

		Hechtingsstijl van partner 2			
		Veilig	Angstig	Angstig-vermijdend	Vermijdend
Hechtingsstijl van partner 1	Veilig	Harmonie, ruimte voor verschil, gelijkwaardigheid in de relatie, wisselende rollen van sterk en kwetsbaar zijn, intimiteit in de relatie.	Veilig gehechte partner verzacht de angst, en is er voor de ander, waardoor de relatie in rustiger vaarwater komt. Voelt zich nodig voor de ander.	Veilig gehechte partner verzacht angst en zoekt contact zodat relatie behouden blijft (maar werkt erg hard en heeft behoefte aan rust).	Veilig gehechte partner zoekt contact zodat relatie behouden blijft (maar komt zelf wel intimiteit tekort).
	Angstig	Angstig gehechte partner is blij met veilig gehechte partner, want die biedt stabiliteit, en de angst voor verlatting vermindert.	Twee angstig gehechte partners maken veel ruzie, escalaties, angst om elkaar kwijt te raken.	Angstig gehechte partner wordt onrustig van de wisselende opstelling: stress loopt op als de ander zich terugtrekt en dat leidt tot meer ruzies.	Angstige gehechte partner wordt gek van de vermijding, angst neemt toe, en aanklappen neemt toe. De ander verdwijnt het liefst; kan de heftigheid niet aan.
	Angstig-vermijdend	Angstig-vermijdend gehechte partner is blij met de stabiliteit van de veilig gehechte partner, maar vindt hem soms saai en voorspelbaar.	Angstig-vermijdend gehechte partner wordt onrustig van het aanklappen van de angstig gehechte partner. Het is soms te veel.	Angstig-vermijdend gehechte partners versterken elkaar in wisselend patroon van aantrekken en afstoten, heftige emoties (positief en negatief).	Angstig-vermijdend gehechte partner vindt het moeilijk te verdragen dat de partner emotioneel op afstand is.
	Vermijdend	Vermijdend gehechte partner wil niet altijd contact en is blij dat de veilige gehechte partner dat verdraagt.	Vermijdend gehechte partner wordt erg moe van het emotioneel appel van de angstig gehechte partner, trekt zich terug met het gevoel het nooit goed te doen.	Vermijdend gehechte partner vindt de onvoorspelbaarheid erg lastig en trekt zich terug en geeft het op.	Weinig heftige emoties, veel afstand, rationeel, weinig intimiteit, weinig delen van eigen gevoelens.

Tabel 3.1 *Interactie tussen partners op basis van hun hechtingsstijlen*