechtstreeks afgeleverd worden bij de ontvanger(s) (Hsieh & Tseng, 2017).

Daarenboven bezit Mobile Instant Messaging heel wat gebruiksvriendelijke en handige features. Het is bijvoorbeeld mogelijk om zowel multimedia content (afbeeldingen, audio) als hypermedia content (links, tags) te delen. Gebruikers kunnen ook een persoonlijke status instellen die zichtbaar is voor hun online netwerk, bijvoorbeeld 'beschikbaar' of 'bezet'. Tot slot is het naast één-op-één conversaties ook mogelijk om groepsgesprekken te voeren (Tang & Hew, 2017).

Uit onderzoek blijkt dat Mobile Instant Messaging vooral populair is bij adolescenten (bv. Zilka, 2020; Csibi et al., 2018; Abeele et al., 2017). De populariteit bij deze doelgroep is deels te verklaren door haar sterke behoefte aan sociaal contact en verbondenheid (Zilka, 2020). Tijdens de adolescentie spelen vrienden en leeftijdsgenoten een zeer prominente en ondersteunende rol. Logischerwijze willen adolescenten dan ook voldoende investeren in deze relaties en veel tijd met hen spenderen (Ashford & LeCroy, 2010; Laursen & Collins, 2009). Tegenwoordig spenderen ze die tijd samen niet enkel in real-life, maar ook via het internet, aangezien face-to-face interacties steeds vaker plaatsmaken voor online communicatie via de smartphone (Verduyn et al., 2021). Het is een gebruiksvriendelijk en goedkoop alternatief voor de meer traditionele communicatiemethoden en het biedt adolescenten de mogelijkheid om 24/7 met elkaar in contact te staan, ook wanneer ze niet fysiek samen zijn.



Het gebruik van Mobile Instant Messaging voor interpersoonlijke communicatie zou ook samenhangen met bepaalde persoonlijkheidskenmerken en in het bijzonder kenmerken die een invloed hebben op sociale vaardigheden, zoals verlegenheid (Nesi et al., 2017; Koutamanis et al., 2013). Uit onderzoek blijkt dat verlegenheid een grote invloed heeft op communicatiegedrag, ook in een online context (Stritzke et al., 2004). In het volgende onderdeel gaan we hier dieper op in. Eerst volgt een omschrijving van het begrip verlegenheid en wordt er gefocust op verlegenheid tijdens de adolescentie. Daarna wordt verlegenheid in verband gebracht met Mobile Instant Messaging, waarbij teruggekoppeld wordt naar het online disinhibitie effect en de social compensation hypothesis versus displacement hypothesis.

## 2.2 Verlegenheid

### 2.2.1 Conceptualisering verlegenheid

Verlegenheid is een psychologisch construct dat reeds door verschillende auteurs gedefinieerd werd. Enkele voorbeelden: Buss (1980) beschrijft verlegenheid als zijnde een gevoel van ongemak wanneer men omringd is door andere mensen. Tomkins (1963) ziet verlegenheid eerder als een onderdeel van een dieperliggende emotie, namelijk schaamte. Tot slot definieert Zimbardo (1999) verlegenheid als een extreme vorm van introspectie die gekenmerkt wordt door negatieve zelfevaluaties, waardoor gevoelens van ongemak veroorzaakt worden. De verschillende conceptualisering van verlegenheid hebben een gemeenschappelijke component, namelijk dat verlegen personen sterk geneigd zijn om sociale interacties te vermijden omdat deze angst en andere negatieve gevoelens met zich meebrengen (Dill & Anderson, 1999). Een mogelijk gevolg daarvan is dat verlegen personen hun interpersoonlijke relaties als minder diepgaand en kwaliteitsvol ervaren (Arroyo & Harwood, 2011). Verlegenheid kan in vrijwel iedere levensfase voorkomen (Carducci, 1999). Aangezien dit onderzoek betrekking heeft op adolescenten van 16 tot 25 jaar, gaat het volgende onderdeel kort in op verlegenheid tijdens de adolescentie.

### 2.2.2 Verlegenheid tijdens de adolescentie

De oorzaken van verlegenheid tijdens de adolescentie zijn zeer uiteenlopend en afhankelijk van het individu en de specifieke situatie (Briggs et al., 1986). We geven enkele voorbeelden. Verlegenheid kan afkomstig zijn uit de kindertijd en een invloed hebben op latere sociale, cognitieve en psychologische ontwikkelingen tijdens de adolescentie en de volwassenheid (Rubin et al., 2009; Asendorpf et al., 2008; Caspi et al., 2003; Schmidt et al., 2017). Uit onderzoek blijkt bijvoorbeeld dat mensen die als kind verlegen waren, meer kans hebben om angstsymptomen te ontwikkelen tijdens de adolescentie (Goldsmith &

Lemery, 2000; Prior et al, 2000). Daarnaast blijkt dat bepaalde zaken bij hen later dan gemiddeld tot stand komen, zoals het aangaan van stabiele romantische relaties of het vinden van een job (Dennissen et al., 2008).

Daarnaast kan verlegenheid tijdens de adolescentie veroorzaakt worden door de vele veranderingen die gepaard gaan met deze periode. Het is dan een soort angstige reactie op nieuwe en vreemde situaties (Buss, 1980; Zimbardo, 1977). Tijdens de adolescentiefase groeit een individu uit van een afhankelijk en hulpeloos kind tot een zelfstandige volwassene. Hier komen heel wat veranderingen en vernieuwingen bij kijken, niet louter op lichamelijk vlak, maar ook op gebied van gedachten, interesses, omgeving... (Damon, 1983). Het is dan ook niet verwonderlijk dat sommige adolescenten last krijgen van verlegenheid en de bijhorende gevolgen, zoals angst voor sociale interacties. Dit kan voor hen een motivatie zijn om te zoeken naar alternatieve communicatiemethoden, zoals Mobile Instant Messaging, waarbij ze zich comfortabeler en minder verlegen voelen (Caplan, 2005).

### 2.3 Verlegenheid en Mobile Instant Messaging

Online communicatievormen, zoals Mobile Instant Messaging, zouden een context creëren die de persoonlijke ontwikkeling van de gebruikers en die van hun relaties bevordert (Barnes et al., 2017; Varnali & Toker, 2015; Valkenburg & Peter, 2011). Er zijn drie kenmerken die hiertoe bijdragen: anonimiteit, a-synchroniciteit en toegankelijkheid (Valkenburg & Peter, 2011). In een online context is er sprake van verschillende vormen van anonimiteit. Bijvoorbeeld *source anonymity*, waarbij de afzender van de boodschap onbekend is (Qian & Scott, 2007) of *audiovisual anonymity*, wat verwijst naar het ontbreken van visuele of auditieve cues. Bij Mobile Instant Messaging is *source anonymity* ongebruikelijk, want de identiteit van de gesprekspartners is meestal bekend. Er is echter wel sprake van *audiovisual anonymity*, want er is een grote mate van controle over de cues die men wenst uit te sturen. Bijvoorbeeld: louter verbale cues of ook visuele of auditieve cues (Valkenburg & Peter, 2011). Een gevolg van de anonimiteit en controle eigen aan Mobile Instant Messaging is dat gebruikers zich mogelijk minder druk maken over hun fysiek voorkomen (bijvoorbeeld: blozen, zweten...) waardoor ze zich meer op hun gemak voelen en zich sneller durven openstellen (Valkenburg et al., 2006).

Ten tweede is er bij Mobile Instant Messaging een zekere vorm van a-synchroniciteit. Dit houdt in dat de communicatie plaatsvindt met een tijdsvertraging, wat gebruikers toelaat om te reflecteren over wat ze schrijven en hun boodschap eventueel nog aan te passen. Dit is een enorm contrast met face-to-face communicatie, waarbij dit minder vanzelfsprekend tot onmogelijk is (Walther, 2007). Tot slot is er een

hoge mate van toegankelijkheid. Het is eenvoudiger om iemand te benaderen omdat er minder barrières zijn dan bij face-to-face interacties, bijvoorbeeld geen oogcontact, intonatie of lichaamstaal. Hierdoor durven sommigen sneller contact leggen met mensen waarmee ze in het echte leven misschien nooit zouden spreken en kunnen ze hun sociaal netwerk uitbreiden (Valkenburg & Peter, 2011). Deze kenmerken van Mobile Instant Messaging zouden in het bijzonder interessant zijn voor personen die last hebben van verlegenheid, aangezien zij vaker worstelen met sociaal contact en het opbouwen van interpersoonlijke relaties (Asendorpf, 2000). De sterkte en de richting van het verband tussen verlegenheid en het gebruik van Mobile Instant Messaging zijn echter onduidelijk (Saunders & Chester, 2008). In wat nu volgt worden enkele bestaande theorieën besproken. Deze hebben betrekking op online communicatie als breder geheel, maar wij koppelen steeds terug naar Mobile Instant Messaging.

### 2.3.1 Online disinhibitie effect

Het 'online disinhibitie effect' wordt gedefinieerd als het verminderen van gedragsinhibitie in een online omgeving, in dit geval Mobile Instant Messaging (Suler, 2004; Joinson, 2007). Gedragsinhibitie uit zich in ongewoon verlegen of teruggetrokken gedrag in nieuwe of onbekende situaties (Kagan, 1994; Muris, 2008). Algemeen gezien zijn mensen tijdens online communicatie lossier, minder geremd en sneller geneigd om persoonlijke informatie te delen (Lapidot-Lefler & Barak, 2011). Dit is ook het geval bij verlegen personen (Chan, 2009). In een online context ervaren zij een sterker gevoel van controle over de manier waarop ze zichzelf presenteren naar hun gesprekspartner toe (Saunders & Chester, 2008; Valkenburg & Peter, 2011). Daarnaast zien ze online communicatie als een handig toevluchtsoord voor oncomfortabele situaties, zoals een discussie of een moeilijk gesprek. Verlegen personen beschouwen online communicatie als een volwaardig substituut voor face-to-face interacties en tevens als een bruikbare coping-strategie (Laghi et al., 2013). Al deze zaken zouden ertoe leiden dat verlegen personen meer gebruik maken van Mobile Instant Messaging en minder interageren in de offline wereld (Saunders & Chester, 2008; Chotpitayasunondh & Douglas, 2016).

### 2.3.2 Social compensation hypothesis vs. rich-get-richer hypothesis

De literatuur bestaat uit twee tegengestelde hypothesen omtrent verlegenheid en online communicatie, in dit geval Mobile Instant Messaging. De social compensation hypothesis stelt dat vooral verlegen personen hun toevlucht zoeken in online communicatie om hun gebrek aan sociale vaardigheden te compenseren (bv. McKenna et al., 2002; Desjarlais & Willoughby, 2010; Bruss & Hill, 2010; Ryan & Xenos, 2011). In het echte leven vermijden verlegen personen sociale interacties en diepgaande gesprekken, met

als gevolg dat ze zich minder close voelen met anderen en hun vriendschappen als minder kwaliteitsvol ervaren (Asendorpf, 2000; Jones & Carpenter, 1986; Cheek & Busch, 1981). Online communicatie zou een context creëren waarin verlegen personen zich comfortabeler voelen en sneller openstellen naar hun gesprekspartner. Dit wordt aangeduid als 'zelfonthulling' en het zou een belangrijke reden zijn om online communicatie te gebruiken (Huang, 2016; Hew & Cheung, 2012). Zelfonthulling verwijst naar het delen van intieme en persoonlijke informatie over zichzelf en het is een belangrijk aspect tijdens de ontwikkeling en opbouw van interpersoonlijke relaties (Smith, 2017; Forgas & Simpson, 2011). Uit onderzoek blijkt dat personen die persoonlijke informatie delen via online communicatie zich meer gesteund en tevreden voelen, alsook dat het de kwaliteit van hun relaties ten goede komt (Huang, 2016).

De tegenoverstaande hypothese is de rich-get-richer hypothesis die stelt dat het vooral niet-verlegen personen zijn die gebruik maken van online communicatie. Deze personen hebben al sterke sociale vaardigheden en zien online communicatie als een manier om deze vaardigheden te verbeteren en hun sociaal netwerk verder uit te breiden (Desjarlais & Willoughby, 2010; Valkenburg & Peter, 2007).

De resultaten uit bestaand onderzoek zijn contradictorisch en dit doet vermoeden dat de relatie tussen verlegenheid en online communicatie complexer is dan aanvankelijk gedacht (bv. Rains & Keating, 2011; Gadekar & Ang, 2020; Abbas & Mesch, 2018; Gil de Zúñiga et al., 2017; Ross et al., 2009). Verlegen personen zouden inderdaad frequenter gebruik maken van online communicatie om hun gebrek aan sociale vaardigheden te compenseren, conform de social compensation hypothesis, maar dit zou hen niet persé voordeel opleveren (Ophir, 2017). Uit onderzoek blijkt namelijk dat het risico bestaat dat ze zich hierdoor net eenzamer gaan voelen (Teppers et al., 2014). Dit wijst erop dat de social compensation hypothesis herbekeken moet worden in het kader van mogelijke negatieve effecten van online communicatie op het welzijn van de gebruikers (Ryan et al., 2017).

Er werd een conceptueel model opgesteld met de variabelen verlegenheid, eenzaamheid en de frequentie van Mobile Instant Messaging. De hypothesen liggen in lijn met de social compensation hypothesis. We gaan ervan uit dat verlegenheid leidt tot een frequenter gebruik van Mobile Instant Messaging (H1a). Daarnaast zou het frequent gebruik van Mobile Instant Messaging leiden tot meer eenzaamheid (H1b). De frequentie van Mobile Instant Messaging zou dus het positieve verband mediëren tussen verlegenheid en eenzaamheid (H1c).

**H1a:** Verlegenheid staat in positief verband met frequentie MIM (+)

**H1b:** Frequentie MIM staat in positief verband met eenzaamheid (+)

**H1c:** Frequentie MIM medieert het verband tussen verlegenheid en eenzaamheid (+)

Zoals eerder vermeld, heeft het gebruik van hedendaagse communicatietechnologieën, zoals Mobile Instant Messaging, mogelijks negatieve effecten op het welzijn van de gebruikers. Dit is voornamelijk een heikel punt bij jonge gebruikers, zoals kinderen en adolescenten, aangezien zij vatbaarder zouden zijn voor de negatieve effecten. Onder meer omdat hun zenuwstelsel nog volop in ontwikkeling is en omdat ze een langere periode in hun leven blootgesteld worden aan deze technologieën (Toledano et al., 2019; Verduyn et al., 2017). Deze paper focust specifiek op de relatie tussen Mobile Instant Messaging en eenzaamheid bij verlegen adolescenten. Uit onderzoek blijkt namelijk dat het verminderen van eenzaamheid een belangrijke reden is waarom verlegen personen online communicatietools gebruiken (Bardi & Brady, 2010). In het volgende onderdeel gaan we hier dieper op in. Eerst volgt een omschrijving van het begrip eenzaamheid en wordt er gefocust op eenzaamheid tijdens de adolescentie. Daarna wordt eenzaamheid in verband gebracht met Mobile Instant Messaging, waarbij teruggekoppeld wordt naar tie strength en de displacement hypothesis versus stimulation hypothesis.

## 2.4 Eenzaamheid

### 2.4.1 Conceptualisering eenzaamheid

Eenzaamheid is een zeer complex verschijnsel. Enerzijds hoort het simpelweg bij een mensenleven en kan het zelfs verrijkend zijn (Moustakas, 2016). Anderzijds wordt eenzaamheid algemeen beschouwd als een ernstig sociaal probleem (de Jong-Gierveld, 1984). Het begrip eenzaamheid wordt omschreven als een onaangenaam gevoel dat optreedt wanneer iemands sociale netwerk ontoereikend is (Perlman & Peplau, 1981). De omschrijving van eenzaamheid omvat zowel situaties waarin het aantal gerealiseerde relaties minder dan plezierig of wenselijk wordt geacht, als het feit dat bepaalde relaties niet de intimiteit bereiken die men zou wensen (de Jong-Gierveld, 1980). Het is een individuele en subjectieve beleving, wat maakt dat eenzaamheid door iedereen op een andere manier ervaren wordt (Bragg, 1979; Peplau et al., 1979; Weeks et al., 1980).

Daarnaast is er ook sprake van verschillende soorten eenzaamheid. Weiss (1973) maakt een onderscheid tussen 'emotionele eenzaamheid' en 'sociale eenzaamheid'. Emotionele eenzaamheid wordt veroorzaakt

door het ontbreken van een intieme relatie of emotionele connectie, bijvoorbeeld een partner of beste vriend(in). Dit type eenzaamheid leidt tot gevoelens van angst en isolement. Sociale eenzaamheid verwijst naar het ontbreken van een breder sociaal netwerk, bijvoorbeeld een groep vrienden of collega's. Wanneer iemand in een nieuwe omgeving terecht komt waar hij/zij (nog) niemand kent, bijvoorbeeld een nieuwe school of werkomgeving, kan dit soort eenzaamheid optreden. Sociale eenzaamheid gaat samen met gevoelens van verveling en doelloosheid. Gezien de doelgroep van dit onderzoek gaat het volgende onderdeel dieper in op eenzaamheid tijdens de adolescentie.

#### 2.4.2 Eenzaamheid tijdens de adolescentie

Er wordt vaak gesteld dat eenzaamheid typisch verbonden is aan het proces van ouder worden. De 'Disengagement-theorie' van Tews (1974), Cumming en Henry (1961) sluit hierbij aan en stelt dat ouderen onvermijdelijk terecht komen in een proces van het verbreken van sociale banden en toenemende sociale isolatie. Het is echter een misvatting te denken dat eenzaamheid enkel voorkomt bij personen op leeftijd. Uit onderzoek blijkt namelijk dat ook de adolescentie een periode is waarin men zich sterk eenzaam kan voelen (Frisen, 2007; Jones & Carver, 1991; Brage et al., 1993). De adolescentie is een kritieke en ingrijpende levensfase, waarin heel wat psychologische, sociale en fysieke veranderingen plaatsvinden. Zowel de individuele persoonlijkheid, als de sociale omgeving van adolescenten evolueren sterk tijdens deze periode (Frisen, 2007). Al deze veranderingen kunnen gevoelens van eenzaamheid veroorzaken die een invloed hebben op het welzijn van adolescenten (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Hoewel eenzaamheid bij het normale ontwikkelingsproces van adolescenten hoort (Erikson, 1968), kunnen deze gevoelens ernstige gevolgen hebben, zoals depressie, angststoornissen en zelfmoordneigingen (Crick & Ladd, 1993; Brage & Meredith, 1994; Koenig et al., 1994). Uit onderzoek blijkt verder dat eenzame adolescenten minder gelukkig en tevreden zijn met hun leven. Al deze factoren plaatsen de eenzame adolescent in een maatschappelijk kwetsbare positie (Moore & Schultz, 1983). Zoals eerder vermeld, blijkt dat online communicatietools, zoals Mobile Instant Messaging, vaak aangewend worden om eenzaamheid te verminderen (Bardi & Brady, 2010). De vraag is echter of ze effectief zorgen voor minder eenzaamheid.

#### 2.5 Eenzaamheid en Mobile Instant Messaging

Er werd reeds onderzoek gedaan naar het verband tussen online communicatie en welzijn en eenzaamheid, maar de resultaten zijn niet consistent (Liu et al., 2019; Goodman-Deane et al., 2016).

Terwijl sommige studies stellen dat eenzaamheid vermindert door online communicatie (Detert & Mehl, 2013; Lou et al., 2012), blijkt uit ander onderzoek het omgekeerde verband (Stepanikova et al., 2010; Turkle, 2011; Teppers et al., 2014; Ryan et al., 2017). Deze tegenstrijdige resultaten impliceren dat de invloed van online communicatie op eenzaamheid niet eenduidig is, maar mogelijk gerelateerd is aan andere zaken (Ryan et al., 2017). In wat nu volgt worden enkele bestaande theorieën besproken. Deze hebben betrekking op online communicatie als breder geheel, maar wij koppelen steeds terug naar Mobile Instant Messaging.

### 2.5.1 Strong vs. weak ties

Uit onderzoek blijkt dat de eigenlijke impact van online communicatie op welzijn en eenzaamheid onder meer afhankelijk is van de sterkte van de band tussen de gesprekspartners (Huang, 2010; Burke & Kraut, 2016; Burke et al., 2011). Dit wordt aangeduid als tie strength en verwijst naar de intensiteit of intimiteit van de relatie tussen mensen. Het is de kwalitatieve waarde die mensen aan een bepaalde relatie hechten en één van de meest relevante parameters in een sociale netwerkcontext (Gilbert & Karahalios, 2009; Marsden & Campbell, 2012; Gong et al., 2020). Er wordt een onderscheid gemaakt tussen weak ties en strong ties.

Een strong tie representeert een relatie tussen mensen met een sterke emotionele band, die elkaar vertrouwen en waarbij de sociale netwerken overlappen, zoals dichte vrienden of familieleden. Bij strong ties is er een sterke motivatie om contact te houden, zowel offline als online, en worden er verschillende communicatiekanalen gebruikt (Sutcliffe et al., 2018; Zhang et al., 2017; Rozzell et al., 2014). Een weak tie verwijst naar een relatie tussen mensen met een minder sterke of helemaal geen emotionele band, bijvoorbeeld vreemden of kennissen. Er is minder motivatie om contact te houden en meestal wordt hiervoor slechts één medium gebruikt (Acquisti & Gross, 2006; Haythornthwaite, 2002; Burke & Kraut 2016). Het volgende onderdeel bespreekt twee hypothesen omtrent online communicatie en eenzaamheid die focussen op tie strength.

### 2.5.2 Displacement hypothesis vs. stimulation hypothesis

De displacement hypothesis en de stimulation hypothesis zijn twee tegenover elkaar staande hypothesen die focussen op de impact van online communicatie op vlak van welzijn en eenzaamheid. Er wordt gefocust op de gesprekspartners waarmee men online communiceert, waarbij een onderscheid gemaakt wordt tussen vreemden of weak ties en bestaande vrienden of strong ties. Beide hypothesen stellen dat

online communicatie een effect heeft op het welzijn van gebruikers doordat het een invloed heeft op (1) de tijd die ze spenderen met bestaande vrienden en (2) de kwaliteit van deze vriendschappen. De displacement hypothesis gaat echter uit van een negatieve invloed, terwijl de stimulation hypothesis een positieve invloed veronderstelt (Valkenburg & Peter, 2007).

De displacement hypothesis suggereert dat online communicatie voornamelijk gebeurt met vreemden of weak ties, dus mensen waarmee men geen sterke persoonlijke band heeft. In dit geval zouden online interacties leiden tot een verminderd welzijn en meer eenzaamheid, omdat ze een negatieve invloed hebben op de tijd die gespendeerd wordt met bestaande vrienden en de kwaliteit van deze vriendschappen (Valkenburg & Peter, 2007; Chan, 2014). Online communicatie wordt hier gezien als een snel en gemakkelijk middel dat men verkiest boven real-life sociaal contact. In deze context is er meestal sprake van 'sociale compensatie': online communicatie wordt gebruikt om een gebrek aan sociale skills te compenseren en gevoelens van isolement te verminderen (McKenna et al., 2002; Sheldon, 2008). Paradoxaal genoeg, zou dit op lange termijn net voor méér eenzaamheid zorgen. Eerst en vooral geeft online sociaal contact ons minder voldoening dan offline interacties, want bij de meeste online vriendschappen is er een gebrek aan affectie en toewijding (Teppers et al., 2014; Boyd, 2006). Daarnaast kunnen kwaliteitsvolle en diepgaande offline relaties verloren gaan ten koste van oppervlakkig en artificieel online contact (Kraut et al., 1998).

De stimulation hypothesis gaat ervan uit dat online communicatie voornamelijk gebruikt wordt met bestaande vrienden of strong ties, dus mensen waarmee men een sterke persoonlijke band heeft en dat dit zorgt voor een verhoogd welzijn en minder eenzaamheid (Valkenburg & Peter, 2007). In een online context is men namelijk eerder geneigd om zichzelf open te stellen en intieme zaken te delen met gesprekspartners, in dit geval strong ties. Door die hoge mate van zelfonthulling wordt de band tussen de gesprekspartners nog sterker en als gevolg daarvan voelt men zich meer omringd en minder eenzaam (Gleason & Iida, 2015; Wilcox & Stephen, 2013; McKenna & Bargh, 2000; Gross, 2004; Subrahmanyam et al., 2000).

We kunnen dus concluderen dat online communicatie geen louter positief of negatief effect heeft op eenzaamheid. Dit effect is namelijk afhankelijk van de gesprekspartner waarmee men online communiceert. Online communicatie zou eenzaamheid verminderen wanneer het aangewend wordt om te communiceren met strong ties, maar eenzaamheid vergroten wanneer het gebruikt wordt met weak ties (Liu et al., 2019; Ahn & Shin, 2013; Ryan et al., 2017; Goodman-Deane et al., 2016). Als we



terugkoppelen naar Mobile Instant Messaging, zien we dat deze communicatievorm overwegend gebruikt wordt om te communiceren met strong ties en dat dit zorgt voor minder eenzaamheid (Gleason & Iida, 2015; Wilcox & Stephen, 2013). Er is met andere woorden sprake van een grote overlap tussen online en offline contacten, want de mensen waarmee gebruikers Mobile Instant Messaging gebruiken, zijn ook de mensen waarmee ze omgaan in hun dagelijks leven (Cui, 2016; Lenhart et al., 2005; Wang et al., 2011). Mobile Instant Messaging wordt in dit geval beschouwd als een extensie van offline face-to-face-communicatie (Sutcliffe et al., 2018; Utz & Breuer, 2017; Burke & Kraut, 2016; Bessière et al., 2008; Croes & Antheunis, 2021).

Er werden twee conceptuele modellen opgesteld met de variabelen verlegenheid, eenzaamheid en de gesprekspartner van Mobile Instant Messaging, waarbij een onderscheid gemaakt werd tussen weak ties (geen sterke persoonlijke band) en strong ties (sterke persoonlijke band). De hypothesen liggen in lijn met de stimulation hypothese. Er wordt veronderstelt dat verlegen personen minder gebruik maken van Mobile Instant Messaging met weak ties (H2a) en meer met strong ties (H3a). Het gebruik van Mobile Instant Messaging met weak ties zou leiden tot meer eenzaamheid (H2b), terwijl het gebruik van Mobile Instant Messaging met strong ties zou leiden tot minder eenzaamheid (H3b). We vermoeden dus dat het gebruik van Mobile Instant Messaging met weak ties het positieve verband medieert tussen verlegenheid en eenzaamheid (H2c), terwijl het gebruik van Mobile Instant Messaging met strong ties het negatieve verband medieert tussen verlegenheid en eenzaamheid (H3c).

**H2a:** Verlegenheid staat in negatief verband met gesprekspartner MIM geen sterke persoonlijke band (-)

**H3a:** Verlegenheid staat in positief verband met gesprekspartner MIM sterke persoonlijke band (+)

**H2b:** Gesprekspartner MIM geen sterke persoonlijke band staat in positief verband met eenzaamheid (+)

**H3b:** Gesprekspartner MIM sterke persoonlijke band staat in negatief verband met eenzaamheid (-)

**H2c:** Gesprekspartner MIM geen sterke persoonlijke band medieert het verband tussen verlegenheid en eenzaamheid (+)

**H3c:** Gesprekspartner MIM sterke persoonlijke band medieert het verband tussen verlegenheid en eenzaamheid (-)

## 3. Methode

### 3.1 Procedure

In dit onderzoek wordt gepeild naar het verband tussen de onafhankelijke variabele 'verlegenheid', de afhankelijke variabele 'eenzaamheid' en de mediërende variabelen 'frequentie van Mobile Instant Messaging' en 'gesprekspartners van Mobile Instant Messaging'. De data werd verzameld door middel van een online survey via het softwareprogramma Qualtrics (zie bijlage 8.2). De survey bestond uit 17 vragen die onderverdeeld kunnen worden in vier luiken. Om te beginnen was er de *informed consent*, waarbij de respondenten toestemming moesten geven voor hun deelname aan het onderzoek. In het eerste luik werden enkele persoonlijke gegevens bevroegd, namelijk smartphonebezit, geboortejaar, geslacht, gender, huidige werksituatie en huidige opleiding. Het tweede en derde luik peilden naar gevoelens van verlegenheid en eenzaamheid. Tot slot werden in het vierde luik vragen gesteld omtrent de frequentie en de gesprekspartners van Mobile Instant Messaging. De survey werd verspreid via Facebook, Facebook Messenger en Smartschool (een digitaal schoolplatform in het Vlaams secundair en basisonderwijs). De data van de survey werd na afloop geanalyseerd met de statistische software SPSS.

De respondenten werden in eerste instantie geselecteerd op basis van smartphonebezit. Dit was een vereiste aangezien het onderzoek focust op Mobile Instant Messaging en dit samenhangt met smartphones. Als de respondent aangaf niet in het bezit te zijn van een smartphone, werd hij of zij meteen doorverwezen naar het einde van de survey. Daarnaast werden de respondenten geselecteerd op basis van leeftijd, aangezien de doelgroep van het onderzoek adolescenten van 16 tot 25 jaar zijn. Respondenten die aangaven dat ze jonger dan 16 of ouder dan 25 waren, werden opnieuw meteen doorverwezen naar het einde van de survey. Indien de respondent wel aan deze voorwaarden voldeed, kon hij of zij verder deelnemen aan de survey. Via het Belgische statistiekbureau Statbel kon uitgemaakt worden dat het aantal adolescenten van 16 tot 25 jaar in België momenteel 1.313.373 bedraagt (Statbel, 2020). Dit aantal vormt met andere woorden de volledige populatie van het onderzoek. Aan de hand hiervan werd de optimale steekproefomvang berekend, die neerkomt op een aantal van 385 respondenten. In het volgende onderdeel worden de gebruikte meetinstrumenten besproken en nadien volgt een beschrijving van de steekproef.

## 3.2 Meetinstrumenten

*Revised Cheek and Buss Shyness Scale (RCBS).* Verlegenheid kan gemeten worden via de 'Revised Cheek and Buss Shyness Scale' (RCBS) (Cheek & Buss, 1981; Cheek, 1983). De originele schaal bevatte 9 items, maar de herziene schaal bestaat uit 13 items die betrekking hebben op gevoelens van verlegenheid en ongemak. De items worden beoordeeld aan de hand van een 5-punten Likertschaal (van 1 = 'niet akkoord' tot 5 = 'akkoord'), waarbij een hogere score wijst op meer verlegenheid. Enkele voorbeelditems zijn 'Ik voel me gespannen wanneer ik bij mensen ben die ik niet zo goed ken', 'Ik twijfel niet over mijn sociale vaardigheden' en 'Ik voel me geremd in sociale situaties'.

Er zijn verschillende visies over de structuur van de RCBS, waarbij een onderscheid gemaakt wordt tussen een unifactormodel, een tweefactormodel en een driefactormodel. Uit onderzoek blijkt dat enkel een unifactormodel en een driefactor model waardevol zijn voor het interpreteren van de RCBS (Cheek, 1983, Cheek & Buss, 1981; Crozier, 2005; Hopko et al., 2005, Vahedi, 2011; Kwiatkowska & Rogoza, 2017). Bij een unifactormodel worden alle items samengenomen en is er slechts één component, terwijl bij een driefactormodel een onderscheid gemaakt wordt tussen facetten van verlegenheid, namelijk algemeen sociaal leed, verlegenheid van vreemden en assertiviteitsproblemen. Uit onderzoek blijkt dat er voor- en nadelen verbonden zijn aan beide modellen en dat de keuze van het model afhankelijk is van het onderzoek in kwestie (Kwiatkowska & Rogoza, 2017).

De doelgroep van dit onderzoek zijn adolescenten van 16 tot 25 jaar. Uit voorgaand onderzoek naar verlegenheid bij adolescenten blijkt dat een driefactormodel met facetten van verlegenheid enkele zwakke punten vertoont. Als gevolg hiervan moeten deze resultaten met de nodige voorzichtigheid geïnterpreteerd worden en lijkt het erop dat de meting van verlegenheidsfacetten aan de hand van een driefactormodel minder betrouwbaar is bij adolescenten (Kwiatkowska & Rogoza, 2017). Het unifactormodel daarentegen blijkt een betrouwbare en geldige maatstaf voor verlegenheid te zijn (Kwiatkowska et al., 2019). Daarom is in dit onderzoek gebruikt gemaakt van een unifactor model waarbij alle items samengenomen zijn. De schaal vertoonde een hoge interne betrouwbaarheid ( $\alpha = .843$ ).

*De Jong Gierveld Loneliness Scale.* De literatuur bestaat uit enkele benaderingen van waaruit eenzaamheid gemeten kan worden, waaronder de multidimensionale benadering die stelt dat eenzaamheid meerdere vormen kan aannemen (Shaver & Brennan, 1991). De 'De Jong Gierveld Loneliness Scale' sluit hierbij aan en maakt een onderscheid tussen sociale en emotionele eenzaamheid (De Jong Gierveld & Kamphuis 1985). Dit onderzoek maakt gebruik van de verkorte versie, bestaande uit 6

stellingen (De Jong Gierveld & Van Tillburg, 2006). De items worden beoordeeld aan de hand van een 5-punten Likertschaal (van 1 = 'niet akkoord' tot 5 = 'akkoord'), waarbij een hogere score wijst op meer eenzaamheid. Enkele voorbeelditems zijn 'Ik voel me vaak in de steek gelaten/afgewezen', 'Er zijn genoeg mensen op wie ik kan terugvallen' en 'Ik ervaar een leegte om me heen'. De schaal vertoonde een hoge interne betrouwbaarheid ( $\alpha = .836$ ).

*Frequentie van Mobile Instant Messaging.* De frequentie van Mobile Instant Messaging wordt gemeten aan de hand van één item: 'Hoe vaak gebruik je één of meerdere applicaties voor Mobile Instant Messaging?'. De vraag wordt beoordeeld aan de hand van een 7-punt Likertschaal (van 1 = 'nooit' tot 7 = 'dagelijks, meerdere keren per dag'), waarbij een hogere score wijst op een frequenter gebruik van Mobile Instant Messaging.

*Gesprekspartners van Mobile Instant Messaging.* De gesprekspartners van Mobile Instant Messaging worden gemeten aan de hand van twee items, waarbij het onderscheid gemaakt wordt tussen mensen met wie je een sterke persoonlijke band hebt (bijvoorbeeld vrienden of familie) en mensen met wie je geen sterke persoonlijke band hebt (bijvoorbeeld kennissen of vreemden). De items worden beoordeeld aan de hand van een 5-punt Likertschaal (van 1 = 'nooit' tot 5 = 'altijd').

### 3.3 Beschrijving van de steekproef

In totaal namen 499 mensen deel aan de survey, waarvan er 384 valide respondenten overblijven na het cleanen van de data. De overige respondenten hadden de survey namelijk niet volledig ingevuld en hun gegevens waren dus niet bruikbaar voor verdere analyses. De leeftijd van de respondenten schommelt tussen de 16 en 25 jaar, waarbij de meest voorkomende leeftijden 22 jaar (19,3%) en 18 jaar (19,3%) zijn. Daarnaast hebben meer vrouwen (67,4%) dan mannen (32,6%) deelgenomen aan de survey. Er werd ook gepeild naar het gender waarmee de respondent zich identificeert en hieruit blijkt dat vijf respondenten zich identificeren als zijnde non-binair (1,3%). De overige respondenten identificeren zich als zijnde man of vrouw. Na het cleanen van de data blijkt dat de overgebleven respondenten allemaal studenten zijn (100%). Verder werd gepeild naar de eventuele opleiding die de respondent momenteel volgt. Uit de analyse blijkt dat de twee meest voorkomende opleidingen ASO (26,3%) en een professionele bachelor (26,0%) zijn. Daarna volgen een academische bachelor en een masteropleiding (20,6%). Slechts een klein aantal van de respondenten volgt een BSO-opleiding (0,8%) een TSO-opleiding (3,1%), een KSO-opleiding (1,6%) of een HBO5-opleiding (0,8%).

Als we de totale steekproef (n = 384) in beschouwing nemen, kunnen we zeggen dat de gemiddelde mate van verlegenheid 2.77 bedraagt met een standaardafwijking van .67. Dit gemiddelde leunt aan bij de middelste antwoordoptie 'noch niet akkoord, noch akkoord'. Als we kijken naar eenzaamheid blijkt dat de gemiddelde mate van eenzaamheid 2.20 bedraagt met een standaardafwijking van .80. Dit gemiddelde leunt aan bij de antwoordoptie 'eerder niet akkoord'. Uit de vraag die peilt naar de frequentie van Mobile Instant Messaging blijkt dat het gemiddelde 6.91 bedraagt met een standaardafwijking van .45. Dit wijst erop dat bijna alle respondenten meerdere keren per dag gebruik maken van Mobile Instant Messaging. Tot slot kunnen we iets zeggen over de gesprekspartners van Mobile Instant Messaging, waarbij een onderscheid gemaakt wordt tussen mensen met wie je een sterke persoonlijke band hebt (M = 4.52, SD = .59) en mensen met wie je geen sterke persoonlijke band hebt (M = 2.86, SD = .89). Hieruit blijkt dat Mobile Instant Messaging het vaakst gebruikt wordt om te communiceren met mensen met wie men een sterke persoonlijke band heeft.

*Tabel 1. Gemiddelden, standaardafwijkingen, reliability en items per construct (N = 384).*

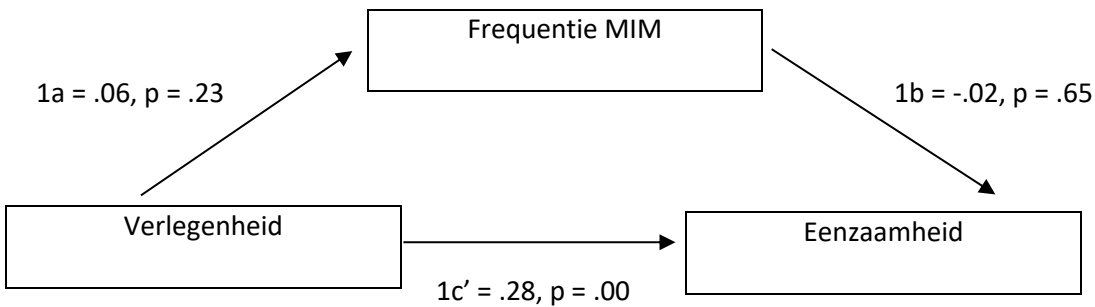
	M	SD	r	N
Verlegenheid	2.77	0.67	0.84	384
Eenzaamheid	2.20	0.80	0.84	384
Frequentie MIM	6.91	0.45		384
Gesprekspartner MIM GSPB	2.86	0.88		384
Gesprekspartner MIM SPB	4.52	0.59		384

## 4. Analyses

De drie conceptuele modellen werden getoetst via mediatie-analyses (Hayes, PROCESS, model 4) in IBM SPSS statistics 25. Een eerste stap was nagaan welke demografische variabelen eventueel als covariaten opgenomen konden worden in de analyses. Na het cleanen van de data bleef bij de vraag naar de huidige werksituatie van de respondent enkel het antwoord 'ik ben student' over, dus de valide respondenten zijn allemaal studenten. Daarnaast waren er bij de variabele gender slechts vijf respondenten die aangaven dat ze zich identificeren als zijnde non-binair. Er werden significante verbanden gevonden bij deze groep, maar deze zijn niet veralgemeenbaar omwille van het kleine aantal respondenten ( $n = 5$ ). Uiteindelijk kwamen we tot drie covariaten die opgenomen konden worden in verdere analyses, namelijk geslacht, leeftijd en opleiding. De volgende stap was het standaardiseren van alle variabelen, aangezien PROCESS geen gestandaardiseerde regressie-coëfficiënten weergeeft in de output.

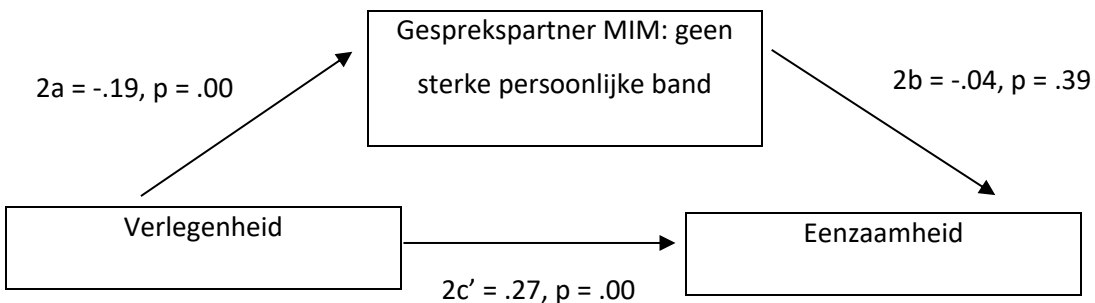
Het eerste model bestaat uit de variabelen verlegenheid, eenzaamheid en de frequentie van Mobile Instant Messaging (MIM). Uit de eerste analyse bleek dat verlegenheid een significant positief effect heeft op eenzaamheid ( $c = .28, SE = .05, t(378) = 5.74, p < .05$ ). Dit betekent dat iemand die meer verlegen is ook meer eenzaamheid ervaart. Om na te gaan of dit effect verklaard kan worden door verschillen in de frequentie van MIM, voerden we een mediatie-analyse uit met frequentie MIM als mediator (M) van het effect van verlegenheid (X) op eenzaamheid (Y). In tegenstelling tot wat de hypothesen vooropstelden, bleek verlegenheid geen significant, indirect effect te hebben op eenzaamheid via frequentie MIM,  $ab = .00, BootSE = .00, 95\% BootCI [-.01, .01]$ : verlegenheid had geen significant positief effect op frequentie MIM ( $a = .06, SE = .05, t(378) = 1.21, p > .05$ ) en frequentie MIM had geen significant positief effect op eenzaamheid ( $b = -.02, SE = .05, t(377) = -.46, p > .05$ ). Er was wel een significant positief effect van verlegenheid op eenzaamheid eens er gecontroleerd werd voor frequentie MIM ( $c' = .28, SE = .05, t(377) = 5.75, p < .05$ ). Er was met andere woorden geen sprake van een mediatie.

Conceptueel model 1. Het effect van verlegenheid op eenzaamheid via frequentie MIM



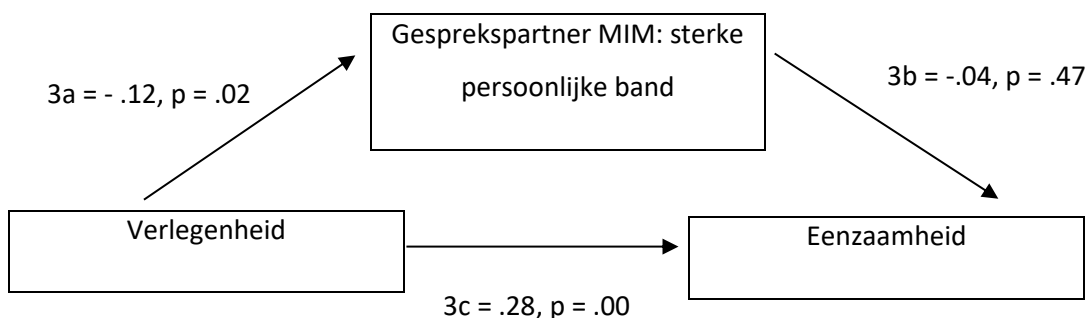
Het tweede model bestaat uit de variabelen verlegenheid, eenzaamheid en gesprekspartner Mobile Instant Messaging geen sterke persoonlijke band (GSPB). Uit de analyse bleek opnieuw dat verlegenheid een significant positief effect heeft op eenzaamheid ( $c = .28, SE = .05, t(378) = 5.74, p < .05$ ). Om na te gaan of dit effect verklaard kan worden door gesprekspartner MIM GSPB, voerden we een mediatielanalyse uit met gesprekspartner MIM GSPB als mediator (M) van het effect van verlegenheid (X) op eenzaamheid (Y). In tegenstelling tot wat de hypothesen vooropstelden, bleek verlegenheid geen significant, indirect effect te hebben op eenzaamheid via gesprekspartner MIM GSPB,  $ab = .01, BootSE = .01, 95\% BootCI [-.01, .03]$ : verlegenheid had geen significant negatief effect op gesprekspartner MIM GSPB ( $a = -.19, t(378) = -3.89, p < .05$ ) en gesprekspartner MIM GSPB had geen significant positief effect op eenzaamheid ( $b = -.04, t(377) = -.86, p > .05$ ). Er was wel een significant positief effect van verlegenheid op eenzaamheid eens er gecontroleerd werd voor gesprekspartner MIM GSPB ( $c' = .27, t(377) = 5.45, p < .05$ ). Ook hier was geen sprake van een mediatie.

Conceptueel model 2. Het effect van verlegenheid op eenzaamheid via gesprekspartner MIM geen sterke persoonlijke band



Het laatste model bestaat uit de variabelen verlegenheid, eenzaamheid en gesprekspartner Mobile Instant Messaging sterke persoonlijke band (SPB). Uit de analyse bleek opnieuw dat verlegenheid een significant positief effect heeft op eenzaamheid ( $c = .28, SE = .05, t(378) = 5.74, p < .05$ ). Om na te gaan of dit effect verklaard kan worden door gesprekspartner MIM SPB, voerden we een mediatie-analyse uit met gesprekspartner MIM SPB als mediator (M) van het effect van verlegenheid (X) op eenzaamheid (Y). In tegenstelling tot wat de hypothesen vooropstelden, bleek verlegenheid geen significant, indirect effect te hebben op eenzaamheid via gesprekspartner MIM SPB,  $ab = .00, BootSE = .01, 95\% BootCI [-.01, .02]$ . Verlegenheid bleek echter wel een significant negatief effect te hebben op gesprekspartner MIM SPB ( $a = -.12, t(378) = -2.43, p < .05$ ). Met andere woorden, iemand die meer verlegen is, gebruikt MIM minder met een gesprekspartner waarmee hij/zij een sterke persoonlijke band heeft. Gesprekspartner MIM SPB had geen significant negatief effect op eenzaamheid ( $b = -.04, t(377) = -.73, p > .05$ ). Er was wel een significant positief effect van verlegenheid op eenzaamheid eens er gecontroleerd werd voor gesprekspartner MIM SPB ( $c' = .28, t(377) = 5.60, p < .05$ ). Ook hier was geen sprake van een mediatie.

*Conceptueel model 3.* Het effect van verlegenheid op eenzaamheid via gesprekspartner MIM sterke persoonlijke band



De covariaten geboortjaar, geslacht en opleiding bleken geen significante voorspellers te zijn van frequentie MIM en gesprekspartner MIM geen sterke persoonlijke band. Geslacht bleek wel een significante voorspeller te zijn van gesprekspartner MIM sterke persoonlijke band. Uit de t-test bleek dat vrouwen gemiddeld vaker gebruik maken van MIM met een gesprekspartner waarmee ze een sterke persoonlijke band hebben ( $M = 4.59, SD = .54$ ) dan mannen ( $M = 4.38, SD = .67; t = -3.01, df = 203.78, p < .05$ ). Voor eenzaamheid en verlegenheid bleek enkel geslacht een significante voorspeller te zijn. Uit de t-test bleek dat vrouwen enerzijds een hogere mate van verlegenheid ( $M = 2.83, SD = .67$ ) ervaren dan mannen ( $M = 2.65, SD = .66; t = -2.40, df = 382, p < .05$ ) en anderzijds een hogere mate van eenzaamheid ( $M = 2.29, SD = .81$ ) ervaren dan mannen ( $M = 2.00, SD = .73; t = -3.45, df = 268,62, p < .05$ ).



## 5. Discussie en conclusie

In deze paper wordt Mobile Instant Messaging in verband gebracht met verlegenheid en eenzaamheid. Er wordt gefocust op de frequentie en de gesprekspartners waarmee Mobile Instant Messaging gebruikt wordt. Ten eerste wordt verondersteld dat verlegen adolescenten frequenter gebruik maken van Mobile Instant Messaging en dat dit meer eenzaamheid veroorzaakt. Deze veronderstelling is conform het online disinhibitie effect en de social compensation hypothesis. Ten tweede gaan we ervan uit dat verlegen adolescenten Mobile Instant Messaging voornamelijk gebruiken met personen waarmee ze een sterke persoonlijke band hebben en dat dit zorgt voor minder eenzaamheid. Deze assumptie sluit aan bij de stimulation hypothesis. In het volgende onderdeel worden de analyseresultaten uit deze studie kort herhaald.

In totaal werden drie mediatie-analyses uitgevoerd. Uit de eerste analyse kunnen we concluderen dat de frequentie waarmee Mobile Instant Messaging gebruikt wordt, de relatie tussen verlegenheid en eenzaamheid niet medieert. Daarnaast blijkt uit de tweede analyse dat het gebruik van Mobile Instant Messaging met een gesprekspartner waarmee je geen sterke persoonlijke band hebt, de relatie tussen verlegenheid en eenzaamheid ook niet medieert. Tot slot blijkt uit de derde analyse dat het gebruik van Mobile Instant Messaging met een gesprekspartner waarmee je een sterke persoonlijke band hebt, de relatie tussen verlegenheid en eenzaamheid evenmin medieert. Er werd wel vastgesteld dat iemand die meer verlegen is, minder gebruik maakt van Mobile Instant Messaging met een gesprekspartner waarmee hij/zij een sterke persoonlijke band heeft. Daarnaast werd in de drie analyses wel een direct verband gevonden tussen verlegenheid en eenzaamheid. In wat nu volgt, trachten we de gevonden resultaten te verklaren.

Om te beginnen trachten we te verklaren waarom verlegenheid geen invloed heeft op de frequentie waarmee men Mobile Instant Messaging gebruikt. Het verschil tussen verlegen en niet-verlegen adolescenten heeft blijkbaar voornamelijk betrekking op hun voorkeur voor online communicatie en niet op hun communicatiegedrag *an sich*. Verlegen adolescenten zouden een sterkere voorkeur hebben dan niet-verlegen adolescenten voor minder directe vormen van communicatie, zoals Mobile Instant Messaging. Ze zouden hier echter niet meer of minder gebruik van maken dan niet-verlegen adolescenten, maar wel met andere motieven, zoals het compenseren van een gebrek aan sociale skills of het verminderen van eenzaamheid (Bardi & Brady, 2010; Huang & Leung, 2009; Sheeks & Birchmeier, 2007).

Daarnaast bekijken we het verband tussen verlegenheid en de gesprekspartners waarmee Mobile Instant Messaging gebruikt wordt. Uit de literatuur blijkt dat Mobile Instant Messaging voornamelijk gebruikt wordt om te communiceren met strong ties of mensen waarmee men een sterke persoonlijke band heeft (Sutcliffe et al., 2018; Utz & Breuer, 2017). Uit de resultaten blijkt inderdaad dat het gemiddelde bij gesprekspartner Mobile Instant Messaging sterke persoonlijke band hoger ligt dan bij gesprekspartner Mobile Instant Messaging geen sterke persoonlijke band. Echter, als we verlegenheid in rekening brengen, zien we dat iemand die meer verlegen is, minder gebruik maakt van Mobile Instant Messaging met strong ties of mensen waarmee ze een sterke persoonlijke band hebben. Dit gaat in tegen de vooropgestelde hypothesen. Toch zou online communicatie met strong ties in het bijzonder voordelig zijn voor verlegen adolescenten. In een online context voelen ze namelijk zich comfortabeler en stellen ze zich sneller open naar hun gesprekspartner, wat de kwaliteit van hun relaties ten goede komt. Mobile Instant Messaging biedt verlegen adolescenten dus opportuniteiten om hun relaties met strong ties te verbeteren (Huang, 2016; Hew & Cheung, 2012).

Verder gaan we na waarom de frequentie waarmee Mobile Instant Messaging gebruikt wordt, geen invloed heeft op eenzaamheid. Het feit dat er geen verband is tussen deze twee zaken, doet vermoeden dat de hoeveelheid die adolescenten communiceren, niets verandert aan de mate waarin ze zich eenzaam voelen. In plaats daarvan zouden andere factoren meer bepalend zijn, zoals de kwaliteit van de communicatie of de gesprekspartner waarmee men online communiceert (Dienlin et al., 2017; Valkenburg & Peter, 2007; Kraut et al., 2002). Communicatie met een strong tie zou leiden tot meer voldoening en minder eenzaamheid, terwijl communicatie met een weak tie zou leiden tot meer eenzaamheid (Liu et al., 2019; Diener et al., 1999; Burke & Kraut, 2016). Ook dit werd onderzocht in deze studie, maar er werd geen verband gevonden tussen de gesprekspartner waarmee men Mobile Instant Messaging gebruikt en eenzaamheid. Dit kan te maken hebben met het feit dat de communicatie-inhoud niet in rekening gebracht werd. Niet enkel de gesprekspartner, maar ook de inhoud van de berichten zou namelijk een invloed hebben op het welzijn van de gebruikers, waaronder eenzaamheid (Burke & Kraut, 2016).

Zoals eerder vermeld, blijkt uit de analyses wel een positief verband tussen verlegenheid en eenzaamheid. In het kader hiervan willen we nagaan hoe het komt dat verlegen adolescenten zich meer eenzaam voelen dan niet-verlegen adolescenten. Meerdere studies bevestigen het verband tussen verlegenheid en eenzaamheid en stellen dat verschillende zaken die samengaan met verlegenheid bijdragen tot gevoelens van eenzaamheid (Ashe & McCutcheon 2001; Zhao et al. 2019; Dill & Anderson, 1999). Verlegenheid heeft

blijkbaar een invloed op zelfpresentatie, dus de manier waarop men zichzelf naar anderen presenteert. Verlegen adolescenten hebben vaak weinig zelfvertrouwen in sociale situaties en zijn bang voor afwijzing of mislukking. Als gevolg daarvan nemen ze tijdens interacties een 'zelfbeschermende houding' aan. Dit betekent dat ze negatieve indrukken proberen te vermijden door zo weinig mogelijk publieke aandacht, minimale zelfonthulling en passieve interacties (Schütz, 1998). Een gevolg hiervan is dat verlegen adolescenten mogelijk minder sociale steun ervaren en zich eenzamer voelen (Jackson et al., 2002). Daarnaast hebben verlegen adolescenten vaker last van sociale-angststoornissen of fobieën. Dit verwijst naar extreme, aanhoudende angsten voor sociale situaties en het kenmerkt zich bijvoorbeeld door spreek- of faalangst (Kragten et al., 2004). Deze angstgevoelens kunnen een barrière vormen om contact te leggen met anderen of pogingen tot sociaal contact ernstig verstoren. De gevoelens van schaamte die deze mislukte pogingen veroorzaken, zorgen ervoor dat verlegen adolescenten sociaal contact vermijden, zich isoleren en zich uiteindelijk eenzaam voelen (Dill & Anderson, 1999; Jackson et al., 2002; Zhao et al., 2019).

Tot slot blijkt uit de analyses dat vrouwelijke adolescenten zowel een hogere mate van verlegenheid als een hogere mate van eenzaamheid ervaren dan mannelijke adolescenten. Als we kijken naar verlegenheid, zien we tijdens de kindertijd weinig verschil tussen de geslachten. Dit verandert echter tijdens de adolescentieperiode. Vrouwelijke adolescenten zouden meer verlegen zijn dan mannelijke adolescenten en dit verschil zou samenhangen met sociale druk en maatschappelijke normen (Zimbardo, 1977). Als we kijken naar eenzaamheid, blijkt uit enkele studies inderdaad dat vrouwen eenzamer zijn dan mannen (Pinquart & Sörensen, 2001; Nicolaisen & Thorsen, 2014). Uit een recent onderzoek blijkt echter dat er geen verschillen zijn in eenzaamheid op vlak van geslacht (Maes et al., 2019). Deze tegenstrijdige resultaten zouden kunnen samenhangen met het feit dat vrouwen eerder dan mannen geneigd zijn om hun eenzaamheid toe te geven. Mannen zouden hier terughoudender in zijn, omdat ze sneller gestigmatiseerd worden (Borys & Perlman, 1985; Lau & Gruen, 1992).

## 6. Beperkingen en suggesties voor verder onderzoek

Er zijn een aantal zaken die in rekening gebracht moeten worden bij de interpretatie van dit onderzoek. De digitale wereld evolueert razendsnel met als gevolg dat de bevindingen van dit onderzoek slechts een momentopname zijn. De mogelijkheden op vlak van online communicatie worden steeds groter en Mobile Instant Messaging kan er morgen alweer anders uitzien dan vandaag. Mogelijke nieuwe toepassingen zouden de relatie tussen Mobile Instant Messaging, verlegenheid en eenzaamheid dan ook opnieuw

kunnen veranderen. Deze beperking wijst op het belang van regelmatig onderzoek naar deze zaken zodat de bevindingen accuraat blijven.

Daarnaast is de validiteit van zelfrapportage vragenlijsten, zoals de *Revised Shyness Scale* en de *De Jong Gierveld Loneliness Scale*, omstreden. Dit is het gevolg van de responsbias op het gebied van sociale wenselijkheid, waarbij mensen zichzelf beter willen voordoen dan ze in werkelijkheid zijn (Van Zalk et al., 2016). Het is dus mogelijk dat respondenten bepaalde vragen expres verkeerdelijk hebben ingevuld omdat ze niet willen afwijken van het sociaal wenselijke en de rest van de groep.

Er zijn ook enkele suggesties voor verder onderzoek. Zoals eerder vermeld, werden er significante verbanden gevonden bij de groep non-binaire personen. Deze zijn echter niet veralgemeenbaar omwille van het kleine aantal respondenten ( $n = 5$ ). Toekomstig onderzoek naar Mobile Instant Messaging, verlegenheid en eenzaamheid zou zich dus specifiek kunnen richten tot non-binaire personen om een voldoende grootte steekproef te genereren.

Aangezien het verschil tussen verlegen en niet-verlegen personen voornamelijk betrekking heeft op hun voorkeur voor Mobile Instant Messaging, zou toekomstig onderzoek hiernaar kunnen peilen in plaats van naar de frequentie van Mobile Instant Messaging. Daarnaast zou men een vergelijking kunnen maken tussen het online en offline communicatiegedrag van verlegen en niet-verlegen personen. Verder zou men onderzoek kunnen doen naar de inhoud van communicatie met strong ties, aangezien dit een invloed heeft op het welzijn van de gebruikers.

## 7. Bibliografie

- Abbas, R., & Mesch, G. (2018). Do rich teens get richer? Facebook use and the link between offline and online social capital among Palestinian youth in Israel, *Information, Communication & Society*, 21(1), 63-79, DOI: 10.1080/1369118X.2016.1261168
- Abeebe, M. V., Schouten, A. P., & Antheunis, M. L. (2017). Personal, editable, and always accessible: An affordance approach to the relationship between adolescents' mobile messaging behavior and their friendship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(6), 875-893.
- Acquisti, A., & Gross, R. (2006). Imagined communities: Awareness, information sharing, and privacy on the Facebook. *In International workshop on privacy enhancing technologies*, 36-58. Springer, Berlin, Heidelberg.
- Ahn, D., & Shin, D. H. (2013). Is the social use of media for seeking connectedness or for avoiding social isolation? Mechanisms underlying media use and subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2453-2462.
- Arroyo, A., & Harwood, J.T. (2011). Communication competence mediates the link between shyness and relational quality. *Personality and Individual Differences*, 50, 264-267.
- Asendorpf, J. B. (2000). Shyness and adaptation to the social world of university. *Shyness: Development, consolidation and change*, 103, 120.
- Asendorpf, J. B., Denissen, J. J. A., & van Aken, M. A. G. (2008). Inhibited and aggressive preschool children at 23 years of age: Personality and social transitions into adulthood. *Developmental Psychology*, 44, 997-1011.
- Ashe, D. D., & McCutcheon, L. E. (2001). Shyness, loneliness, and attitude toward celebrities. *Current Research in Social Psychology*, 6, 124-133.
- Ashford, J. B., & LeCroy C. W. (2010). Human behavior in the social environment: A multidimensional perspective (4th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole Cengage Learning.
- Bardi, C. A., & Brady, M. F. (2010). Why shy people use instant messaging: Loneliness and other motives. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1722-1726.
- Barnes, R., Mahar, D., Wong, I., & Rune, K. (2017). A neurotic extrovert who is open to new experiences? Understanding how personality traits may impact the commenting behaviors of online news readers. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 61(3), 557-573.  
<https://doi.org/10.1080/08838151.2017.1344671>

- Bessière, K., Kiesler, S., Kraut, R., & Boneva, B. S. (2008). Effects of Internet use and social resources on changes in depression. *Information, Community & Society, 11*(1), 47-70.
- Borys, S., & Perlman, D. (1985). Gender differences in loneliness. *Personality and Social Psychology Bulletin, 11*(1), 63-74.
- Boyd, B. (2006). The Dotcomrade: The many faces of online friendship. *The New Atlantis, 14*, 124-126.
- Brage, D., & Meredith, W. (1994) A causal model of adolescent depression, *Journal of Psychology, 128*, 455–468.
- Brage, D., Meredith, W., & Woodward, J. (1993) Correlates of loneliness among Midwestern adolescents. *Adolescence, 28*, 685–693.
- Bragg, M. E. (1979). A comparative study of loneliness and depression. *Dissertation Abstracts International, 39*(12-B), 6109.
- Bruss, O. E., & Hill, J. M. (2010). Tell me more: Online versus face-to-face communication and self-disclosure. *Psi Chi Journal of Undergraduate Research, 15*(1).
- Burke, M., & Kraut, R. (2013). Using Facebook after losing a job: Differential benefits of strong and weak ties. *In Proceedings of the 2013 conference on Computer supported cooperative work*. 1419-1430
- Burke, M., & Kraut, R. E. (2016). The relationship between Facebook use and well-being depends on communication type and tie strength. *Journal of Computer-Mediated Communication, 21*(4), 265–281.
- Burke, M., Kraut, R., & Marlow, C. (2011). Social capital on Facebook: Differentiating uses and users. *In Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems*. 571-580.
- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. WH freeman.
- Caplan, S.E. (2005), A Social Skill Account of Problematic Internet Use. *Journal of Communication, 55*, 721-736. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2005.tb03019.x>
- Carducci, B. J. (1999). *Shyness: A bold new approach: The latest scientific findings, plus practical steps for finding your comfort zone*. HarperCollins Publishers.
- Caspi, A., Sugden, K., Moffitt, T. E., Taylor, A., Craig, I. W., Harrington, H., ... & Poulton, R. (2003). Influence of life stress on depression: moderation by a polymorphism in the 5-HTT gene. *Science, 301*(5631), 386-389.
- Chan MC. (2009). Shyness, sociability, and the role of media synchronicity in the use of computer-mediated communication. *Paper presented at the Annual Meeting of the International Communication Association, Chicago, IL*.

- Chan, T. H. (2014). Facebook and its effects on users' empathic social skills and life satisfaction: A double-edged sword effect. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *17*(5), 276–280. doi:10.1089/cyber.2013.0466
- Cheek, J. M. (1983). The Revised Cheek and Buss Shyness Scale (RCBS). *Unpublished manuscript*, Wellesley College, Wellesley, MA.
- Cheek, J. M., & Buss, A. H. (1981). Shyness and sociability. *Journal of personality and social psychology*, *41*(2), 330.
- Cheng, C., Wang, H.-y., Sigerson, L., & Chau, C.-l. (2019). Do the socially rich get richer? A nuanced perspective on social network site use and online social capital accrual. *Psychological Bulletin*, *145*(7), 734-764. <http://dx.doi.org/10.1037/bul0000198>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, *63*, 9-18.
- Couldry, N., & Hepp, A. (2017). *The mediated construction of reality*. Cambridge, UK: Polity Press.
- Crick, N. R., & Ladd, G. W. (1993). Children's perceptions of their peer experiences: Attributions, loneliness, social anxiety, and social avoidance. *Developmental psychology*, *29*(2), 244.
- Croes, E. A., & Antheunis, M. L. (2021). Perceived Intimacy Differences of Daily Online and Offline Interactions in People's Social Network. *Societies*, *11*(1), 13.
- Crozier, W.R. (2005). Measuring shyness: Analysis of the Revised Cheek and Buss Shyness Scale. *Personality and Individual Differences*, *38*, 1947–1956. doi:10.1016/j.paid.2004.12.002
- Csibi, S., Griffiths M. D., Cook, B., Demetrovics, Z. & Szabo, A. (2018). "The psychometric properties of the smartphone application-based addiction scale (SABAS). *International Journal of Mental Health and Addiction*, *16*(2), pp. 393-403. doi: 10.1007/s11469-017-9787-2.
- Cui, D. (2016). Beyond "connected presence": Multimedia mobile instant messaging in close relationship management. *Mobile Media & Communication*, *4*(1), 19–36. doi:10.1177/2050157915583925
- Cumming, E. en W.E. Henry (1961). *Growing old; the process of disengagement*. New York, Basic Books.
- Damon, W. (1983). *Socioemotional development*.
- de Jong-Gierveld, J & Tilburg, T. V. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness: Confirmatory tests on survey data. *Research on aging*, *28*(5), 582-598.
- de Jong-Gierveld, J. (1980). *Het begrip eenzaamheid in theorie en praktijk*. The Netherlands: Deventer.
- de Jong-Gierveld, J. (1984). *Eenzaamheid: Een meersporig onderzoek*.

- Dennissen, J. J., Asendorpf, J. B., & Van Aken, M. A. (2008). Childhood personality predicts long-term trajectories of shyness and aggressiveness in the context of demographic transitions in emerging adulthood. *Journal of Personality, 76*(1), 67-100.
- Desjarlais, M., & Willoughby, T. (2010). A longitudinal study of the relation between adolescent boys and girls' computer use with friends and friendship quality: Support for the social compensation or the rich-get-richer hypothesis?. *Computers in Human Behavior, 26*(5), 896-905.
- Deters, F.G., & Mehl, M. (2013). Does Posting Facebook Status Updates Increase or Decrease Loneliness? An Online Social Networking Experiment. *Social Psychological and Personality Science, 4*, 579 - 586.
- Diener, E., Suh, B., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*(2), 276–302.
- Dienlin, T., Masur, P. K., & Trepte, S. (2017). Reinforcement or displacement? The reciprocity of FtF, IM, and SNS communication and their effects on loneliness and life satisfaction. *Journal of Computer-Mediated Communication, 22*(2), 71–87. <https://doi.org/10.1111/jcc4.12183>
- Dill, J. C., & Anderson, C. A. (1999). Loneliness, shyness, and depression: The etiology and interrelationships of everyday problems in living. In T. Joiner & J. C. Coyne (Eds.), *The interactional nature of depression: Advances in interpersonal approaches* (p. 93–125). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10311-004>
- Erikson, E.H. (1968) *Identity: Youth and Crisis* (New York, Norton). Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations, 7*(2), 117–140.
- Forgas, J., & Simpson, J. (2011). Affective influences on self-disclosure: Mood effects on the intimacy and reciprocity of disclosing personal information. *Journal of Personality and Social Psychology, 100*(3), 449-461.
- Frisen, A. (2007). Measuring health-related quality of life in adolescence. *Acta Paediatrica, 96*(7), 963–968.
- Gadekar, R., & Ang, P. H. (2020). Is Social Media Use Socially Enhancing or Compensating? *Journal of Creative Communications, 15*(3), 269–288. <https://doi.org/10.1177/0973258620943705>
- Gil de Zúñiga, H., Barnidge, M., & Scherman, A. (2017). Social media social capital, offline social capital, and citizenship: Exploring asymmetrical social capital effects. *Political Communication, 34*(1), 44–68. doi:10.1080/10584609.2016.1227000
- Gilbert, E., & Karahalios, K. (2009, April). Predicting tie strength with social media. In Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems. *Systems Frontiers, 22*(1), 149-170.



- Gleason, M. E., & Iida, M. (2015). Social support.
- Goldsmith, H. H., & Lemery, K. S. (2000). Linking temperamental fearfulness and anxiety symptoms: A behavior–genetic perspective. *Biological Psychiatry, 48*(12), 1199–1209.  
[https://doi.org/10.1016/S0006-3223\(00\)01003-9](https://doi.org/10.1016/S0006-3223(00)01003-9)
- Gong, X., Lee, M.K.O., Liu, Z. *et al.* Examining the Role of Tie Strength in Users' Continuance Intention of Second-Generation Mobile Instant Messaging Services. *Inf Syst Front 22*, 149–170 (2020).  
<https://doi.org/10.1007/s10796-018-9852-9>
- Goodman-Deane, J., Mieczkowski, A., Johnson, D., Goldhaber, T., & Clarkson, P. J. (2016). The impact of communication technologies on life and relationship satisfaction. *Computers in Human Behavior, 57*, 219-229.
- Gross, E. F. (2004). Adolescent Internet use: What we expect, what teens report. *Journal of applied developmental psychology, 25*(6), 633-649.
- Haythornthwaite, C. (2002). Strong, weak, and latent ties and the impact of new media. *The information society, 18*(5), 385-401.
- Hew K. F., & Cheung, W.S. (2012). Use of Facebook: A case study of Singapore students' experience. *Asia Pacific Journal of Education, 32*(2), 181-196, 10.1080/02188791.2012.685560
- Hopko, D. R., Stowell, J., Jones, W. H., Armento, M. E., & Cheek, J. M. (2005). Psychometric properties of the revised Cheek and Buss shyness scale. *Journal of Personality Assessment, 84*(2), 185-192.
- Hsieh, S. H., & Tseng, T. H. (2017). Playfulness in mobile instant messaging: Examining the influence of emoticons and text messaging on social interaction. *Computers in Human Behavior, 69*, 405–414. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.12.052>
- Huang, C. (2010). Internet use and psychological well-being: A meta-analysis. *Cyberpsychology, behavior, and social networking, 13*(3), 241-249.
- Huang, H. (2016). Examining the beneficial effects of individual's self-disclosure on the social networking site. *Computers in Human Behavior, 57*, 122-132.
- Huang, H., & Leung, L. (2009). Instant messaging addiction among teenagers in China: shyness, alienation, and academic performance decrement. *Cyberpsychology & behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society, 12*(6), 675–679.  
<https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0060>
- Jackson, T., Fritch, A., Nagasaka, T., & Gunderson, J. (2002). Towards explaining the association between shyness and loneliness: A path analysis with American college students. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 30*(3), 263-270.

- Joinson, A. N. (2007). Disinhibition and the Internet. *In Psychology and the Internet*, 75-92. Academic Press.
- Jones, W. H., & Carpenter, B. N. (1986). Shyness, social behavior, and relationships. *In Shyness*, 227-238. Springer, Boston, MA.
- Jones, W. H., & Carver, M. D. (1991). Adjustment and coping implications of loneliness. In: R. Snyder & D.R. Forsyth (Eds.), *Handbook of social and clinical psychology: The healthy perspective*, 395–415. New York: Pergamon Press.
- Kagan, J. (1994). Galen's prophecy. *Temperament in human nature*. New York: Basic Books.  
doi:10.1002/1520-6807(199510)32:4%3C332::AID-PITS2310320418%3E3.0.CO;2-V
- Kaufmann, K., & Peil, C. (2020). The mobile instant messaging interview (MIMI): Using WhatsApp to enhance self-reporting and explore media usage in situ. *Mobile Media & Communication*, 8(2), 229–246. <https://doi.org/10.1177/2050157919852392>
- Koenig, L.J., Isaacs, A.M. & Schwartz, J.A.J. (1994) Sex differences in adolescent depression and loneliness: why are boys lonelier if girls are more depressed?, *Journal of Research in Personality*, 28, 27–43.
- Koutamanis, M., Vossen, H. G., Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2013). Practice makes perfect: The longitudinal effect of adolescents' instant messaging on their ability to initiate offline friendships. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2265-2272.
- Kragten, J., Sterk, W. A., & Swaen, S. J. (2004). *Leven met een sociale fobie* (Vol. 5). Bohn Stafleu Van Loghum.
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V. and Crawford, A. (2002), Internet Paradox Revisited. *Journal of Social Issues*, 58, 49-74. <https://doi.org/10.1111/1540-4560.00248>
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukophadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?. *American psychologist*, 53(9), 1017.
- Kwiatkowska, M. M., & Rogoza, R. (2017). A measurement invariance investigation of the differences in shyness between adolescents and adults. *Personality and Individual Differences*, 116, 331-335.
- Kwiatkowska, M. M., Rogoza, R., & Poole, K. L. (2019). Exploring shy minds: Relations between shyness and creativity. *Personality and Individual Differences*, 142, 249-254.
- Laghi, F., Schneider, B. H., Vitoroulis, I., Coplan, R. J., Baiocco, R., Amichai-Hamburger, Y., ... & Flament, M. (2013). Knowing when not to use the Internet: Shyness and adolescents' on-line and off-line interactions with friends. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 51-57.

- Lapidot-Lefler, N., & Barak, A. (2012). Effects of anonymity, invisibility, and lack of eye-contact on toxic online disinhibition. *Computers in human behavior, 28*(2), 434-443.
- Lau, S., & Gruen, G. E. (1992). The social stigma of loneliness: Effect of target person's and perceiver's sex. *Personality and Social Psychology Bulletin, 18*(2), 182-189.
- Laursen, B., & Collins, W. A. (2009). Parent-child relationships during adolescence.
- Lenhart, A., Madden, M., & Hitlin, P. (2005). Teens and Technology. Washington, DC: Pew Internet & American Life Project.
- Leung, O. (2016). Chapter 1: What is mobile instant messaging?. Retrieved January 18, 2017, from <https://dzone.com/articles/chapter-1-what-is-mobile-instant-messaging>.
- Liu, D., Baumeister, R. F., Yang, C. C., & Hu, B. (2019). Digital communication media use and psychological well-being: A meta-analysis. *Journal of Computer-Mediated Communication, 24*(5), 259-273.
- Lou, L. L., Yan, Z., Nickerson, A., & McMorris, R. (2012). An examination of the reciprocal relationship of loneliness and Facebook use among first-year college students. *Journal of Educational Computing Research, 46*(1), 105-117.
- Maes, M., Qualter, P., Vanhalst, J., Van den Noortgate, W., Goossens, L., & Kandler, C. (2019). Gender Differences in Loneliness across the Lifespan: A Meta-Analysis. *European Journal of Personality, 33*(6), 642-654.
- Marsden, P. V., & Campbell, K. E. (2012). Reflections on conceptualizing and measuring tie strength. *Social forces, 91*(1), 17-23.
- McKenna, K. Y., & Bargh, J. A. (2000). Plan 9 from cyberspace: The implications of the Internet for personality and social psychology. *Personality and social psychology review, 4*(1), 57-75.
- McKenna, K. Y., Green, A. S., & Gleason, M. E. (2002). Relationship formation on the Internet: What's the big attraction?. *Journal of social issues, 58*(1), 9-31.
- Moore, D., & Schultz, N. R. (1983). Loneliness at adolescence: Correlates, attributions, and coping. *Journal of Youth and Adolescence, 12*(2), 95-100.
- Moustakas, C. E. (2016). Loneliness. Pickle Partners Publishing.
- Muris, P. (2008). Angst en angststoornissen. In P. Prins & C. Breat (Eds.), *Handboek klinische ontwikkelingspsychologie*, 353-375. Houten, Nederland: Bohn Stafleu van Loghum.  
doi:10.1007/978-90-313-6589-0\_14
- Nesi, J., Rothenberg, W. A., Hussong, A. M., & Jackson, K. M. (2017). Friends' alcohol-related social networking site activity predicts escalations in adolescent drinking: mediation by peer norms. *Journal of Adolescent Health, 60*(6), 641-647.

- Nicolaisen, M., & Thorsen, K. (2014). Loneliness among men and women—a five-year follow-up study. *Aging & Mental Health, 18*(2), 194-206.
- Ophir, Y. (2017). SOS on SNS: Adolescent distress on social network sites. *Computers in Human Behavior, 68*, 51-55.
- Peplau, L. A., Russell, D., & Heim, M. (1979) The experience of loneliness. In Frieze, I. H., Bar-Tal, D., & Carroll, J. S. (Eds.), *New approaches to social problems: applications of attribution theory*. San Francisco, CA: Jossey-Bass. 53–78.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. *Personal relationships, 3*, 31-56.
- Pinquart, M., & Sorensen, S. (2001). Influences on loneliness in older adults: A meta-analysis. *Basic and applied social psychology, 23*(4), 245-266.
- Prior, M., Smart, D., Sanson, A. N. N., & Oberklaid, F. (2000). Does shy-inhibited temperament in childhood lead to anxiety problems in adolescence?. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 39*(4), 461-468.
- Qian, H., & Scott, C. R. (2007). Anonymity and self-disclosure on weblogs. *Journal of Computer-Mediated Communication, 12*(4), 1428-1451.
- Rains, S. A. & Keating, D. M. (2011) The Social Dimension of Blogging about Health: Health Blogging, Social Support, and Well-being, *Communication Monographs, 78*(4), 511-534, DOI: 10.1080/03637751.2011.618142
- Ross, C., Orr, E. S., Sisic, M., Arseneault, J. M., Simmering, M. G., & Orr, R. R. (2009). Personality and motivations associated with Facebook use. *Computers in Human Behavior, 25*(2), 578–586.
- Rozzell, B., Piercy, C. W., Carr, C. T., King, S., Lane, B. L., Tornes, M., et al. (2014). Notification pending: Online social support from close and nonclose relational ties via Facebook. *Computers in Human Behavior, 38*, 272–280.
- Rubin, K.H., Coplan, R.J., & Bowker, J. (2009). Social withdrawal in childhood. *Annual Review of Psychology, 60*. 11.1-11.31.
- Ryan, T., & Xenos, S. (2011). Who uses Facebook? An investigation into the relationship between the Big Five, shyness, narcissism, loneliness, and Facebook usage. *Computers in human behavior, 27*(5), 1658-1664.
- Ryan, T., Allen, K. A., Gray, D. L., & McInerney, D. M. (2017). How social are social media? A review of online social behaviour and connectedness. *Journal of Relationships Research, 8*.

- Saunders, P. L., & Chester, A. (2008). Shyness and the internet: Social problem or panacea?. *Computers in human behavior*, 24(6), 2649-2658.
- Schmidt, L. A., Tang, A., Day, K. L., Lahat, A., Boyle, M. H., Saigal, S., & Van Lieshout, R. J. (2017). Personality Development Within a Generational Context: Life Course Outcomes of Shy Children. *Child psychiatry and human development*, 48(4), 632–641. <https://doi.org/10.1007/s10578-016-0691-y>
- Schütz, A. (1998). Assertive, offensive, protective, and defensive styles of self-presentation: A taxonomy. *The Journal of psychology*, 132(6), 611-628.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Shaver, P. R., & Brennan, K. A. (1991). Measures of depression. *Measures of personality and social psychological attitudes*, 1, 195-289.
- Sheeks, M. S., & Birchmeier, Z. P. (2007). Shyness, sociability, and the use of computer-mediated communication in relationship development. *Cyberpsychology & behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 10(1), 64–70. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9991>
- Sheer, V. C., & Rice, R. E. (2017). Mobile instant messaging use and social capital: Direct and indirect associations with employee outcomes. *Information & Management*, 54(1), 90-102.
- Sheldon, P. (2008). The relationship between unwillingness-to-communicate and students' Facebook use. *Journal of Media Psychology*, 20(2), 67-75.
- Smith, R. (2017). A correlational study: the influence of personal online communication on adolescents' self-disclosure (Doctoral dissertation).
- Statbel. (2020). *Structuur van de bevolking*. <https://statbel.fgov.be/nl/themas/bevolking/structuur-van-de-bevolking>
- Stepanikova, I., Nie, N. H., & He, X. (2010). Time on the Internet at home, loneliness, and life satisfaction: Evidence from panel time-diary data. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 329-338.
- Stritzke, W. G. K., Nguyen, A., & Durkin, K. (2004). Shyness and computer-mediated communication: A self-presentational theory perspective. *Media Psychology*, 6(1), 1–22. [https://doi.org/10.1207/s1532785xmep0601\\_1](https://doi.org/10.1207/s1532785xmep0601_1)
- Subrahmanyam, K., Kraut, R. E., Greenfield, P. M., & Gross, E. F. (2000). The impact of home computer use on children's activities and development. *The future of children*, 123-144.
- Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *Cyberpsychology & behavior*, 7(3), 321-326.

- Sutcliffe, A. G., Binder, J. F., & Dunbar, R. I. (2018). Activity in social media and intimacy in social relationships. *Computers in human behavior, 85*, 227-235.
- Tang, Y., & Hew, K. F. (2017). Is mobile instant messaging (MIM) useful in education? Examining its technological, pedagogical, and social affordances. *Educational Research Review, 21*, 85–104.  
<https://doi.org/10.1016/j.edurev.2017.05.001>
- Teppers, E., Luyckx, K., Klimstra, T. A., & Goossens, L. (2014). Loneliness and Facebook motives in adolescence: A longitudinal inquiry into directionality of effect. *Journal of adolescence, 37*(5), 691-699.
- Tews, H. P., *Soziologie des A Items*. Uni-Taschenbücher 359, Heidelberg, Quelle & Meyer, 1974.
- Toledano, M. B., Mutz, J., Rössli, M., Thomas, M. S., Dumontheil, I., & Elliott, P. (2019). Cohort profile: the study of cognition, adolescents and mobile phones (SCAMP). *International journal of epidemiology, 48*(1), 25-26l.
- Tomkins, S. S. (1963). *Affect, imagery, consciousness (Vol. 2). The negative affects*. New York: Springer.
- Turkle, S. (2011). *Life on the Screen*. Simon and Schuster.
- Utz, S., & Breuer, J. (2017). The relationship between use of social network sites, online social support, and well-being: Results from a six-wave longitudinal study. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications, 29*(3), 115.
- Vahedi, S. (2011). The factor structure of the Revised Cheek and Buss Shyness Scale in an undergraduate university sample. *Iranian journal of psychiatry, 6*(1), 19.
- Valkenburg P. M., Peter J, Schouten AP. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberpsycholBehav, 9*, 584–90.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). Online communication and adolescent well-being: Testing the stimulation versus the displacement hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication, 12*(4), 1169-1182.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: an integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine, 48*(2), 121–127.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>
- Van Zalk, N., Lamb, M.E., & Rentfrow, P.J. (2016). Does shyness vary according to attained social roles? Trends across age groups in a large British sample. *Journal of Personality*. doi:10.1111/jopy.12291
- Vandendriessche & De Marez. (2019). *Imec.digimeter 2019. Digitale mediatrends in Vlaanderen*. Geraadpleegd van <https://www.imec.be/nl/expertises/imec-digimeter/digimeter-2019>

- Varnali, K., & Toker, A. (2015). Self-disclosure on social networking sites. *Social Behavior & Personality: An International Journal*, 43(1), 1-13.
- Verduyn, P., Schulte-Strathaus, J. C., Kross, E., & Hülshager, U. R. (2021). When do smartphones displace face-to-face interactions and what to do about it?. *Computers in Human Behavior*, 114, 106550.
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J. and Kross, E. (2017), Do Social Network Sites Enhance or Undermine Subjective Well-Being? A Critical Review. *Social Issues and Policy Review*, 11, 274-302. <https://doi.org/10.1111/sipr.12033>
- Walther, J. B. (2007). Selective self-presentation in computer-mediated communication: Hyperpersonal dimensions of technology, language, and cognition. *Computers in Human Behavior*, 23(5), 2538-2557.
- Wang, J. L., Jackson, L. A., & Zhang, D. J. (2011). The mediator role of self-disclosure and moderator roles of gender and social anxiety in the relationship between Chinese adolescents' online communication and their real-world social relationships. *Computers in Human Behavior*, 27(6), 2161-2168.
- Weeks, D. G., Michela, J. L., Peplau, L. A., & Bragg, M. E. (1980). Relation between loneliness and depression: A structural equation analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1238–1244. <https://doi.org/10.1037/h0077709>
- Weiss, Robert S. (1973). *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Wilcox, K., & Stephen, A. T. (2013). Are close friends the enemy? Online social networks, self-esteem, and self-control. *Journal of Consumer research*, 40(1), 90-103.
- Zhang, P., Lu, T., Gu, H., Ding, X., & Gu, N. (2017). How do you interact with your old friends on a new site: Understanding social ties among different social network sites. *In Proceedings of the 12th Chinese Conference on Computer Supported Cooperative Work and Social Computing*, 2-9.
- Zhao, J., Tan, M., Gao, L., & Wang, Y. (2019). Shyness and loneliness: Contributions of emotional intelligence and social support. *Current Psychology*, 38(2), 556-562.
- Zilka, G.C. (2020). Always with them: smartphone use by children, adolescents, and young adults—characteristics, habits of use, sharing, and satisfaction of needs. *Univ Access Inf Soc* 19, 145–155. <https://doi.org/10.1007/s10209-018-0635-3>
- Zimbardo, P. G. (1977). *Shyness: what it is, what to do about it*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Zimbardo, P. G., & Radl, S. L. (1999). *The shy child: A parent's guide to preventing and overcoming shyness from infancy to adulthood*. ISHK.

## 8. Bijlagen

### 8.1 Meetschalen

#### **Revised Cheek and Buss Shyness Scale (RCBS) (Cheek & Buss, 1981; Cheek, 1983)**

1. Ik voel me gespannen wanneer ik bij mensen ben die ik niet zo goed ken.
2. Ik ben (een beetje) sociaal onhandig.
3. Ik vind het niet moeilijk om andere mensen om informatie te vragen.
4. Ik voel me vaak ongemakkelijk op sociale gelegenheden (bijvoorbeeld een feestje).
5. Wanneer ik in groep ben, heb ik moeite met nadenken over mogelijke gespreksonderwerpen.
6. Het kost me weinig moeite om mijn verlegenheid te overwinnen in nieuwe situaties
7. Ik vind het moeilijk om spontaan over te komen wanneer ik nieuwe mensen leer kennen.
8. Ik voel me nerveus wanneer ik moet spreken tegen iemand met een bepaalde autoriteit (bijvoorbeeld een politieagent)
9. Ik twijfel niet over mijn sociale vaardigheden.
10. Ik vind het moeilijk om iemand recht in de ogen te kijken.
11. Ik voel me nerveus in sociale situaties.
12. Ik vind het niet moeilijk om tegen vreemden te praten.
13. Ik voel me meer verlegen bij personen van het andere geslacht.

#### **De Jong Gierveld Loneliness Scale (De Jong Gierveld & Van Tillburg, 2006)**

1. Er zijn genoeg mensen op wie ik kan terugvallen als ik een probleem heb.
2. Ik voel me vaak in de steek gelaten/afgewezen.
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. Ik ervaar een leegte om me heen.



### **Frequentie van Mobile Instant Messaging**

Over het algemeen genomen, hoe vaak gebruik je één of meerdere applicaties voor Mobile Instant Messaging?

- Nooit
- Eén keer per maand of minder
- Twee tot drie keer per maand
- Eén keer per week
- Minstens drie keer per week
- Dagelijks, één keer per dag
- Dagelijks, meerdere keren per dag

### **Partners van Mobile Instant Messaging**

Hoe vaak gebruik je één of meerdere applicaties voor Mobile Instant Messaging om te communiceren met...

Mensen met wie je een sterke persoonlijke band hebt (bv. vrienden, familie)

- Nooit
- Zelden
- Af en toe
- Vaak
- Altijd

Mensen met wie je geen sterke persoonlijke band hebt (bv. kennissen, vreemden)

- Nooit
- Zelden
- Af en toe
- Vaak
- Altijd

## 8.2 Vragenlijst survey



Hallo!

Voor mijn masterthesis doe ik onderzoek naar het gebruik van Instant Messaging Apps (zoals WhatsApp, Messenger) en gevoelens van eenzaamheid en verlegenheid. In het kader daarvan ben ik op zoek naar adolescenten **tussen 16 en 25 jaar** die **in het bezit zijn van een smartphone**.

Het invullen van de survey zal ongeveer een vijftal minuten in beslag nemen. Deelnemen is geheel vrijwillig en alle antwoorden worden volstrekt vertrouwelijk en anoniem behandeld.

Alvast hartelijk bedankt voor je medewerking!

Katrijn Van den Bogaert  
Katrijn.VandenBogaert@UGent.be

Ik ga akkoord met de deelname aan het onderzoek en met de volgende voorwaarden:

(1) Ik heb voldoende informatie gekregen omtrent het doel van het onderzoek;

(2) Ik neem op vrijwillige basis deel aan het onderzoek;

(3) Ik geef de toestemming aan de onderzoeker om de resultaten op een vertrouwelijke en anonieme wijze te bewaren, te verwerken en te rapporteren;

(4) Ik begrijp dat alle gegevens in het kader van deze survey, geheel vertrouwelijk en anoniem zullen worden verwerkt en enkel in functie van onderzoek zullen worden gebruikt;

(5) Ik ben op de hoogte van de mogelijkheid om mijn deelname aan het onderzoek op ieder moment stop te zetten en dit zonder opgave van reden;

Ik ga akkoord

Ik ga niet akkoord

Ben je in het bezit van een smartphone?

Ja

Neen

Wat is je geboortjaar? Gelieve vier cijfers in te geven (bv. 1999)

Welk geslacht werd jou toegewezen bij de geboorte?

Man

Vrouw

Met welk gender identificeer je jezelf?

Man

Vrouw

Non-binair

Dat zeg ik liever niet

Welke situatie is op dit moment het meest voor jou van toepassing? Met werk bedoelen we betaald werk.

Ik werk niet

Ik ben werkzoekende

Ik werk voltijds

Ik werk deeltijds

Ik ben student

Welke opleiding volg je op dit moment?

ASO

BSO

TSO

KSO

BUSO

HBOS

Professionele bachelor

Academische bachelor

Master

Universitair doctoraat

Andere

In volgende vragen willen we peilen naar jouw gevoelens. In welke mate ga je akkoord met volgende stellingen?

	niet akkoord	eerder niet akkoord	noch niet akkoord, noch akkoord	eerder akkoord	akkoord
Ik voel me gespannen wanneer ik bij mensen ben die ik niet zo goed ken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik ben (een beetje) sociaal onhandig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik vind het niet moeilijk om andere mensen om informatie te vragen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik voel me vaak ongemakkelijk op sociale gelegenheden (bijvoorbeeld een feestje).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wanneer ik in groep ben, heb ik moeite met nadenken over mogelijke gespreksonderwerpen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

In volgende vragen willen we peilen naar jouw gevoelens. In welke mate ga je akkoord met volgende stellingen?

	niet akkoord	eerder niet akkoord	noch niet akkoord, noch akkoord	eerder akkoord	akkoord
Het kost me weinig moeite om mijn verlegenheid te overwinnen in nieuwe situaties.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik vind het moeilijk om spontaan over te komen wanneer ik nieuwe mensen leer kennen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik voel me nerveus wanneer ik moet spreken tegen iemand met een bepaalde autoriteit (bijvoorbeeld een politieagent).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik twijfel niet over mijn sociale vaardigheden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

In volgende vragen willen we peilen naar jouw gevoelens. In welke mate ga je akkoord met volgende stellingen?

	niet akkoord	eerder niet akkoord	noch niet akkoord, noch akkoord	eerder akkoord	akkoord
Ik vind het moeilijk om iemand recht in de ogen te kijken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik voel me geremd in sociale situaties.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik vind het niet moeilijk om tegen vreemden te praten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik voel me meer verlegen bij personen van het andere geslacht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	niet akkoord	eerder niet akkoord	noch niet akkoord, noch akkoord	eerder akkoord	akkoord
Er zijn genoeg mensen op wie ik kan terugvallen als ik een probleem heb.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik voel me vaak in de steek gelaten/afgewezen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik mis mensen om me heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ik ervaar een leegte om me heen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

De volgende vragen gaan over 'Mobile Instant Messaging'. Hiermee worden applicaties bedoeld waarmee mensen elkaar privéberichten kunnen sturen, zoals bv. WhatsApp, Messenger, iMessage, Instagram Direct, Snapchat...

	nooit	één keer per maand of minder	twee tot drie keer per maand	één keer per week	minstens drie keer per week	dagelijks, één keer per dag	dagelijks, meerdere keren per dag
Over het algemeen genomen, hoe vaak gebruik je één of meerdere applicaties voor Mobile Instant Messaging?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hoe vaak gebruik je één of meerdere applicaties voor Mobile Instant Messaging om te communiceren met...

	nooit	zelden	af en toe	vaak	altijd
Mensen met wie je een sterke persoonlijke band hebt (bv. vrienden, familie)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mensen met wie je geen sterke persoonlijke band hebt (bv. kennissen, vreemden)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hartelijk bedankt voor je tijd en moeite!

Nog vragen of opmerkingen? Contacteer mij op [Katrijn.Vandenbogaert@UGent.be](mailto:Katrijn.Vandenbogaert@UGent.be)

Groetjes, Katrijn