

COGNITIEVE HERSTRUCTURERING EN
ZINGEVING BIJ JONGBEJAARDEN
[COGNITIVE RESTRUCTURING AND PERSONAL MEANING
IN YOUNG ELDERLY]

Nancy VAN RANST & Alfons MARCOEN
*Centrum voor Ontwikkelingspsychologie
Katholieke Universiteit Leuven*

The hypothesis is advanced that older adults who are more able to restructure cognitively, should experience more meaning in their lives. In this study 20 women and 20 men, ranging in age from 60 to 65 years, completed the Life Attitude Profile (Reker & Peacock, 1981), the Sources of Meaning Profile (Reker, 1988) and an ad hoc designed measure for cognitive restructuring. The results supported the hypothesis. Subjects who were more capable of cognitive restructuring, reported more zest of life and life satisfaction (Life Purpose), felt more responsible for their own life choices (Life Control), strove more to find meaning in the present (Will to Meaning) and in the future (Future Meaning), and found more meaning in sources that transcend the individual.

INLEIDING

Persoonlijke zingeving is in de psychologie in een recent verleden thema geworden van wetenschappelijke theorievorming en empirisch onderzoek. Vanuit verschillende ervarings- respectievelijk theoretische achtergronden, hebben verscheidene auteurs zingeving als belangrijk psychologisch fenomeen in het daglicht gesteld. Frankl (1959, 1978) ontwikkelde de zogenaamde logotherapie, een op zin-vinden gecentreerde vorm van psychotherapie, op grond van zijn existentiële ervaringen tijdens zijn gevangenschap in een Duits concentratiekamp. Maddi (1967, 1970) neemt de persoonlijkheidspsychologie en de psychopathologie als uitgangspunt. Hij vindt de wortels van wat hij een existentiële neurose noemt in een premorbide persoonlijkheid die wordt gekenmerkt door het feit dat de identiteit van het individu vooral die aspecten bevat die voor dit individu het minst uniek zijn. Weisskopf-Joelson (1968) op haar beurt vertrekt vanuit haar ervaringen als psychotherapeut. Ook zij ziet vervreemding en zinloosheid o.a. als het gevolg van een discrepantie tussen de innerlijke wereld van de persoon en de uiterlijke realiteit; een gebrek aan betrokkenheid. Al deze onderzoekers postuleren het fundamentele streven van de mens naar zingeving en definiëren de afwezigheid van zin als existentieel ziek zijn.

Fowler (1981) is geïnteresseerd in de geloofsontwikkeling. Hij schetst vanuit een op Piaget en Kohlberg geïnspireerd constructivistisch perspectief de ontwikkeling van zingeving doorheen de levensloop.

Zingeving is een complex fenomeen waaraan veel aspecten te onderkennen zijn. De complexiteit van het zingevingsproces komt zeer duidelijk tot uiting in het theoretisch werk van Nies en Munnichs (1986, 1989) en van Reker en Wong (1988). Nies en Munnichs (1989) omschrijven zingeving als volgt: „Zingeving is een procesmatig gebeuren, waarbij het individu betekenis en waarde toekent aan het eigen leven in zijn totaliteit of aan aspecten van het eigen leven en dat mede tot stand komt in de interactie van het individu met diens sociale omgeving” (p. 53). Ze analyseren het fenomeen van zinbeleving en zingeving. Zo wijzen ze op het receptief en actief karakter van zingeving in de motivatie. Zin geven impliceert het (h)erkennen dat iets zin heeft, en ook het zich daadwerkelijk inzetten (involvement, commitment) of engageren voor iets. Zingeving heeft bovendien een perceptuele functie. Het is een proces van ordening, interpretatie en waardering waardoor men zijn wereld leefbaar maakt. Zingeving gebeurt ook binnen een bepaalde verhouding tot de werkelijkheid. De werkelijkheid is niet onbegrensd multi-interpretabel. Ze is ook temporeel gestructureerd. De auteurs onderscheiden daarenboven drie verschillende niveaus van zingeving, de concrete zin op gedragsniveau wortelt in de zin van de verschillende levensgebieden waarin iemands leven zich afspeelt, en deze zin steunt op een omvattende levenszin of levensontwerp. Daarenboven onderscheiden ze aan zingeving vier dimensies, met name: reflexiviteit, centraliteit, kwaliteit en intensiteit.

Reker en Wong (1988) definiëren „personal meaning” als „...het bemerken van orde, coherentie en doelgerichtheid in zijn bestaan, het nastreven en bereiken van waardevolle doelen en een daarmee samenhangend gevoel van vervulling” (p. 221). Een hoge mate van persoonlijke zingeving hangt samen met het hebben van een duidelijk levensdoel waarbij men die doelstellingen nastreeft die in overeenstemming zijn met dit levensdoel. Bovendien voelt men zich tevreden met wat men bereikt heeft in het verleden en kijkt men uit naar een positief gekleurde toekomst. Rond het leven hangt als het ware een sfeer van opwinding en enthousiasme (Reker, 1989). De auteurs leggen de nadruk op de onderlinge beïnvloeding van cognitieve, motivationele en affectieve componenten en formuleren een aantal postulaten en hypothesen die als leidraad kunnen dienen voor het opzetten van empirisch onderzoek. Zo stellen zij onder andere dat een individu een hogere mate van

persoonlijke zingeving kent naarmate hij zin put uit meer diverse bronnen.

Het beginnend empirisch onderzoek over zingeving wordt in belangrijke mate uitgevoerd binnen het domein van de psychogerontologie (Crumbaugh, 1972; DeVogler & Ebersole, 1981; Dittmann-Kohli, 1988; Munnichs, 1964; Reker, 1988; Reker, Peacock & Wong, 1987). Dat de vraag naar zin op hogere leeftijd een pregnant karakter krijgt, is te verklaren vanuit het feit dat de levensperiode van de late volwassenheid en de ouderdom er één is van overgangen en van een toenemend aantal verlieservaringen. Lichamelijke veranderingen, de inkrimping van het sociale netwerk en de onvermijdelijke confrontatie met de eindigheid van het bestaan, nopen de oudere mens er toe zijn persoonlijke wereld- en levensvisie en zijn streefdoelen te herstructureren. Door deze zinstransformatie kan de bejaarde zijn levenstevredenheid en zijn gevoel van levensvervulling bestendigen of hernieuwen.

Het hier beschreven onderzoek kadert binnen deze recente stroming in de psychogerontologie. Uitgangspunt is de vraag waarom sommige ouderen meer of beter zin kunnen geven in grenssituaties zoals die hierboven beschreven zijn, dan anderen. Men kan in dit opzicht spreken over een in meer of mindere mate aanwezig zijn van een zingevingscapaciteit. Er kan verondersteld worden dat deze verschillen qua zingevingscapaciteit het duidelijkst tot uiting komen op die momenten waarop het zingevingssysteem van het individu in vraag wordt gesteld, bv. naar aanleiding van een negatief ervaren en objectief onveranderbare gebeurtenis. Om in deze omstandigheden opnieuw zin te vinden, moet het zingevingssysteem weer in evenwicht gebracht worden. Dittmann-Kohli (1988) en Marcoen (1987, 1990) spreken in dit verband van cognitieve copingstrategieën of cognitieve technieken om, niettegenstaande verlieservaringen, toch nog zin te vinden in het leven. In objectief onveranderbare situaties is het (her)vinden van een evenwicht immers slechts mogelijk door de subject-pool van de balans te veranderen of, met andere woorden, door emotie-gerichte coping (Folkman & Lazarus, 1980; Lazarus, 1966), interpretatieve controle (Rothbaum, Weisz & Snyder, 1982), het vormen van illusies (Taylor, 1983) kortom door cognitieve herstructurering (Thomae, 1970, 1976, 1980, 1981) waarvan Thomae (1976) de volgende voorbeelden geeft: identificatie met het nageslacht, met de successen en de doelstellingen van de kinderen; positieve interpretatie van de gebeurtenissen; herziening van de eigen verwachtingen; aanvaarden van de situatie zoals ze is.

In dit onderzoek trachten we empirische evidentie te vinden voor de

volgende hypothese: oudere personen die beter in staat zijn tot cognitieve herstructurering, ervaren meer zin of, met andere woorden, ze kennen een grotere mate van persoonlijke zingeving. Omwille van de verschillende socialisatieprocessen die ze in hun levensloop meemaakten, ligt het voor de hand om verschillen tussen mannen en vrouwen wat betreft het verband tussen cognitieve herstructurering en zingeving na te gaan. Algemeen wordt immers aangenomen dat mannen eerder over instrumentele en analytische vaardigheden beschikken om problemen op te lossen terwijl vrouwen meer aangezet worden om emotioneel gevoelig, expressief en afhankelijk te zijn. De onderzoeksresultaten kunnen hier enig licht op werpen.

METHODE

Subjecten

Aan het onderzoek namen 40 subjecten deel, 20 vrouwen en 20 mannen, van 60 tot 65 jaar oud ($M_V = 61.55$, $M_M = 62.30$). Allen waren ze getrouwd of weduwe/weduwenaar. De proefgroep was zeer homogeen qua socio-economische status. De subjecten behoorden tot de middenklasse en woonden in kleine plattelandsgemeenten.

Instrumenten

COHE-meting. De COHE-meting is een voor dit onderzoek ontworpen instrument (geïnspireerd op de onderzoeksmethode van het „Wisdom & Expertise” project van Smith en Baltes, 1987) om de bekwaamheid tot cognitieve herstructurering te meten. Ze bestaat uit vier beknopte situatieschetsen die aan de subjecten worden aangeboden en waarop deze vervolgens, luidop denkend, moeten reageren. Elke situatie staat voor een objectief onveranderbare en verschrikkelijke gebeurtenis, namelijk: de partner overlijdt aan een ongeneeslijke ziekte, een eigen kind vindt de dood in een verkeersongeluk, de persoon geraakt zelf verlamd, het eigen huis brandt af. Opdat de subjecten zich makkelijker zouden kunnen inleven, is er rond elke gebeurtenis een kort verhaal geweven waarin iemand van dezelfde leeftijdsgroep en van hetzelfde geslacht de gebeurtenis in kwestie meemaakt. Het aanbieden van deze situaties wordt voorafgegaan door een oefenfase waarin de subjecten vertrouwd worden gemaakt met het luidop denken.

De verwerking van de ruwe data geschiedde in verschillende fasen. In

een eerste stap werden de cognitieve herstructurerings-modi van Thomae (1976) en de theorie van Taylor (1983) voor elk verhaal afzonderlijk aangewend voor de formulering van criteria voor cognitieve herstructurering. Dit gebeurde voor een subgroep van de protocollen, namelijk die van de eerste 10 subjecten. Hierbij bleek dat de subjecten, geconfronteerd met de fictieve situaties, naast cognitieve herstructurering ook pogingen ondernamen om actief en daadwerkelijk in de situatie in te grijpen en cognities genereerden die niet onmiddellijk onder de noemer cognitieve herstructurering te vatten zijn. Deze wijzen van reageren werden eveneens als verwerkingscategorieën in het beoordelingssysteem opgenomen. In de tweede stap werd er een tweede beoordelaar bij de verwerking van de gegevens betrokken. Deze formuleerde op basis van Thomae (1970, 1976, 1980, 1981) en Taylor (1983) een aantal algemene categorieën van verwerking voor de vier verhalen samen, op grond van dezelfde 10 protocollen. De criteria uit de eerste fase en de algemene categorieën van de tweede fase werden met elkaar vergeleken. Beide categoriesystemen bleken slechts weinig van elkaar te verschillen en de twee versies werden na overleg herleid tot het definitieve categorieën-systeem (zie Tabel 1) waarvan in de derde stap gebruik werd gemaakt om alle protocollen te scoren. De overige 30 protocollen werden slechts door één beoordelaar gescoord. Omdat de formuleringen van de subcategorieën van Mastery, Cognitieve Herstructurering en Cognitief-motivationale Aanpassing heel dicht bij de uitspraken van de subjecten aansluiten, verliep de beoordeling vrij gemakkelijk en betrouwbaar. Per subject werd er voor elke situatie afzonderlijk een score gegeven voor de drie hoofdcategorieën van verwerking, nl. het aantal en de aard van de subcategorieën die in het antwoord konden terug gevonden worden. De maximumscores voor Mastery, Cognitieve Herstructurering en Cognitief-motivationale Aanpassing bedragen, over de vier situaties, respectievelijk 8, 24 en 12. De minimumscore is nul, dit wil zeggen dat voor de vier situaties geen enkel antwoordelement in één van de subcategorieën kon ondergebracht worden.

Life Attitude Profile. De Life Attitude Profile (LAP) (Peacock & Reker, 1982; Reker & Peacock, 1981; Reker, Peacock & Wong, 1987) is een maat voor enkele aspecten van de cognitieve en motivationele componenten van zingeving. De door ons gebruikte versie is een aangepaste vertaling van Form 5. De schaal bestaat uit 49 items die gescoord moeten worden op een 7-puntenschaal. De items kunnen ondergebracht worden in een zevental dimensies, namelijk: Life Purpose (levenslust, vervulling, tevredenheid, satisfactie); Existential Vacuum (gemis aan

Tabel 1. — *Definitie van de Subcategorieën Gebruikt voor de Scoring van Mastery, Cognitieve Herstructurering en Cognitief-motivationale Aanpassing bij de COHE-meting*

Subcategorieën	Definitie
	Mastery
Eigen activiteiten	Door handelingen die de persoon zelf zich voorneemt of uitvoert.
Beroep doen op anderen	Door zich te wenden tot anderen voor praktische en morele steun.
	Cognitieve Herstructurering
Ik ben het niet alleen	Ook andere mensen hebben dit meegemaakt of bevinden zich in deze situatie. Iemand als model stellen kan ook in deze categorie worden ondergebracht.
Het zou nog erger kunnen zijn	De eigen toestand vergelijken met situaties die nog erger zijn of zichzelf vergelijken met iemand die het nog moeilijker heeft.
Positief denken	De nadruk leggen op datgene wat er nog wel is en wat men nog wel kan, genieten van de mensen die er nog wel zijn. Men concentreert zich op de positieve aspecten die overgebleven of juist gecreëerd zijn. Men leeft voort voor wat er nog wel is.
De anderen	Het standpunt innemen van de anderen: anderen hebben mij nodig, ik moet volhouden voor de anderen, anderen willen niet dat ik ten onder ga.
Het geloof	Steun en troost zoeken in gebed, in een christelijke levensvisie. Geloof in een hiernamaals. Eigen verdriet en ongeluk wordt gesitueerd binnen een godsdienstig kader.
Het verleden	Terugkijken naar het verleden of herinneringen ophalen aan het verleden en de nadruk leggen op dat wat voorbij is, goed is geweest en dat men alles heeft gedaan wat mogelijk was.
	Cognitief-motivationale Aanpassing
Aanvaarding	Nadruk op het feit dat wat gebeurd is, gebeurd is en dat men zich moet schikken en berusten. Het gevoel van: dit is het lot en de wegen van het lot zijn ondoorgrondelijk.
Levensdrang	Een soort oerinstinct dat, ondanks alles, blijft oproepen tot leven. Een kwestie van: men moet vooruit, men kan niet blijven stilstaan. Het leven is het laatste.
Blijven hopen	Hoop op verbetering die de situatie draaglijk maakt.

een doel in het leven, onbestemde angst); Life Control (de vrijheid om belangrijke levenskeuzes te maken, uitoefenen van verantwoordelijkheid); Death Acceptance (afwezigheid van angst voor de dood); Will to Meaning (het streven om zin te vinden in het eigen bestaan); Goal Seeking (het verlangen om nieuwe doelen te bereiken, om steeds „in beweging” te zijn) en Future Meaning (vastberaden zijn om de toekomst zinvol te maken, aanvaarden van toekomstige mogelijkheden). Reker, Peacock en Wong (1987) rapporteerden over de psychometrische kwaliteiten van de schaal. De verschillende subschalen zijn intern consistent (Cronbachs alpha's liggen tussen .66 en .83) en stabiel over de tijd (hertestingsbetrouwbaarheid na één maand varieert van $r = .56$ tot $r = .83$). De schaal is daarenboven voldoende valide gebleken en betrekkelijk vrij van sociale wenselijkheid (Reker & Peacock, 1981).

Sources of Meaning Profile. De Sources of Meaning Profile (SOMP) geldt als maat van de motivationele zingevingcomponent (Reker, 1988; 1989). Deze schaal bevat 16 mogelijke zingevingbronnen die telkens moeten gescoord worden op een 7-puntenschaal. De items kunnen ondergebracht worden in vier verschillende niveaus: Zelf-preoccupatie (bezig zijn met eigen plezier en comfort), Individualisme (realiseren van eigen mogelijkheden), Collectivisme (zich ten dienste stellen van anderen) en Zelf-transcendentie (bezig zijn met datgene wat het individu overstijgt).

Procedure

De subjecten werden door de eerste auteur aan huis bezocht. Na een kort inleidend gesprek volgde de COHE-meting. Vervolgens werden de LAP en de SOMP aangeboden waarbij de instructies samen werden overlopen. De subjecten vulden deze twee schalen nadien alleen in, na het vertrek van de onderzoeker. De ingevulde vragenlijsten werden op een later moment opgehaald.

RESULTATEN

De onderzoekshypothese werd getoetst door de significantie na te gaan van de correlaties (Pearson produkt-moment correlatiecoëfficiënten) tussen de scores op de verwerkingscategorieën van de COHE-meting

enerzijds en de scores op de dimensies van de LAP (Tabel 2) en op de niveaus van de SOMP (Tabel 3) anderzijds.

Tabel 2. — *Correlaties Tussen de Dimensies van de LAP en de Verwerkingscategoriën van de COHE-meting*

COHE	LAP						
	LP	EV	LC	DA	WM	GS	FM
totaal (<i>n</i> = 40)							
MAS	.11	-.15	.02	.12	.06	-.17	.10
HER	.28*	.01	.41***	.12	.35**	.07	.37**
AAN	.10	-.45***	.23	.02	.00	-.32**	-.11
vrouwen (<i>n</i> = 20)							
MAS	.24	-.24	-.01	.20	.08	-.65***	.10
HER	.46**	-.25	.54**	.40*	.44*	-.04	.32
AAN	.10	-.33	.19	-.05	.29	-.38*	.16
mannen (<i>n</i> = 20)							
MAS	-.08	-.01	.10	-.04	.06	.36	.13
HER	-.02	.36	.05	-.03	.18	.15	.53**
AAN	.11	-.50**	.35	-.05	-.15	-.25	-.23

Noot. LP = Life Purpose; EV = Existential Vacuum; LC = Life Control; DA = Death Acceptance; WM = Will to Meaning; GS = Goal Seeking; FM = Future Meaning. MAS = Mastery; HER = Cognitieve Herstructurering; AAN = Cognitief-motivationale Aanpassing.

* $p < .10$. ** $p < .05$. *** $p < .01$.

Uit Tabel 2 blijkt dat er, wat de totale proefgroep betreft, een positief significant verband is tussen Cognitieve Herstructurering en Life Purpose ($r = .28, p < .10$), Life Control ($r = .41, p < .01$), Will to Meaning ($r = .35, p < .05$) en Future Meaning ($r = .37, p < .05$). Cognitief-motivationale Aanpassing correleert significant negatief met Existential Vacuum ($r = -.45, p < .01$) en met Goal Seeking ($r = -.32, p < .05$). De eerste drie significante correlaties en de laatste zijn vooral te danken aan de vrouwelijke proefgroep waar er bovendien een positief significante correlatie is tussen Cognitieve Herstructurering en Death Acceptance ($r = .40, p < .10$) en een negatief significante correlatie tussen Mastery en Goal Seeking ($r = -.65, p < .01$). Bij de mannen daarentegen correleert Cognitieve Herstructurering alleen significant positief met Future Meaning ($r = .53, p < .05$) en Cognitief-motivationale Aanpassing significant negatief met Existential Vacuum ($r = -.50, p < .05$).

Tabel 3. — *Correlaties Tussen Niveaus van de SOMP en de Verwerkingscategorieën van de COHE-meting*

COHE	SOMP				
	ZP	IN	CO	ZT	Totaal ^a
totaal (n = 40)					
MAS	-.18	-.00	.03	.10	.11
HER	-.27*	-.00	.13	.42***	.12
AAN	.01	.04	.17	.12	.09
vrouwen (n = 20)					
MAS	-.34	-.08	.07	.10	.03
HER	-.42*	.01	.28	.52**	.24
AAN	.26	-.01	-.00	.15	-.01
mannen (n = 20)					
MAS	-.03	.08	-.05	.17	.21
HER	-.31	.07	.00	.16	-.02
AAN	-.07	.04	.29	.24	.15

Noot. ZP = Zelf-preoccupatie; IN = Individualisme; CO = Collectivisme; ZT = Zelf-transcendentie. MAS = Mastery; HER = Cognitieve Herstructurering; AAN = Cognitief-motivationale Aanpassing.

* Totaal betekent hier: alle zingeingsbronnen samen.

* $p < .10$. ** $p < .05$. *** $p < .01$.

Uit Tabel 3 blijkt dat er voor de totale proefgroep een significant negatief verband is tussen Cognitieve Herstructurering en Zelf-preoccupatie ($r = -.27$, $p < .10$) en een significant positief verband tussen Cognitieve Herstructurering en Zelf-transcendentie ($r = .42$, $p < .01$). Dit geldt in het bijzonder voor de vrouwelijke subjecten ($r = -.42$, $p < .10$ en $r = .52$, $p < .05$).

DISCUSSIE

Het veronderstelde verband tussen cognitieve herstructurering en zingeving komt tot uiting in de onderzoeksresultaten. Er zijn een aantal significante correlaties tussen de verwerkingscategorieën van de COHE-meting enerzijds en de dimensies van de LAP en de niveaus van de SOMP anderzijds. Al deze verbanden zijn psychologisch inzichtelijk en ondersteunen de hypothese dat cognitieve herstructurering een belangrijke zingeingscapaciteit is.

Er is, ten eerste, een significant verband tussen het ervaren van

levenslust en tevredenheid (Life Purpose) en cognitieve herstructurering. Ouderen die in uitzichtloze situaties nog iets positief kunnen zien door relativering, vergelijking en in een bredere context plaatsen van de gebeurtenis of situatie, ervaren en verwachten meer tevredenheid in hun leven. Levenstevredenheid kan beschouwd worden als het ervaren evenwicht tussen de aanspraken en verwachtingen inzake levenskwaliteit, enerzijds, en de ervaren mate van tegemoetkoming, anderzijds (Marcoen et al., 1978). Cognitieve herstructurering is één van de autoplastische aanpassingsvormen (Thomae, 1974) waardoor het evenwicht kan in stand gehouden worden. Ten tweede, stellen we vast dat jongbejaarden die meer bekwaam zijn tot cognitief herstructureren, het gevoel hebben dat ze vrij zijn om belangrijke levenskeuzes te maken. Ze geven zelf richting aan hun leven en hebben de indruk dat ze zelf bepalen wat er gebeurt (Life Control). Een derde belangrijke ondersteuning van de idee om cognitieve herstructurering als zingevingscapaciteit te beschouwen, ligt in het feit dat subjecten die meer herstructureren, er meer naar streven om zin te vinden in het eigen bestaan (Will to Meaning). In dezelfde richting wijst, ten vierde, het verband met de vastberadenheid om de toekomst zinvol te maken (Future Meaning). De eerste drie verbanden gelden voor de vrouwen en niet voor de mannen. Het vierde komt alleen voor bij de mannen. Anderzijds gaat bij de vrouwen een hoger niveau van cognitieve herstructurering samen met aanvaarding van de eindigheid van het bestaan (Death Acceptance).

Ook de verbanden met de SOMP wijzen in de richting van cognitieve herstructurering als zingevingscapaciteit. Reker en Wong (1988) postuleren dat mensen die zin putten uit zingevingbronnen van een hoger niveau over een meer gedifferentieerd en geïntegreerd zingevingssysteem beschikken. Er is een positief verband tussen de vaardigheid tot cognitief herstructureren en zin putten uit bronnen die het individu overstijgen (Zelf-transcendentie). Dergelijke bronnen zijn: persoonlijke relaties, religieuze activiteiten, altruïsme en blijvende waarden en idealen. Tegelijkertijd is er een negatief verband tussen herstructureren en bezig zijn met het eigen plezier en comfort (Zelf-preoccupatie). Hieruit blijkt duidelijk dat cognitieve herstructurering een vorm is van decentreren, wat Frankl (1959, 1978) beschouwt als een methode om zin te vinden.

Actief ingrijpen in de situatie of beroep doen op anderen kunnen sommigen misschien wel helpen om verschrikkelijke gebeurtenissen te verwerken, maar ze blijken niet echt samen te hangen met het ervaren van zin. Integendeel zelfs, vrouwen die beroep doen op deze verwerkingswijzen gaan minder op zoek naar nieuwe en andere dingen (Goal

Seeking). Zij blijven eerder bij de dagelijkse routine. Mastery speelt zich ook meer af in het hier en nu en houdt geen toekomstverwijzingen in.

De gedragingen onder de noemer Cognitief-motivationale Aanpassing hangen wel samen met aspecten van het zingeingsproces. Deze cognities zijn een hulp bij de verwerking van de negatieve gebeurtenissen maar horen niet thuis bij cognitieve herstructurering. Ze leiden immers niet tot het herstellen van het verstoorde evenwicht door een tegenwicht te plaatsen tegenover wat er gebeurd is. Door te aanvaarden en te blijven hopen en het leven te beschouwen als het hoogste goed, heeft men minder diffuse angst (Existential Vacuum), maar stelt men zich ook minder nieuwe doelen (Goal Seeking). Aanvaarding is een eerder passief gebeuren terwijl het op zoek gaan naar nieuwe uitdagingen sterk dynamisch is.

Een opvallend patroon in de resultaten is het grote verschil tussen mannen en vrouwen in de wijze waarop het hanteren van bepaalde copingmechanismen samengaat met zingeving. Men zou kunnen opperen dat, omwille van de wijze waarop de COHE-meting gescoord is, deze geslachtsverschillen veroorzaakt werden door verschillen in verbale vlotheid tussen mannen en vrouwen. Maar bij de scoring werd er niet geteld hoe vaak een bepaalde subcategorie in het protocol terug te vinden was maar wel of een bepaalde subcategorie al dan niet door het subject geformuleerd werd. Daarenboven halen vrouwen wel een significant hogere score op de verwerkingscategorie cognitieve herstructurering, maar mannen scoren hoger op Cognitief-motivationale Aanpassing en er is geen verschil tussen de seksen voor wat Mastery betreft. Sugarman (1986) legt de oorzaak van geslachtsverschillen in „coping resources” in het feit dat beide seksen door socialisatieprocessen verschillende attitudes en verschillende sterke punten zouden ontwikkeld hebben. Astor-Dubin en Hammen (1984) benadrukken het feit dat vrouwen een grotere variëteit van copingmechanismen zouden hanteren.

Concluderend kan gesteld worden dat naarmate men over een grotere bekwaamheid tot cognitieve herstructurering beschikt, men meer levenslust en levenstevredenheid ervaart, men zich meer verantwoordelijk voelt voor eigen levenskeuzes, men meer streeft naar zin in het heden en in de toekomst en men eerder zin put uit bronnen die het individu overstijgen.

Een aantal vragen blijven vooralsnog onbeantwoord. Hoewel het niet in de eerste plaats onze bedoeling was om een nieuw meetinstrument te ontwikkelen, is gebleken dat de COHE-meting een adequaat instrument is om bepaalde aspecten van het zingeingsproces nader te onderzoeken. De significante correlaties tussen de categorieën van de COHE-

meting enerzijds en bepaalde dimensies van de LAP anderzijds, wijzen duidelijk in deze richting. Verder onderzoek echter zou meer licht kunnen werpen op de betrouwbaarheid en de validiteit van de COHE-meting. In deze studie waren alleen jongbejaarden betrokken maar het verband tussen zingeving en cognitieve herstructurering zou zich op een geheel andere manier kunnen manifesteren bij een oudere proefgroep. Verder onderzoek zou hier uitsluitsel over kunnen geven.

REFERENTIES

- Astor-Dubin, L., & Hammen, C. (1984). Cognitive versus behavioral coping responses of men and women: A brief report. *Cognitive Therapy and Research*, 8, 85-90.
- Crumbaugh, J. C. (1972). Aging and adjustment: The applicability of logotherapy and the Purpose-in-Life test. *The Gerontologist*, 12, 418-420.
- DeVogler, K. L., & Ebersole, P. (1981). Adults' meaning of life. *Psychological Reports*, 49, 87-90.
- Dittmann-Kohli, F. (1988). Sinndimensionen des Lebens im frühen und späten Erwachsenenalter. In H. W. Bierhoff & R. Nienhaus (Eds.), *Beiträge zur Psychogerontologie* (pp. 73-115). Marburg: Philipps Universität.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Fowler, J. W. (1981). *Stages of faith*. San Francisco: Harper & Row.
- Frankl, V. E. (1959). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Boston, MA: Bacon Press.
- Frankl, V. E. (1978). *Psychotherapy and Existentialism: Selected papers on logotherapy*. London: Pelican Books.
- Lazarus, L. R. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.
- Maddi, S. R. (1967). The existential neurosis. *Journal of Abnormal Psychology*, 72, 311-325.
- Maddi, S. R. (1970). The search for meaning. In M. Page (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (Vol. 17, pp. 134-183). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Marcoen, A. (1987, September). *Ageing and the search for meaning*. Paper presented at the Symposium on „Sinnggebung als Aspekt von Lebensbewältigung und lebenslanger Entwicklung“, Bern.
- Marcoen, A. (1991). Geslaagd en zinvol ouder worden. In A. Marcoen (Red.), *Gerontologie*. Brussel: Studiecentrum Open Hoger Onderwijs.
- Marcoen, A., Breesch-Grommen, R., Dooghe, G., Hellemans, J., Mas, M., & Pelemans, W. (1978). *Tevredenheid van vrouwen in bejaardentehuizen*. Brussel: C.B.G.S.
- Munnichs, J. M. A. (1964). *Ouderdom en eindigheid: Een bijdrage tot de psychogerontologie*. Assen: Van Gorcum.
- Nies, H., & Munnichs, J. (1986). *Sinnggebung und Altern*. Berlin: Deutsches Zentrum für Altersfragen e. V.

- Nies, H. L. G., & Munnichs, J. M. A. (1989). Het begrip zingeving. In J. M. A. Munnichs & G. Uildriks (Eds.), *Psychogerontologie: Een inleidend leerboek* (pp. 53-57). Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Peacock, E. J., & Reker, G. T. (1982). The Life Attitude Profile (LAP): Further evidence of reliability and empirical validity. *Canadian Journal of Behavioral Science, 14*, 92-95.
- Reker, G. T. (1988, November). *Sources of personal meaning among young, middle-aged and older adults: A replication*. Paper presented at the Annual Meeting of the Gerontological Society of America, San Francisco.
- Reker, G. T. (1989, March). *Operationalizing Frankl's logotherapy: Multi-dimensional measurements of the sources of personal meaning*. Paper presented at the Meeting of the American Society on Aging, Washington.
- Reker, G. T., & Peacock, E. J. (1981). The Life Attitude Profile: A multidimensional instrument for assessing attitudes toward life. *Canadian Journal of Behavioral Science, 13*, 264-273.
- Reker, G. T., Peacock, E. J., & Wong, P. T. P. (1987). Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. *Journal of Gerontology, 42*, 44-49.
- Reker, G. T., & Wong, P. T. P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp. 214-246). New York: Springer.
- Rothbaum, F., Weisz, J. R., & Snyder, S. S. (1982). Changing the world and changing the self: A two-process model of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology, 42*, 5-37.
- Smith, J., & Baltes, P. B. (1987). *Wisdom & expertise project: Manual for the collection and rating of life planning protocols*. Berlin: Max Planck Institute.
- Sugarman, L. (1986). *Life-span development: Concepts, theories and interventions*. London: Methuen.
- Taylor, S. E. (1983). Adjustment to threatening events: A theory of cognitive adaptation. *American Psychologist, 38*, 1161-1173.
- Thomae, H. (1970). Theory of aging and cognitive theory of personality. *Human Development, 13*, 1-13.
- Thomae, H. (1974). Anpassungsprobleme im höheren Alter aus psychologischer Sicht. *Aktuelle Gerontologie, 4*, 647-656.
- Thomae, H. (Ed.) (1976). *Patterns of aging: Findings from the Bonn Longitudinal Study of Aging*. Basel: Karger.
- Thomae, H. (1980). Personality and adjustment to aging. In J. E. Birren & B. Sloane (Eds.), *Handbook of mental health and coping* (pp. 285-309). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Thomae, H. (1981). Expected unchangeability of life stress in old age. *Human Development, 24*, 229-239.
- Weisskopf-Joelson, E. (1968). Meaning as an integrating factor. In C. Bühler & F. Massarik (Eds.), *The course of human life: A study of goals in the humanistic perspective* (pp. 359-383). New York: Springer.